

ПРИНЯТО
Общим собранием работников Учреждения
Протокол № 1 от «29» августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ СОШ № 80
Ж.М. Меньшенина
Приказ № 100 от «27» августа 2025г.



Положение о режиме занятий обучающихся МАОУ СОШ № 80

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 80 (далее – МАОУ СОШ № 80) разработано на основании следующих нормативных актов:

1.1.1.ФЗ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

1.1.2. Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрирован в Минюсте России 29.01.2021 г.);

1.1.3. Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

1.1.4. Устава МАОУ СОШ № 80;

1.1.5. Учебного плана МАОУ СОШ № 80.

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся МАОУ СОШ № 80.

1.3. Режим занятий обучающихся определяется приказом директора в начале учебного года и действует в течение учебного года. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора МАОУ СОШ № 80.

1.4. Настоящее Положение регламентирует функционирование МАОУ СОШ № 80 в период организации образовательной деятельности, каникул, летнего отдыха и оздоровления.

2. Цели и задачи

2.1. Упорядочение образовательной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми документами;

2.2. Обеспечение конституционных прав обучающихся на образование и здоровьесбережение.

3. Режим занятий обучающихся

Организация образовательной деятельности в МАОУ СОШ № 80 регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком, расписанием учебных занятий, занятий на дому, занятий по предметам части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, внеурочной деятельности, кружковой работы, расписанием звонков.

3.1. Продолжительность учебного года.

Учебный год начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

3.2. Регламентирование образовательного процесса.

3.2.1. Продолжительность учебного года в Учреждении в 1-х классах 33 недели, во 2-х-11-х классах не менее 34 недель (в 9, 11-х классах без учета государственной итоговой аттестации).

3.2.2. Продолжительность каникул в течение учебного года регулируется ежегодно календарным учебным графиком. Для обучающихся 1 классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале.

3.2.3. Учебный год в 1-9 классах делится на четыре четверти, в 10 – 11 классах – на 2 полугодия.

3.2.4. Учебные занятия могут осуществляться в две смены.

3.2.5. Перерыв между сменами должен составлять не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания, в случае неблагоприятной эпидемиологической ситуации для проведения дезинфекционной обработки перерыв увеличивают до 60 минут.

3.2.6. Продолжительность учебной недели:

5-ти дневная учебная неделя в 1 – 4 классах; 5-ти дневная учебная неделя в 5 – 11 классах.

3.2.7. Учебные нагрузки обучающихся определяются в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями к максимальным величинам недельной образовательной нагрузки:

- в 1-х классах не более 21 часа в неделю;
- во 2-4 классах не более 23 часов в неделю;
- в 5-х классах не более 29 часов в неделю;
- в 6-х классах не более 30 часов в неделю;
- в 7-х классах не более 32 часов в неделю;
- в 8-9 классах не более 33 часов в неделю;
- в 10-11 классах не более 34 часов в неделю

3.2.8. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2–4-х классов — не более 5 уроков;
- для обучающихся 5–6-х классов — не более 6 уроков;
- для обучающихся 7–11-х классов — не более 7 уроков.

3.2.9. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

3.2.10. Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 8 - 11 классов - не более 8 уроков.

3.2.11. Начало занятий в 8:00. Проведение нулевых уроков не допускается

3.2.12. Продолжительность урока.

Для обучающихся 2-11 классов - 40 минут.

В 1 классе используется «ступенчатый» режим обучения:

в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый;

в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый;

в январе - мае - по 4 урока по 40 минут каждый.

Продолжительность урока во время дистанционного обучения для обучающихся 1-11 классов 30 минут. Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанной с фиксацией взгляда непосредственно на экране устройства отображения информации на уроке, не должна превышать:

- для обучающихся в 1-2 классов – 10 мин;
- для обучающихся в 3-4 классах – 15 мин;
- для обучающихся в 5-7 классах – 20 мин;
- для обучающихся в 8-11 классах – 25 мин;

3.2.13. Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности независимо от продолжительности учебной недели, не более 10 часов в неделю.

3.2.14. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. После 1, 2 и 3 уроков устанавливаются перемены по 20 минут каждая.

3.2.14. Расписание звонков:

1 смена	Расписание звонков с понедельника по пятницу.	
	1 урок: 8 : 00	8 : 40
	2 урок: 9 : 00	9 : 40
	3 урок: 10 : 00	10 : 40
	4 урок: 11 : 00	11 : 40
	5 урок: 12 : 00	12 : 40
2 смена	6 урок: 12 : 50	13 : 30
	1 урок: 13 : 40	14 : 20
	2 урок: 14 : 40	15 : 20
	3 урок: 15 : 40	16 : 20
	4 урок: 16 : 30	17 : 10
	5 урок: 17 : 20	18 : 00
	6 урок: 18 : 10	18 : 50

3.2.15. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2 уроке; 2 - 4 классов - 2 - 3 уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов - на 2 - 4 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах).

Занятия физической культурой рекомендуется предусматривать в числе последних уроков. После уроков физической культуры не проводятся уроки с письменными заданиями и контрольные работы.

3.2.16. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблице

Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на экранах отраженного свечения	работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
1 - 2	10	15	15	15	20	10
3 - 4	15	20	20	15	20	15
5 - 7	20	25	25	20	25	20
8 - 11	25	30	30	25	25	25

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной

нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет:

для учащихся 1 - 2-х классов - не более 20 минут,

для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут,

для учащихся 5 - 6 классов - не более 30 минут,

для учащихся 7 - 11 классов - 35 минут.

Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1 - 4 классах не должна превышать 5 минут, в 5 - 11 классах - 10 минут.

Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках

в 1 - 2 классах составляет не более 25 минут,

3 - 4 классах и старше - не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60 - 80%, физкультминутки, офтальмотренажер).

С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения.

3.2.17. При проведении занятий по иностранному языку (2-11 классы), по информатике и ИКТ допускается деление класса на две группы. По обучению технологии (5-8, 10 - 11 классы) класс делится на группы по гендерному принципу.

3.2.18. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы.

Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках для 5-11 классов, на 2-3 уроках для 2-4 классов, на 2 уроке для 1 классов.

3.2.19. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

во 2-3 классах — 1,5 ч.,

в 4-5 классах — 2 ч.,

в 6-8 классах — 2,5 ч.,

в 9-11 классах — до 3,5 ч.

3.3. Режимные правила, обязательные для выполнения:

3.3.1 за 5 минут до начала урока обучающиеся и учителя готовятся к уроку в учебном кабинете, урок начинается строго со звонком;

3.3.2. Учителям не допускать:

- окончания урока до звонка;

- отпускать обучающихся с уроков на различные мероприятия без разрешения администрации;

- производить замену уроков без разрешения администрации;

- удалять обучающихся с уроков;

- оставлять обучающихся в классе во время перемены без контроля учителя;

3.3.3. Классным руководителям сопровождать обучающихся в раздевалку и присутствовать там до ухода из здания всех обучающихся;

3.3.4. Классным руководителям сопровождать обучающихся в столовую в соответствии с графиком питания;

3.3.5. Организовать пропускной режим для обучающихся, работников школы (по школьной карте), родителей с предъявлением документов (подтверждающих личность) с отметкой в журнале посещения;

3.3.6. Производить изменения в режиме занятий обучающихся на основании приказа директора и в соответствии с нормативными - правовыми документами в случаях объявления карантина, приостановления образовательной деятельности в связи с понижением температуры воздуха.

3.3.7. Обо всех случаях нарушения режима необходимо сообщать дежурному администратору.

3.4. Питание

Организация питания обучающихся осуществляется в соответствии с графиком, утвержденным директором МАОУ СОШ № 80. Учителя сопровождают обучающихся в столовую, присутствуют при приеме пищи обучающимися и обеспечивают порядок в столовой.

3.5. Режим двигательной активности обучающихся

3.5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях.

3.5.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивно-оздоровительного направления при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

3.5.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

3.5.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

3.5.5. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек	при скорости ветра 6 - 10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9°C	-6°C	-3°C	Занятия не проводятся
	12 - 13 лет	- 12°C	-8°C	-5°C	
	14 - 15 лет	-15°C	- 12°C	-8°C	
	16 - 17 лет	-16°C	-15°C	-10°C	

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

3.5.6. К участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

3.6. Режим занятий обучающихся по технологии

На занятиях технологии, предусмотренных образовательной программой МАОУ СОШ № 80, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

3.6.1. Все работы в кабинете технологии обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

3.7. Режим проведения промежуточной и государственной итоговой аттестации

3.7.1. Промежуточная аттестация в 2–8, 10 классах проводится в мае текущего учебного года без прекращения образовательной деятельности в соответствии с Уставом МАОУ СОШ № 80 и на основании решения педагогического совета.

3.7.2. Сроки проведения государственной итоговой аттестации обучающихся устанавливаются приказами Министерства просвещения Российской Федерации и Министерства образования и молодежной политики Свердловской области.

3.8. Организация воспитательного процесса

3.8.1. Организация воспитательного процесса регламентируется расписанием работы кружков, секций, внеурочной деятельности, детских общественных объединений, утвержденным директором МАОУ СОШ № 80;

3.8.2. Между началом занятий внеурочной деятельности и последним уроком устраивать перерыв продолжительностью не менее 40 минут.

3.8.3. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы МАОУ СОШ № 80 разрешается только после издания соответствующего приказа директора на основании заявлений родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора.

3.9. Занятость обучающихся в период летнего отдыха и оздоровления

Летняя кампания проводится с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в летнее время, профилактики правонарушений среди несовершеннолетних. В период проведения летней кампании в МАОУ СОШ № 80 функционирует оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

Организация воспитательного процесса в МАОУ СОШ № 80 в летний период регламентируется соответствующим приказом директора.

4. Заключительные положения

4.1. Настоящее Положение для ознакомления размещается на сайте школы.

Положение о режиме занятий
обучающихся МАОУ СОШ № 80
принято с учетом мнения

Совета родителей (протокол № 1 от 29.08.2025)

Совета обучающихся (протокол № 1 от 29.08.2025)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849223

Владелец Меньшенина Жанна Михайловна

Действителен с 08.08.2025 по 08.08.2026