

УЧТЕНО  
Мнение Совета Лицея  
МБОУ «Краснослободский  
многопрофильный лицей»

ПРИНЯТО  
На заседании Педагогического Совета  
МБОУ «Краснослободский  
многопрофильный лицей»  
Протокол №1 от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ «Краснослободский  
многопрофильный лицей»  
\_\_\_\_\_ Е.Н. Голубева  
Приказ №128/1от «03» сентября 2024г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**О РЕЖИМВ АНЯТИЙ**  
**МБОУ «Краснослободский многопрофильный лицей»**

## **1. Об щ и е о л о ж е н и я**

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ Краснослободский многопрофильный лицей» (далее – Лицей) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- (СанПиН 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) «Гигиеническими нормативами и требованиями к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2.
- Уставом Лицея.

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. У ч е б н ы й**

2.1. Учебный год в Лицее 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.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти (2-9 классы) и полугодия (10-11 классы). Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.

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. Р е ж и м н я т и й

3.1. Обучение в школе ведется:

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

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

Лицей открыт для приема детей с 07.30.

3.2. Продолжительность уроков составляет:

2 - 11 классы - 45 минут;

1 классы:

35 минут - в сентябре-октябре по 3 урока в день,

35 минут - в ноябре-декабре по 4 урока в день,

40 минут - в январе-мае по 4 урока в день.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену.

Начало уроков – 8.30 для 1-11 классов.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 мин.

3.5. Расписание звонков:

1 урок	08.30 - 09.15
2 урок	09.25 - 10.10
3 урок	10.25 - 11.10
4 урок	11.25 - 12.10
5 урок	12.30 - 13.15
6 урок	13.30 - 14.15
7 урок	14.25 - 15.10
8 урок	15.20 – 16.05

Организация горячего питания:

	<b>Вр е м я</b>	<b>К л а с с ы</b>
Завтрак	09.15 - 09.25	1 -3 классы
	10.10 – 10.25	4 -5 классы
	11.10 – 11.25	6-8 классы
Обед	12.10 - 12.30	8 - 11 классы
	13.00 -13.20	ГПД

3.6. Расписание уроков составляется с учетом требований санитарно-эпидемиологическими требованиями к образовательным организациям, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (СП 2.4.3648-20).

Максимально допустимое количество уроков в день:

3.6.1. не более 4 уроков и один день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры - в 1-х классах;

3.6.2. не более 5 уроков в день - во 2-4 классах;

3.6.3. не более 7 уроков в день - в 5-11 классах.

С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.

Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.д.) 1-4-х классах не должна превышать 7-10 минут, в 5-11-х классах 10-15 минут.

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники должен соответствовать гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

Школьное расписание уроков создается отдельное для обязательных и факультативных занятий. Перерыв между факультативным занятием и последним уроком должен быть не менее 40 минут. Расписание уроков строится с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Не допускается проведение сдвоенных уроков в начальной школе.

Работа спортивных секций, кружков, кабинетов информатики, учебных мастерских допускается только по расписанию, утвержденному директором Лицея.

Домашние задания даются с учетом возможности их выполнения в следующих пределах: в 1-3 классах - 1,5 часа, в 4-5 классах - 2 часа, в 6-8 классах - 2,5 часа, в 9-11 классах - до 3,5 часов.

#### **4. О с о б е н н о с т и о р г а н и з а ц и и о б у ч е н и я в л и ц е**

4.1. 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 и более группы.

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 занятия при использовании ИКТ**

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

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

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

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. Режимные требования**

6.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором Лицея.

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

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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