

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Кольского района
Мурманской области
Кольская открытая (сменная) общеобразовательная школа
(МБОУ «Кольская СОШ»)

Принято

Педагогическим советом
(протокол от 01.11.23
№ 4)

Согласовано

Управляющим советом
Протокол № 4 от
01.11.23

Утверждено

Директор МБОУ Кольской
СОШ МБОУ
Ц.Ж.Тончилова



Режим занятий учащихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ Кольской СОШ (далее – школа) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом 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,
- 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 22.03.2021 № 115.

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

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

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. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней основного, среднего общего образования составляет не менее 35 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 12-х классах.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти или полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодия – 2.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (триместров), 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 8-12 -х классах;

3.2. Продолжительность урока (академический час) в 8-12-х классах составляет 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков в первую смену – 9.00, во вторую – 17.00. Занятия второй смены заканчиваются в соответствии с расписанием.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго или третьего урока – 30 мин.

3.5. Расписание звонков:

1 смена

Класс	Начало занятий и расписание звонков	Кабинет	Классный куратор
8 класс	9 ⁰⁰ - 9 ⁴⁰ 9 ⁵⁰ - 10 ³⁰ 10 ⁴⁰ - 11 ²⁰ 11 ³⁰ - 12 ¹⁰ 12 ²⁰ - 13 ¹⁰	Кабинет информатики	
9А класс	9 ⁰⁰ - 9 ⁴⁰ 9 ⁵⁰ - 10 ³⁰ 10 ⁴⁰ - 11 ²⁰ 11 ³⁰ - 12 ¹⁰ 12 ²⁰ - 13 ¹⁰	Кабинет химии	
10А класс	9 ⁰⁰ - 9 ⁴⁰ 9 ⁵⁰ - 10 ³⁰ 10 ⁴⁰ - 11 ²⁰ 11 ³⁰ - 12 ¹⁰ 12 ²⁰ - 13 ¹⁰	Кабинет русского языка	

2 смена

Класс	Начало занятий и расписание звонков	Кабинет	Классный куратор
9Б класс	понедельник, вторник, среда, четверг 17 ⁰⁰ - 17 ⁴⁰ 17 ⁵⁰ - 18 ³⁰ 18 ⁴⁰ - 19 ²⁰ 19 ³⁰ - 20 ¹⁰ 20 ²⁰ - 21 ⁰⁰	Кабинет химии	
11А класс	Понедельник, вторник, четверг 17 ⁰⁰ - 17 ⁴⁰ 17 ⁵⁰ - 18 ³⁰ 18 ⁴⁰ - 19 ²⁰ 19 ³⁰ - 20 ¹⁰ 20 ²⁰ - 21 ⁰⁰	Кабинет русского языка	
12Б класс	Понедельник, вторник, четверг, суббота 17 ⁰⁰ - 17 ⁴⁰ 17 ⁵⁰ - 18 ³⁰ 18 ⁴⁰ - 19 ²⁰ 19 ³⁰ - 20 ¹⁰ 20 ²⁰ - 21 ⁰⁰	Кабинет математики	

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих изучение родного языка в образовательных организациях, в которых наряду с русским языком изучается родной язык, государственный язык республик Российской Федерации, иностранный язык, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

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

4.4. 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%.

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

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

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

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. 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.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора школы.

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут.

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