

МАОУ «Покчинская основная общеобразовательная школа имени И.И.Широкшина»

Согласовано  
на заседании  
общешкольного  
Родительского  
комитета

Согласовано  
на заседании  
ученического  
совета

Принято  
на заседании  
педсовета  
(протокол № 1  
от 15.09.2025г.)

Утверждено  
приказом директора  
школы Белиной О.В.  
от 15.09.2025г.  
№ 102-од

**Положение  
о режиме занятий обучающихся  
в МАОУ «Покчинская основная общеобразовательная  
школа имени И.И.Широкшина»**

с. Покча

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся МАОУ «Покчинская ООШ имени И.И.Широкшина» (далее – Школа) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями); Приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего образования» (с последующими изменениями); Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего, основного общего образования; постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (с последующими изменениями); постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» и Уставом Школы.

1.2. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) регламентирует режим занятий обучающихся Школы по очной форме обучения в части режима учебной деятельности, питания, внеklassной деятельности, двигательной активности, выполнения домашних заданий в соответствии с санитарными нормами и правилами. Особенности режима занятий по очно-заочной и заочной форме обучения определяются учебными планами, индивидуальными учебными планами и другими локальными актами Школы.

1.3. Организация образовательного процесса в Школе регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком, расписаниями занятий, настоящим Положением.

1.4. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательного процесса: обучающимися, их родителями (законными представителями) и работниками Школы.

## **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 и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы.

Начало учебного года может переноситься Школой при реализации общеобразовательной программы в очно-заочной форме обучения не более чем на один месяц, в заочной форме обучения – не более чем на три месяца.

2.2. Учебный год составляют учебные периоды: четверти (1 – 9 классы). Количество четвертей в течение учебного года – 4.

2.3. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей и полугодий, сроки и продолжительность каникул, 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 образовательного процесса**

3.1. Образовательный процесс в Школе осуществляется на основе учебного плана, календарного учебного графика, плана внеурочной деятельности, расписания занятий,

календарного плана воспитательной работы, разрабатываемых Школой самостоятельно и утверждаемых ежегодно приказом директора на начало учебного года.

3.2. Продолжительность учебного года: при получении начального общего образования составляет 34 недели, в 1 классе – 33 недели; при получении основного общего образования составляет 34 недели.

3.3. Обучение в школе ведется по пятидневной неделе в одну смену. Учебные занятия в Школе начинаются в 09.00. Проведение нулевых уроков не допускается. После каждого учебного периода следуют каникулы не менее 7 дней.

3.4. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований: - учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену, - обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый, - в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут, - предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения.

3.5. Продолжительность урока во 2-9-х классах - 40 минут.

3.6. Учебная нагрузка распределяется в соответствии с Санитарными правилами и нормами.

3.7. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет: - для обучающихся 1 класса - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры, - для обучающихся 2 - 4 классов - не более 5 уроков, - для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков, - для обучающихся 7 - 9 классов - не более 7 уроков.

3.8. Расписание звонков:

Понедельник	Вторник-пятница
9.00 - линейка	
09.05 - 09.40 – Разговоры о важном	
1 урок 10.10 - 10.50	1 урок 09.00 - 09.40
2 урок 11.00 – 11.40 (обед 1-4 кл.)	2 урок 09.50 – 10.30
3 урок 12.00 – 12.40 (обед 5-9 кл.)	3 урок 10.50 – 11.30 (обед 1-4 кл.)
4 урок 13.00 – 13.40	4 урок 11.50 – 12.30 (обед 5-9 кл.)
5 урок 13.50 – 14.30	5 урок 12.50 – 13.30
6 урок 14.40 – 15.20	6 урок 13.40 – 14.20
	7 урок 14.30 – 15.10

3.9. Учебные курсы занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

3.10. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором школы.

3.11. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся.

- 1 класс – 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя),
- 2-4 классы – предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 23 часа в неделю,
- 5 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 29 часов в неделю,
- 6 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 30 часов в неделю,
- 7 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 32 часа в неделю,

- 8 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю,
- 9 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю,

3.12. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели. При составлении расписания уроков используется таблица, в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

3.13. В школе установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.

3.14. При проведении занятий по иностранному языку, технологии, информатике и ИКТ допускается деление класса на две подгруппы при наполняемости не менее 25 человек.

При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам.

3.15. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в начальной и основной школе проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

3.16. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%.

3.17. В оздоровительных целях в школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме не менее 2 ч.

- физкультминутки на уроках,
- подвижные перемены,
- внеклассные спортивные занятия и соревнования,
- Дни здоровья,
- прогулка на свежем воздухе.

#### **4. Режим внеурочной деятельности**

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием занятий внеурочной деятельности, утвержденным директором Школы.

4.2. Расписание занятий внеурочной деятельности составляется отдельно от расписания уроков.

4.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены - не менее 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

4.4. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организация проведение внеурочной деятельности возможно в субботу.

4.5. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

#### **5. Изменение режима занятий обучающихся**

5.1. Изменения в режиме занятий обучающихся Школы утверждаются приказом директора Школы в соответствии с действующими требованиями в случаях: объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха, возникновения ЧС и аварийных ситуаций и других форс-мажорных обстоятельств