

Муниципальное учреждение
«Отдел образования Ачхой-Мартановского
муниципального района»

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №3
г.Ачхой-Мартан»

(МБОУ «СОШ №3 г.Ачхой-Мартан»)

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«СОШ №3 г.Ачхой-Мартан»
_____ Э.И.Бакриева

(Дата)

РЕЖИМ

_____ 31.05.2025 № _____ 7 _____

режим занятий обучающихся

1. Общие положения

- 1.1. Настоящий Режим занятий обучающихся (далее – Режим) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2, Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 №115.
- 1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.
- 1.3. Режим занятий определяет порядок организации в МБОУ «СОШ №3 г.Ачхой-Мартан» (далее – школа) образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

2. Учебный год

- 2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.
- 2.2. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.
- 2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.
- 2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.
- 2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.
- 2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

- 3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1-11-х.
- 3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:
 - 35 минут в сентябре – декабре;
 - 40 минут в январе – мае.
- 3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков – в 08:30. Занятия внеурочной деятельности проводятся во вторую смену и заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв:

- после первого урока для 1-11-х классов – 5 минут;
- после второго урока для 1-2-х классов – 20 минут, для 3-11-х классов – 10 минут;
- после третьего урока для 1-2-х и 5-11-х классов – 5 минут, для 3-4-х классов – 20 минут;
- после четвертого урока для 1-2-х – 5 минут, для 3-4-х и 5-11-х классов – 10 минут;
- после пятого урока для 2-4-х – 5 минут, для 5-11-х классов – 30 минут;
- после шестого урока для 5-11-х классов – 5 минут.

3.5. Расписание звонков:

№ урока	1 класс		2 классы	3-4 класс	5-11 класс
	Сентябрь – декабрь	Январь – май			
Понедельник					
1.	08:30 – 09:00	08:30 – 09:00	08:30 – 09:00	08:30 – 09:00	08:30 – 09:00
2.	09:05 – 09:40	09:05 – 09:45	09:05 – 09:45	09:05 – 09:45	09:05 – 09:45
3.	10:00 – 10:35	10:50 – 11:30	10:50 – 11:30	09:55 – 10:35	09:55 – 10:35
4.	10:40 – 11:15	11:35 – 12:15	11:35 – 12:15	10:55 – 11:35	10:40 – 11:20
5.	11:20 – 11:55	12:20 – 13:00	12:20 – 13:00	11:40 – 12:20	11:30 – 12:10
6.				12:25 – 13:05	12:40 – 13:20
7.					13:25 – 14:05
8.					14:10 – 14:40
Вторник – пятница					
1.	08:30 – 09:05	08:30 – 09:10	08:30 – 09:10	08:30 – 09:10	08:30 – 09:10
2.	09:10 – 09:45	09:15 – 09:55	09:15 – 09:55	09:15 – 09:55	09:15 – 09:55
3.	10:05 – 10:40	10:15 – 10:55	10:15 – 10:55	10:05 – 10:45	10:05 – 10:45
4.	10:45 – 11:20	11:00 – 11:40	11:00 – 11:40	11:05 – 11:45	10:50 – 11:30
5.	11:25 – 12:00	11:45 – 12:25	11:45 – 12:25	11:50 – 12:30	11:40 – 12:20
6.			12:30 – 13:10	12:35 – 13:05	12:50 – 13:30
7.					13:35 – 14:15
8.					14:20 – 14:50

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2-4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5-6-х классах – шести;
- 7-11-х классах – семи.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей до 7 лет не позднее 19.30, для детей 8-15 лет не позднее 20.00, для детей 10-18 лет не позднее 21.00.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих изучение родного языка, иностранного языка, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.3. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО). При использовании на занятии ЭСО в середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

4.4. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по

климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

- 5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.
- 5.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.
- 5.3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
- 5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
- 5.5. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40-45 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

- 6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.
- 6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с обучающимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.
- 6.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 5 мин для отдыха со сменой вида деятельности.

**Лист согласования
Режима занятий обучающихся**

СОГЛАСОВАН

Педагогическим советом

МБОУ «СОШ №3 г.Ачхой-Мартан»

(протокол от 31.05.2025 №6)

СОГЛАСОВАН

Родительским комитетом

МБОУ «СОШ №3 г.Ачхой-Мартан»

(протокол от 30.05.2025 №4)