ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
МБОУ СОШ №76
Протокол №1 от 31.08.2026г.

ПРИНЯТО
Советом школы
Протокол №1 от 31.08.2026г

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №76
_____ Н.Н. Равлюк
Приказ № 5 от 31.08.2026 г.

Положение о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 20212г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (с изменениями, действующими до 01.03.2027);
- Уставом МБОУ СОШ №76

1.2. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.3. Основные образовательные программы начального общего, основного общего т среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в образовательной организации начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным графиком основной образовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся 1 классов – 33 недели, для 2-8, 10 классов - 34 недели, для 9,11 классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

2.3. Учебный год составляет учебные периоды: четверти для начального общего и основного общего образования, полугодия для среднего общего образования.

2.4. После окончания каждой четверти следуют каникулы. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся первого класса в середине третьей четверти. Летние каникулы - не менее 8 недель.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточной аттестации устанавливается в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение ведется в режиме пятидневной учебной недели в 1-8 классах, в режиме шестидневной учебной недели 9-11 классах.
3.2. Продолжительность урока во 2х-11х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в первом классе устанавливается с применением ступенчатого режима наращивания учебной нагрузки и регламентируется требованиями санитарных норм.
3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало занятий первой смены в 8.00, второй смены в 13.55.
3.4. Расписание звонков для 2-11 классов и 1 классов (январь-май):

Понедельник-пятница		
№урока	1 смена	2 смена
1 урок	8.00-8.40	13.55-14.35
2 урок	8.50-9.30	14.50-15.30
3 урок	9.45-10.25	15.40-16.20
4 урок	10.40-11.20	16.25-17.05
5 урок	11.30-12.10	17.10-17.50
6 урок	12.15-12.55	17.55-18.35
7 урок	13.00-13.40	

Расписание звонков для 1 классов(сентябрь-декабрь):

№урока	1 смена
1 урок	8.00-8.35
2 урок	8.50-9.25
3 урок	9.45-10.20
4 урок	10.40-11.15
5 урок	11.30-12.05

3.5. Расписание учебных занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня соответствует СанПин.

3.6. Максимальная дневная суммарная аудиторная нагрузка:

1 класс - не более 4 уроков (при двух уроках физкультуры в неделю); при трёх уроках физкультуры в неделю допускается 5 уроков;

2–4 классы - не более 5 уроков;

5–6 классы - не более 6 уроков;

7–11 классы - не более 7 уроков.

3.7. При составлении расписания учитывается шкала трудности учебных предметов. Контрольные работы и изучение нового материала планируются - на 2–4-е уроки. Не допускается постановка двух трудных предметов подряд.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении занятий по иностранному языку, информатике, технологии при количестве обучающихся в классе 25 человек и более осуществляется деление классов на подгруппы.

4.2. Домашние задания, выполняемые обучающимися самостоятельно во внешкольный период времени, являются обязательной составляющей освоения образовательных программ. Определение объема домашних заданий осуществляется педагогическими работниками в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями (Таблица 6.6 главы VI СанПин 1.2.3685-21) с учётом возрастных, психофизических особенностей, способностей и интересов обучающихся. Рекомендуется минимизировать продолжительность выполнения домашних заданий, не превышая во 2-3 классах - 1,5 часов, в 4-5 классах - 2,0 часов, в 6-8 классах - 2,5 часов, в 9-11 классах - 3,5 часов. В 1-х классах домашние задания не задаются.

4.3. При реализации общеобразовательных программ используются различные образовательные технологии, в том числе цифровые и дистанционные образовательные технологии.

4.4. При использовании электронных средств обучения (ЭСО) соблюдаются лимиты:

1–2 классы: непрерывно - до 20 минут, суммарно в школе - до 40 минут в день;

3–4 классы: непрерывно - до 25 минут, суммарно - до 45 минут;

5–9 классы: непрерывно - до 30 минут, суммарно - до 60 минут;

10–11 классы: непрерывно - до 35 минут.

Также предъявляются требования к технике: диагональ монитора ПК и ноутбука - не менее 26,6 см, расстояние от глаз до экрана - не менее 50 см. Для электронных досок: непрерывно - до 5 минут в 1–4 классах и до 10 минут в 5–11 классах.

5. Режим внеурочной деятельности

5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений, курсов внеурочной деятельности регламентируется расписанием занятий.

5.2. Время проведения экскурсий, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с тематическим планированием и рабочей программой воспитания.

5.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

6. Дополнительные требования

6.1. При нахождении детей в ОО более 4 часов обеспечивается возможность организации горячего питания.

6.2. В учебных помещениях соблюдаются нормативы параметров микроклимата (температура, влажность, скорость движения воздуха) согласно СанПиН.

6.3. Проводятся регулярные проветривания учебных помещений и рекреаций в соответствии с нормативами.

6.4. При возникновении групповых инфекционных заболеваний или аварийных ситуаций, создающих угрозу здоровью, Школа в течение двух часов информирует территориальный орган Роспотребнадзора и проводит необходимые санитарно-противоэпидемические мероприятия.

6. Заключительные положения

6.1. Положение вступает в силу с момента его утверждения руководителем Учреждения.

6.2. Положение подлежит уточнению по мере внесения изменений в федеральные, региональные, муниципальные правовые акты.

6.3. Изменения в Положение вносятся приказом директора.