



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №29»**

141032, Московская область, г.о. Мытищи,  
д. Беляниново, ул. Московская, д.19

тел/факс 8 (495) 588-48-54  
e-mail: [mtsh\\_school\\_29@mosreg.ru](mailto:mtsh_school_29@mosreg.ru)

---

УТВЕРЖДЕНО приказом  
директора от 03.09.2024 № 110/8-  
ОД

**Положение о режиме занятий в муниципальном  
бюджетном общеобразовательном учреждении  
«Средняя общеобразовательная школа № 29**

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) разработано в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ СОШ № 29 (далее – образовательная организация (ОО)).

## **2. Режим образовательного процесса**

2.1. Образовательный процесс в ОО осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого ОО самостоятельно в соответствии с основными образовательными программами начального общего, основного общего и среднего общего образования, календарным учебным графиком и регламентируется расписанием занятий, утверждённым приказом директора ОО.

2.2. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, даты начала и окончания каникул, продолжительность учебной недели, продолжительность урока, время начала и окончания уроков, сроки проведения промежуточной аттестации. 2.3. Учебный год в ОО начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет в первом классе – 33 недели, во 2-11 классах - 34 недели.

2.4. Продолжительность каникул в течении учебного года (суммарно) составляет не менее 30 календарных дней, летом не менее 8 недель.

2.5. Для обучающихся первых классов устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы (7 календарных дней).

2.6. Календарный учебный график, определяющий конкретные сроки начала и окончания учебных триместров и каникул, разрабатывается и утверждается ОО ежегодно.

2.7. Промежуточная аттестация в переводных 2-4, 5-8, 10-х классах проводится согласно графику, который разрабатывается и утверждается ежегодно приказом директора без прекращения образовательного процесса. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации учащихся 9, 11 классов определяются совместными приказами Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службой по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзором).

2.8. Сроки проведения торжественных мероприятий: праздник «Последний звонок», выпускные вечера определяются в соответствии с календарным учебным графиком и расписанием экзаменов.

2.9. Обучение в ОО ведётся: в 1-11-х классах по 5-ти дневной учебной неделе; 6-ой день проведение дополнительных занятий и занятий по внеурочной деятельности

2.10. Учебные занятия проводятся в одну смену.

2.11. Продолжительность урока во всех классах составляет 40 минут, за исключением первого класса, в котором используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 4 урока в день по 35 минут

каждый; в ноябре, декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; январь- май – по 40 минут каждый).

2.12. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большие перемены ( после второго и третьего уроков) – 20 минут каждая.

2.13. Для обучающихся первых классов количество уроков в день составляет не более 4 и один день в неделю не более 5 уроков за счёт урока физической культуры, для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счёт урока физической культуры; для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков в день, для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков в день.

2.14. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков, с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.15. Количество часов, отведённых на освоение обучающимися учебного плана ОО, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает в совокупности величину недельной образовательной нагрузки. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах:

Классы	При 5-дневной учебной	При 6-дневной учебной
1	21	
2-4	23	
5	29	
6	30	
7	32	
8	33	
9		36
10-11		37

2.16. Расписание уроков составляется отдельно от занятий по курсам деятельности. Между началом занятий по курсам внеурочной деятельности и

последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

2.17. Длительность занятий внеурочной деятельности учащихся зависит от возраста и вида деятельности. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

2.18. 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 часа; в 4-5 классах –2 часа; в 6-8-х классах – 2,5 часа, в 9-11 классах – до 3,5 часа.

2.19. В ОО по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продлённого дня обучающихся, которые начинают свою работу после окончания уроков. Режим работы каждой группы утверждается приказом директора ОО.

2.20. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся в 1-7 классах на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.21. Режим работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным компьютерам и организации работы на них. 2.24. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста проводится три урока физической культуры в неделю, предусмотренных в объёме максимально допустимой недельной нагрузки.

2.22. При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе. В дождливые, ветреные дни занятия физической культуры проводятся в спортивном зале.

2.23. Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, обеспечивается за счёт: физкультминуток; внеклассных спортивных

занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья; самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

2.24. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учётом 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 обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учётом заключения врача. Учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

2.25. В ОО организовано медицинское обслуживание обучающихся. Медицинские осмотры учащихся в ОО организуются и проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.26. Обучающиеся допускаются к занятиям после перенесённого заболевания только при наличии справки врача-педиатра.

2.27. Оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносятся сведения о группе здоровья, группе занятий физической культурой, рекомендуемом размере учебной мебели.

2.28. Для организации занятий обучающихся по состоянию здоровья на дому на основании приказа директора ОО определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с учащимися. О расписании занятий классный руководитель своевременно уведомляет родителей (законных представителей) обучающихся.

2.29. В ОО организуется горячее питание обучающихся.

2.30. При выходе обучающихся за пределы здания ОО (экскурсии, соревнования, городские мероприятия и др.) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале. Выход разрешается только после издания соответствующего приказа директора ОО.

2.31. На уроках физической культуры, технологии, информатики, химии, физики проводятся инструктажи по охране труда. Факт проведения инструктажа фиксируется в журнале установленной формы.

### **3. Режим внеурочной деятельности**

3.1 Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы внеурочной деятельности, группы продлённого дня, кружков, секций, детских общественных объединений.

3.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы ОО разрешается только после издания соответствующего приказа директора ОО. При выходе учащихся за пределы здания ОО проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несёт учитель, воспитатель, который назначен приказом директора.

3.3. Групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 45 минут после окончания уроков.

3.4. Часы групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой нагрузки.

3.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

3.6. В ОО по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продлённого дня обучающихся, которые начинают свою работу после окончания уроков. Режим работы каждой группы утверждается приказом директора ОО.

#### **4. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

4.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

4.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

4.3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается.

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

4.5. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

4.6. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учётом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00.

4.7. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

4.8. Максимальная продолжительность работы с компьютерами и ноутбуками для школьников:

Классы	На уроке, минут	Суммарно за день в школе, минут	Суммарно за день дома, минут
1–2-е	20	40	80
3–4-е	25	50	90
5–9-е	30	60	120
10–11-е	35	70	170

4.9. ОО должна обеспечить изменения планов проведения уроков, с учётом гибкого подхода к выбору тем для дистанционных занятий. При планировании дистанционного занятия педагоги придерживаются исполнения нормы непрерывной работы с компьютерами и ноутбуками для учащихся.

4.10. При наличии социального запроса, подтверждённого заявлениями родителей ОО может открыть «Цифровые классы» - классы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

4.11. Режим обучения в таких классах не должен выходить за регламент требований, предусмотренных действующим законодательством РФ, регулирующего вопросы обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, а также нормы продолжительности, установленные СП2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

4.12. Цифровые классы могут быть открыты только на уровне среднего общего образования с режимом обучения:

- 10 классы – четыре дня обучения очно и один день обучения дистанционно;
- 11 классы - три дня обучения очно и два дня обучения дистанционно.