



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 1 с. п. Плиево»  
386124, Назрановский р-он, с.п. Плиево, ул. Осканова, 44, Email: [shkola1\\_plievo@mail.ru](mailto:shkola1_plievo@mail.ru)

<p><b>«СОГЛАСОВАНО»</b> Ученическое самоуправление школы Протокол № 1 от 30.08. 2023</p>	<p><b>«ПРИНЯТО»</b> На заседании педсовета ГБОУ «СОШ № 1 с. п. Плиево» Протокол № 1 от 28.08.2023 г.</p>	<p><b>«УТВЕРЖДАЮ»</b> Директор ГБОУ «СОШ № 1 с. п. Плиево» _____ А. Х. Горчханов Приказ № 24/7 от 28.08.2023 г.</p>
--	--	---

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ В  
ГБОУ «СОШ № 1 с. п. Плиево»**

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся ГБОУ «СОШ №1с.п. Плиево» (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 СП2.4.3648-20).

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-х классах;  
по шестидневной учебной неделе во 2-11-х классах.

Количество учебных смен - 2.

3.2. Начало уроков - 1 смена: 8 ч. 00 мин.

2 смена: 14ч. 00 мин.

3.3. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах не превышает 40 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.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 5 мин, после третьего урока – 10 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)**

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

Сдвоенные уроки в 1–4-х классах не проводятся. В остальных классах могут проводиться сдвоенные уроки (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21).

3.8. 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 классе.

3.7. 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 20 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. Режим внеурочной деятельности**

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

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

5.3. 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.

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