

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 98» городского округа Самара**

ПРИНЯТО
На заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от «29» августа 2025г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «Школа № 98» г. о. Самара
В. К. Пономарев
Приказ № 156-од от «29» августа 2025 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся**

1. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) определяет порядок организации образовательного процесса в МБОУ «Школа № 98» г. о. Самара (далее – школа) в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.
- 1.2. Положение разработано на основании следующих нормативных актов:
 - Федерального закона 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;
- Порядка 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.
- Устава школы.

2. Режим образовательной деятельности

- 2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.
- 2.2. Продолжительность учебного года на уровне начального общего образования (далее – НОО), основного общего образования (далее – ООО), среднего общего образования (далее СОО) составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – 33 недели.
- 2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти (1-4, 5-9, 10-11 классы). Количество четвертей – 4.
- 2.4. При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).
- 2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, который согласуется с Советом школы и утверждается приказом директора школы. Обучение в школе ведется в 1-7 классах по 5-ти дневной учебной неделе, в 8-11 классах по 6-ти дневной учебной неделе.
- 2.6. Продолжительность урока во 2-11 классах составляет 40 минут.

2.7. Обучение в 1 классе осуществляется с учетом 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. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четверти.

2.8. В школе организовано обучение в две смены. Начало уроков в первую смену – не ранее 8.00. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00. Проведение нулевых уроков и обучение в три смены не допускается.

2.9. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут, после второго и третьего урока – не менее 20 минут.

2.10. Продолжительность перерыва 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.

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

2.12. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть менее минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную нагрузку обучающихся:

- 1 класс – 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы – 23 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 5 класс – 29 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 6 класс – 30 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 7 класс – 32 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 8, 9 классы – 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 10, 11 классы – 37 часов в неделю (6-дневная учебная неделя).

2.13. При реализации образовательных программ должны соблюдаться следующие санитарно-эпидемиологические требования:

- объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего - 70% и образовательной программы среднего общего образования - 60%;
- суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки;
- часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

2.14. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учащихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в

течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для учащихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 5-6 классов - не более 6 уроков;
- для учащихся 7-11 классов - не более 8 уроков;
- факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

2.15. Организация профильного обучения не должна приводить к увеличению образовательной нагрузки.

2.16. При проведении занятий по технологии на уровне основного общего образования, иностранному языку на уровне основного общего образования и среднего общего образования, физической культуре на уровне среднего общего образования, по информатике и ИКТ, физике, химии (во время практических занятий) допускается деление класса на две группы 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, а также классов начального общего образования при изучении иностранного языка.

2.17. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения учащихся на уроках в начальной, средней и старшей школе

проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

- 2.18. В начальных классах плотность учебной работы учащихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%.
- 2.19. В оздоровительных целях в школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности учащихся в объеме не менее 2ч.:
 - уроки физической культуры в неделю;
 - физкультминутки на уроках;
 - подвижные перемены;
 - внеклассные спортивные занятия и соревнования;
 - Дни здоровья;
 - динамическая пауза;
 - секции внеурочной деятельности.
- 2.20. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы группы продленного дня, кружков, секций, детских общественных объединений.
- 2.21. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначается приказом директора.
- 2.22. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только по расписанию, утвержденному директором Школы.
- 2.23. Факультативные, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются через 40

мин. после окончания уроков (за исключением занятий спортивной направленности).

- 2.24. В Школе организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры учащихся в Школе организуются и проводятся в порядке, установленным федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

3. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

- 3.1. Во время электронного и дистанционного обучения соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.
- 3.2. Занятия с использованием электронных средств обучения (далее – ЭСО) с детьми до 5 лет не проводятся.
- 3.3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
- 3.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
- 3.5. 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.

4. Режим каникулярного времени

- 4.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

- 4.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.
- 4.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.
- 4.4. В случае, если учебные периоды соответствуют четвертям, сроки данных каникул утверждаются в соответствии с рекомендациями Департамента образования городского округа Самара.
- 4.5. Сроки каникул утверждаются директором Школы по согласованию с Учредителем.