

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 135 с углубленным изучением
предметов образовательной области «Технология» г. Перми**

ПРИНЯТ решением
Педагогического совета
МАОУ «СОШ № 135» г. Перми
протокол от 28.08.2021. №1

СОГЛАСОВАН
с. Управляющим советом
МАОУ «СОШ № 135» г. Перми
протокол от 03.09.2021. № 1

УТВЕРЖДЕН
приказом директора
МАОУ «СОШ № 135» г. Перми
от 18.10.2021 № 050-08/122-01-03/4-350

Директор: Куляпин Алексей Сергеевич

**Куляпин Алексей
Сергеевич**

Подписано цифровой
подписью: Куляпин Алексей
Сергеевич
Дата: 2021.12.10 11:59:51
+05'00'

Режим занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МАОУ «СОШ № 135» (далее – Школа) разработан в соответствии с:

✓ Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

✓ Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

✓ 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 МАОУ «СОШ № 135» г. Перми.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным режимом занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательной деятельности в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами. Принимается с учетом мнения родителей (законных представителей) обучающихся и утверждается приказом директора Школы. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа.

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.

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, 11-х классах, в 1-м классе. – 33 недели.

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 135 с углубленным изучением
предметов образовательной области «Технология» г. Перми**

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

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 середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, 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 основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется:

- ✓ по пятидневной учебной неделе в 1–4-х классах;
- ✓ по шестидневной учебной неделе в 5–11-х классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет: 35 минут в сентябре – декабре; 40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Во вторую смену не могут обучаться учащиеся 1-х, 5-х, 9-х, 11-х классов.

3.4. Начало уроков в первую смену – 8.00, во вторую – 13.00. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00. Проведение нулевых уроков не допускается.

3.4. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 3-х перемен в одну смену, продолжительностью не менее 20 минут. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором Школы.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – март
1	8:00–8:35	8:00–8:40
2	8:45–9:20	8:50–9:30
3	9:50–10:25	10:00–10:40
4	10:35–11:10	10:50–11:30

Расписание звонков для 2-11 классов:

Урок	Первая смена	Вторая смена
1	8:00-8:40	
2	8:50-9:30	
3	9:45-10:25	
4	10:45-11:25	
5	11:45-12:25	
6	12:45-13:25	
7		13:45-14:25
8		14:45-15:25
9		15:45-16:25
10		16:40-17:20
11		17:30-18:10
12		18:20-19:00

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 135 с углубленным изучением
предметов образовательной области «Технология» г. Перми**

обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- ✓ 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.

3.7. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с таблицей:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах)*		Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)**
	при 6-ти дневной неделе, не более	при 5-ти дневной неделе, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
1	-	21	10
2 - 4	26	23	10
5	32	29	10
6	33	30	10
7	35	32	10
8 - 9	36	33	10
10 - 11	37	34	10

Примечание:

* Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.
 ** Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий. Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

3.8. В условиях образовательного процесса в режиме домашней самоизоляции

- ✓ учебные занятия начинаются в 9.00.;
- ✓ продолжительность урока во 2 - 11 классах – 30 минут, в 1 классах – 20 минут;
- ✓ для 1-х классов увеличивается продолжительность перемен на 10 минут за счет сокращения длительности уроков (20 минут);
- ✓ горячее питание обучающихся осуществляется родителями (законными представителями) в соответствии с расписанием;
- ✓ при проведении занятий по физической культуре в режиме онлайн допускается выполнение заданий индивидуально каждым обучающимся.

4. Режим каникулярного времени

4.1. Каникулы в течение учебного года распределяются равномерно.

4.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

4.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

5. Особенности организации образовательного процесса

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 135 с углубленным изучением
предметов образовательной области «Технология» г. Перми**

5.1. При проведении занятий по иностранному языку и технологии в 5-9-х и 10-11-х классах, физической культуре в 10-11-х классах, по информатике, физике, химии (во время практических занятий) допускается деление класса на две группы при наполняемости более 25 человек. При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам, а также 1-4-х классов при изучении иностранного языка.

5.2. В начальных классах допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах).

5.3. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.

5.4. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

5.5. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль осанки, 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.

5.6. 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 составляет не менее 70%.

6. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

6.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

6.2. 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, офтальмотренаж).

6.2. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

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

6.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

6.5. 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

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 135 с углубленным изучением
предметов образовательной области «Технология» г. Перми**

заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

7. Режим внеурочной деятельности

7.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием внеурочной деятельности, работы кружков, секций, детских общественных объединений.

7.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 40 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

7.3. Факультативные, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

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

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

7.6. Организованный выход обучающихся за пределы Школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, педагогический работник, который назначен приказом директора.

7.7. Профессиональные пробы и практики могут проводиться как в течение учебного года, так и после завершения годовых учебных занятий в пределах учебного года.

7.8. Зачет занятий в организациях дополнительного образования в качестве внеурочной деятельности происходит на основании предоставления справки от организации дополнительного образования и недельной нагрузке обучающегося.