

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
протокол №6 от 17.02.2021

УТВЕРЖДЕНО:  
Приказом №18 от 17.02.2021г.

## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ГБОУ СО «БЕРЕЗОВСКАЯ ШКОЛА»

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий, ГБОУ СО «БЕРЕЗОВСКАЯ ШКОЛА» (далее – Школа) 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,
- 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 28.08.2020 № 442,
- Уставом ГБОУ СО «Березовская школа».

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

1.4. Временное изменение Режимы возможно только на основании приказа руководителя школы.

### 2. Режим занятий во время урочной и внеурочной деятельности

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, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год в 1-9 классах делится на учебные периоды: триместры. Количество триместров – 3.

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 конце учебного года.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров, 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, который разрабатывается и утверждается Школой самостоятельно.

### 3. Режим занятий

- 3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе.  
 3.2. Продолжительность урока (академический час) в 1-4 классах составляет 35 минут, в 5–9-х классах составляет 40 минут.  
 3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 8.10.  
 3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин.  
 3.5. Расписание звонков для 1-4-го классов:

№ п/п	Продолжительность урока	Перемена
<b>Зарядка 8:00 – 8:05</b>		
1 урок	8:05 – 8:40	
<b>Завтрак 8.40-9.20</b>		
2 урок	9:20 – 9:55	10 минут
3 урок	10:05 – 10:40	10 минут
4 урок	10:50 – 11:25	10 минут
<b>Динамическая пауза 11:25 – 11:55</b>		<b>Обед 11:25 – 11:45</b>
<b>Обед 11:55 – 12:15</b>		<b>Динамическая пауза 11:45 – 12:15</b>
5 урок	12:20 – 12:55	10 минут
6 урок	13:05 – 13:40	

Расписание звонков для 5-9 классов:

№ п/п	Продолжительность урока	Перемена
1 урок	8 <sup>10</sup> – 8 <sup>50</sup>	10 мин.
2 урок	9 <sup>00</sup> – 9 <sup>40</sup>	
<b>Завтрак 9<sup>40</sup> – 10<sup>20</sup></b>		
3 урок	10 <sup>20</sup> – 11 <sup>00</sup>	10 мин.
4 урок	11 <sup>10</sup> – 11 <sup>50</sup>	10 мин.
5 урок	12 <sup>00</sup> – 12 <sup>40</sup>	
<b>Обед 12.40 – 13.20</b>		
6 урок	13.20 – 14.00	10 мин.
7 урок	14.10 – 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 – 9-х классах – семи.

3.7. Изменения в расписании занятий допускается по производственной необходимости (больничный лист, участие в семинарах и мероприятиях, обучение и др.), в случаях объявления карантина, ограничительных мероприятий по приказу руководителя Школы.

### 4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

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%.

4.5. Во избежание несчастных случаев, связанных с пребыванием обучающихся на открытом воздухе при низких температурах воздуха считать активированным учебный день при следующих погодных условиях:

- для учеников 1-4 классов при температуре воздуха минус 28 градусов без ветра, минус 25 градусов с ветром (при скорости ветра не менее 4 м/с);

- для учеников 5-9 классов при температуре воздуха минус 30 градусов без ветра, минус 28 с ветром.

В активированный день деятельность школы осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников – в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.

Решение о возможности непосещения обучающимся Школы в активированный день принимают родители (законные представители).

## **5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

5.1. При использовании электронных средств обучения (далее – ЭСО) на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

5.2. 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 минут.

## **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6.4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.

6.5. Внеурочная деятельность обучающихся формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляет суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

6.6. Формат занятий внеурочной деятельности определяется программами внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.