

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1 от 31 августа 2022г.

Утверждаю  
Директор школы:   
«01» сентября 2022г.



## Режим занятий учащихся МАОУ «СОШ №38 г.Улан-Удэ»

### І. Общие положения

Настоящий режим занятий учащихся МАОУ «СОШ №38 г.Улан-Удэ» разработан на основании следующих документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;
- Санитарно-эпидемиологические правила 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (сovid-19)», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16;

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

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

### ІІ. Учебный год

Учебный год в Школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

Учебный год заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы Школы.

Продолжительность учебного года на первой, второй и третьей ступенях общего образования составляет не менее 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации, в 1-х классах - 33 учебных недели.

Учебный год составляют учебные периоды: четыре четверти. При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы.

Дата начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, 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 устанавливается годовым календарным учебным графиком, разрабатываемым и утверждаемым Школой самостоятельно в соответствии с примерным календарным учебным графиком.

### III. Режим занятий

Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1-11 классах.

Продолжительность урока (академический час) во 2-11 классах составляет 40 мин. Продолжительность уроков в 1 классе устанавливается с применением “ступенчатого” режима обучения в первом полугодии: в сентябре, октябре проводятся 3 урока по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый; один день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

Учебные занятия в Школе организуются в две смены. Начало занятий в первую смену – 8.10 часов, во вторую - 13.30ч.

Продолжительность перемен между уроками составляет 5-20 минут. Для организации питания учащихся в режим учебных занятий после третьего и четвертого уроков устанавливаются две перемены по 20 минут каждая.

#### Расписание звонков

| Первая смена          |                      |                |                       |          |               |                       |                |                       |          |
|-----------------------|----------------------|----------------|-----------------------|----------|---------------|-----------------------|----------------|-----------------------|----------|
| 1 классы              |                      | 9-10-11 классы |                       | Перемены | 4 А, Б классы |                       | 5б - 6а классы |                       | Перемены |
| 1.                    | 8.00-8.35            | 1.             | 8.00-8.35             | 5 мин.   |               |                       |                |                       | 5 мин.   |
| 2.                    | 8.40-9.15            | 2.             | 8.40-9.15             | 15 мин.  | 1.            | 8.40-9.15             | 1.             | 8.40-9.15             | 15 мин.  |
| 3.                    | 9.30-10.05<br>(обед) | 3.             | 9.30-10.05            | 20 мин.  | 2.            | 9.30 -10.05<br>(обед) | 2.             | 9.30 -10.05           | 20 мин.  |
| 4.                    | 10.25-11.00          | 4.             | 10.25-11.00<br>(обед) | 20 мин.  | 3.            | 10.25-11.00           | 3.             | 10.25-11.00<br>(обед) | 20 мин.  |
|                       | Влажная уборка       | 5.             | 11.20-11.55           | 10 мин.  | 4.            | 11.20-11.55           | 4.             | 11.20-11.55           | 10 мин.  |
|                       |                      | 6.             | 12.05-12.40           | 5 мин.   | 5.            | 12.05-12.40           | 5.             | 12.05-12.40           | 5 мин.   |
|                       |                      | 7.             | 12.45-13.20           |          | 6.            |                       | 6.             | 12.45-13.20           |          |
| <b>Влажная уборка</b> |                      |                |                       |          |               |                       |                |                       |          |

| Вторая смена          |                    |           |                   |          |                    |          |                    |  |         |
|-----------------------|--------------------|-----------|-------------------|----------|--------------------|----------|--------------------|--|---------|
| 2 – 3 классы          |                    | 5А классы |                   | 7а класс |                    | 8а класс |                    |  |         |
| 1.                    | 12.45-13.20        |           |                   |          |                    |          |                    |  | 10 мин. |
| 2.                    | 13.30-14.05        | 1.        | 13.30-14.05       | 1.       | 13.30-14.05        | 1        | 13.30-14.05        |  | 5 мин.  |
| 3.                    | 14.10-14.45 (обед) | 2.        | 14.10-14.45       | 2        | 14.10-14.45        | 2        | 14.10-14.45        |  | 20 мин. |
| 4.                    | 15.05-15.40        | 3.        | 15.05-15.40(обед) | 3        | 15.05-15.40 (обед) | 3        | 15.05-15.40 (обед) |  | 20 мин. |
| 5.                    | 16.00-16.35        | 4.        | 16.00-16.35       | 4        | 16.00-16.35        | 4        | 16.00-16.35        |  | 5 мин.  |
|                       | Влажная уборка     | 5.        | 16.40-17.15       | 5        | 16.40-17.15        | 5        | 16.40-17.15        |  | 5 мин.  |
|                       |                    | 6.        | 17.20-17.55       | 6        | 17.20-17.55        |          | 17.20-17.55        |  |         |
| <b>Влажная уборка</b> |                    |           |                   |          |                    |          |                    |  |         |

Расписание уроков утверждается директором Школы. Расписание уроков составляется с соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учащихся и шкалой трудности учебных предметов. 3.6.С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательном деятельности обеспечивается за счет:

- физкультминутки;
- организованных подвижных игр, динамических пауз на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

Изменения в режиме занятий учащихся Школы определяются приказом директора Школы по санитарно-эпидемиологическим, климатическим и другим основаниям.

#### **IV. Особенности организации образовательного процесса в дистанционном формате**

4.1 Школа в праве проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СанПин 3.1/2.4.3598-20, СанПин 3.1/2.4.35948-20 и составляет не более 30 мин.

Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 15-20 мин., а большая перемена (для перерыва на обед)-40 мин.

Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.

#### **V. Режим внеурочной деятельности**

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

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

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

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

Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 10 минут.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575832

Владелец Турунхаева Валентина Сафроновна

Действителен с 02.03.2021 по 02.03.2022