

СОГЛАСОВАНО: Ученическое самоуправление лица Протокол № 1 от 30.08. 2023	ПРИНЯТО: Педагогический совет МОАУ «Лицей №2» Протокол № 1 от 30.08.2023	УТВЕРЖДАЮ: Директор МОАУ «Лицей №2» М.Ю. Иванова Приказ № 345 -од от 01.09.2023
---	---	--

Бахиркина Е.Л.
СОГЛАСОВАНО:
Союз родителей лица

**Режим занятий обучающихся в муниципальном общеобразовательном автономном учреждении
«Лицей №2»**

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МОАУ «Лицей № 2» (далее – школа) разработан в соответствии:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СанПиН 2.4. 3648–20, СанПиН 1.2.3685-21 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- 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.

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. Обучение по основной образовательной программе основного и среднего общего образования завершается обязательной итоговой аттестацией (ч. 3 ст. 59 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ, п. 26 Порядка, утв. приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115). Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год составляют учебные периоды – четверти. Количество четвертей в учебном году – 4, они чередуются с каникулами. Они чередуются с каникулами. Минимальный срок каникул — семь календарных дней (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20). Для первоклассников предусмотрена дополнительная неделя каникул в середине третьей четверти.

2.3. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) устанавливаются календарным учебным графиком основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий обучающихся

3.1. Обучение в школе ведется: по пятидневной учебной неделе в 1-8-х классах; по шестидневной учебной неделе в 9-11-х классах, ученики с ОВЗ обучаются пять дней в неделю (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20). Количество учебных смен -1.

3.2. Начало уроков - 8 ч 00 мин.

3.3. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах не превышает 45 мин, у детей с ОВЗ урок длится не более 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого увеличения учебной нагрузки и составляет:

– 35 мин в сентябре - октябре по 3 урока; в ноябре - декабре по 4 урока в день по – 35 мин; в январе – мае по 4 урока в день по 40 мин. В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 мин.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после первого, второго и третьего уроков – 20 мин.

3.5. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (СанПиН 1.2.3685-21 — таблицы 6.9, 6.10, 6.11). Для предупреждения переутомления, в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в среду или в четверг (п. 2.10.3, 3.4.16 СП 2.4.3648-20).

3.6. Для слабовидящих обучающихся 1-4 классов при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не превышает 10 минут, для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего общего образования - не более 15 минут.

Учебная нагрузка на детей в неделю (гигиенические нормы СанПиН 1.2.3685-21)

Классы	Максимально допустимая учебная нагрузка в часах	
	при 6-дневной рабочей неделе	при 5-дневной рабочей неделе
1-е	—	21
2–4-е	26	23
5-е	32	29
6-е	33	30
7-е	35	32
8–9-е	36	33
10–11-е	37	34

Сдвоенные уроки в 1–4-х классах не проводятся. Исключение — занятия по лыжной подготовке и плаванию на уроках физкультуры. В остальных классах могут проводиться сдвоенные уроки (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21).

3.7. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры воздуха, относительной влажности и скорости движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

3.8. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Предусмотрен перерыв не менее 20 минут между последним уроком и началом занятий.

4.2. Перерыв между уроками и внеурочной деятельностью — минимум 30 минут (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20). В первых классах в середине учебного дня организована динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20).

4.3. Заместители директора (Приложение 1) контролируют, дозировку и чередование разных видов учебной деятельности. Их продолжительность зависит от класса. В 1–4-х классах один вид учебной деятельности должен длиться 5–7 минут, а в 5–11-х — 7–10 минут (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21).

4.4. Учителя – предметники проводят гимнастику для глаз. Если дети работают с электронными средствами обучения, ее проводят в середине урока. Если только с учебником, то на перемене.

4.5. Учителя – предметники планируют и проводят с обучающимися упражнения для всего тела во время учебных занятий, чтобы повысить активность центральной нервной системы, снять мышечное напряжение, укрепить мышцы и связки нижних конечностей (п. 2.10.2, 2.10.3, 3.5.13 СП 2.4.3648-20). Перерыв на гимнастику составляет минимум две минуты (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21).

4.6. Учителя – предметники контролируют время работы с электронными средствами обучения на уроке. Оно ограничено СП 2.4.3648-20 и гигиеническими нормативами — таблица 6.8 СанПиН 1.2.3685-21.

4.7. Объем обязательной части образовательной программы начального общего образования составляет– 80%, образовательной программы основного общего образования – 70% и образовательной программы среднего общего образования – 60%.

4.8. Объем домашних заданий (по всем предметам) и затраты времени на его выполнение не превышают (в астрономических часах): во 2-3-х классах – 1,5 ч., в 4-5-х классах – 2 ч., в 6-8-х классах – 2,5 ч., в 9-11-х классах – 3,5 ч. В первом классе обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

5. Особенности режима для детей с ОВЗ

- 5.1. Для учеников с ОВЗ действуют общие правила организации режима дня с учетом особенностей: меньше учебных дней и уроков, чередование нагрузки на глаза. Для них организована пятидневная учебная неделя. В субботу может быть организована внеурочная деятельность (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20).
- 5.2. Уроки организованы только в первую смену. Максимальная нагрузка в день для учащихся с ОВЗ в 2–4-х классах не превышает 5 уроков, а в 5–11-х классах — 6 уроков (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21).
- 5.3. Продолжительность урока до 40 минут. Для слабовидящих учеников в 1–4-х классах непрерывная зрительная нагрузка не превышает 10 минут при разных видах учебной деятельности. А для учеников на уровне общего и среднего образования — 15 минут, чередуйте тактильное восприятие информации детьми с остаточным зрением, которые учатся по рельефной системе Брайля, — минимум два раз за урок. При этом непрерывная зрительная работа составляет 5 минут (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20).
- 5.4. Перерыв между уроками и внеурочной деятельностью— минимум 30 минут. Исключение, если занятия для детей с ОВЗ по СИПР. В этом случае перемена необязательна, так как урочная и внеурочная деятельность чередуются в течение дня.
- 5.5. Занятия по внеурочной деятельности в объеме до 10 часов в неделю. Из них минимум пять часов отводится на обязательные занятия коррекционной направленности (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20).

6. Дистанционное обучение

- 6.1. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате.
- 6.2. Продолжительность занятий установлены (п. 3.5.12 СП 2.4.3648-20).
- 6.3. Расписание дистанционных занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 мин., а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 мин. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут. Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.
- 6.4. Педагог – предметник планирует и проводит с детьми гимнастику для глаз и физкультминутки минимум две минуты — это общая норма для всех занятий, в том числе дистанционных,
- 6.5. Педагог – предметник планирует время работы с электронными средствами обучения. Есть ограничения по дневному и урочному использованию компьютеров и ноутбуков (п. 2.10.2 СП 2.4.3648-20, таблица 6.8 СанПиН 1.2.3685-21).

Продолжительность использования ноутбуков и компьютеров

Классы	На уроке, не более минут	Суммарно в день в школе, не более минут	Суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), не более 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

7. Режим внеурочной деятельности

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

7.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным планированием и планом воспитательной работы.

7.3. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать, в том числе дистанционные мероприятия. Часы внеурочной деятельности организованы в формах, отличных от урочных. Предусмотрено проведение исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

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