



**ПРИНЯТО**

На заседании Педагогического совета  
Протокол № 1 от 30 августа 2024 года

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МАОУ «Лицей «Солярис»  
\_\_\_\_\_ О.Ю. Мирошниченко  
Приказ № 397 от 30 августа 2024 года

**ПОЛОЖЕНИЕ  
о режиме занятий обучающихся**

## 1. Общие положения

1.1. Настоящее положение о режиме занятий учеников МАОУ «Лицей «Солярис» (далее – Учреждение) разработан в соответствии:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 года № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 года № 2;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утверждённым приказом Минпросвещения от 22.03.2021 года № 115.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования, адаптированные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утверждённым расписанием занятий.

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

## 2. Учебный год

2.1. Учебный год в Учреждении 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 учеников 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 учеников уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учёта государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды:

для 1-9 классов – четверти,

для 10-11 классов – полугодия.

Количество четвертей в учебном году – четыре.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам первого класса в середине третьей четверти.

2.6. В 9, 11 классах продолжительность аттестационного периода и летних каникул определяется с учетом прохождения учащимися итоговой аттестации.

2.7. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, полугодий, 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 Учреждении ведется:

- по пятидневной учебной неделе – в 1–11-х классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по пятидневной 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 устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

- 35 минут в сентябре–декабре;
- 40 минут в январе–мае.

Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в Учреждении организованы в одну смену.

Учебные занятия для обучающихся с ОВЗ проводятся только в первую смену.

3.3.1. Начало уроков в первую смену для обучающихся 1-11 классов (кроме 1 А2, 1 А3 класса) – 08:00.

3.3.2. Начало уроков в первую смену для обучающихся 1 А2, 1 А3 класса – 08:50.

3.4. После каждого урока ученикам 1-11 классов (за исключением 1 А2, 1 А3 классов) предоставляется перерыв 10 минут, после третьего и четвертого

урока – 20 минут, после пятого и шестого – 15 минут. Для обучающихся 1 А2, 1 А3 классов предоставляется перерыв 10 минут, после второго и третьего урока – 20 минут, после четверного – 15 минут

### 3.5. Расписание звонков для 1-го класса

Образовательная деятельность	Сентябрь– октябрь	Ноябрь– декабрь	Январь–май
1-й урок	8:00–8:35	8:00–8:35	8:00–8:40
1-я перемена	8:35–8:45	8:35–8:45	8:40–8:50
2-й урок	8:45–9:20	8:45–9:20	8:50–9:30
Динамическая пауза	9:20–9:50	9:20–9:50	9:30–10:10
3-й урок	9:50–10:25	9:50–10:25	10:10–10:50
3-я перемена	–	10:25–10:35	10:50–11:00
4-й урок	–	10:35–11:10	11:00–11:40
4-я перемена	–	11:10–11:20	11:40–11:50
5-й урок	–	–	–
Перерыв между последним уроком (занятием) и началом внеурочных/дополнительных занятий	20 минут	20 минут	20 минут

### Расписание звонков для 1 А2, 1 А3 классов

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й урок	08.50 - 9.30	1-й урок
1-я перемена	09.30 - 09.40	1-я перемена
2-й урок	09.40 - 10.20	2-й урок
2-я перемена	10.20 – 10.40	2-я перемена
3-й урок	10.40 – 11.20	3-й урок
3-я перемена	11.20 – 11.40	3-я перемена
4-й урок	11.40 – 12.20	4-й урок
4-я перемена	12.20 – 12.35	4-я перемена
5-й урок	12.35 – 13.15	5-й урок
Перерыв между последним уроком (занятием) и началом внеурочных/дополнительных занятий, не менее 20 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития		

Расписание звонков для 2–11-х классов

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1 урок: 8.00 – 8.40	40	10
2 урок: 8.50 – 09.30	40	10
3 урок: 09.40 – 10.20	40	20
4 урок: 10.40 – 11.20	40	20
5 урок: 11.40 – 12.20	40	15
6 урок: 12.35 - 13.15	40	15
7 урок: 13.30 – 14.10	40	10
8 урок: 14.20 – 15.00	40	10
9 урок: 15.10 – 15.50	40	
Перерыв между последним уроком (занятием) и началом внеурочных/дополнительных занятий, не менее 20 минут		

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников и шкалой трудности учебных предметов. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой в течение дня не должен превышать:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков за счёт физической культуры;
- 2–4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счёт физической культуры;
- 5–6-х классах – шести;
- 7–11-х классах – семи.

Количество уроков для обучающихся с ОВЗ не превышает:

- в 1-х классах - четырех и один раз в неделю возможно пять уроков за счёт физической культуры;
- во 2–4-х классах – пяти;
- 5–11-х классах – шести.

#### 4. Организация обучения на дому

Обучение на дому может быть организовано по письменному заявлению родителей (законных представителей) обучающегося на имя директора на основании медицинского заключения. Для обучающихся на дому приказом Учреждения определяется индивидуальный учебный план, расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с обучающимися.

#### 5. Особенности организации образовательного процесса

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

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

5.4. 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 процентов.

5.5. Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной

и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

## **6. Особенности организации образовательного процесса при электронном и дистанционном формате**

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

6.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

6.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

6.4. 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.

## **7. Режим внеурочной деятельности**

7.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы Учреждения.

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

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

7.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 20 минут.

7.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет не менее 20 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

## **8. Режим проведения промежуточной и государственной итоговой аттестации**

8.1. Промежуточная аттестация проводится по каждому учебному предмету, курсу, дисциплине, (модулю) в конце учебного года во 2-11 классах, путём выставления годовой отметки.

8.2. Сроки проведения государственной итоговой аттестации учащихся 9, 11 классов устанавливаются в соответствии с приказом Министерства просвещения РФ и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки.

## **9. Занятость обучающихся в период весеннего/летнего отдыха и оздоровления**

9.1. Весенняя/летняя оздоровительная кампания проводится с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в весеннее/летнее время, профилактики правонарушений среди несовершеннолетних.

9.2. В период проведения летней оздоровительной кампании в Учреждении, функционирует летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

9.3. Организация воспитательного процесса в Учреждении в летний период регламентируется соответствующим приказом директора.

### **СОГЛАСОВАНО**

на заседании  
Совета обучающихся  
Протокол № 1  
«29» августа 2024 года

### **СОГЛАСОВАНО**

на заседании  
Совета родителей  
Протокол № 1  
«29» августа 2024 года