

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом школы
Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором МБОУ СОШ №189
Е.В.Шаталовым
Приказ № 135/2 от 31.08.2023 г.



**Режим занятий обучающихся МБОУ СОШ №189
на 2023-2024 учебный год**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.1. Настоящий режим занятий учеников МБОУ СОШ № 189 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 условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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 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 нормами и правилами.

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. Учебный год для учеников 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 учеников 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. Количество четвертей в учебном году – четыре.
- 2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 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. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе – в 1–4-х классах;
- по шестидневной учебной неделе – в 5–11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

- 35 минут в сентябре–декабре;
- 40 минут в январе–мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Обучающиеся 1-х, 5-х, 9-х и 10–11-х классов обучаются в первую смену.

3.3.1. Начало уроков в первую смену – 8:00, во вторую – 13:50. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19:00.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 минут, после второго и третьего уроков – 20 минут.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса

Урок	Сентябрь–декабрь	Январь–март
1	8:00–8:35	8:00–8:40
2	8:50–9:25	8:50–9:30
3	9:50–10:25	9:50–10:30
4	10:40–11:15	10:50–11:30

Расписание звонков для 2–11-х классов

Расписание звонков на понедельник-пятницу		Расписание звонков на субботу	
1 смена	2 смена	1 смена	2 смена
1. 8 ⁰⁰ – 8 ⁴⁰		1. 8 ⁰⁰ – 8 ⁴⁰	
2. 8 ⁵⁰ – 9 ³⁰		2. 8 ⁵⁰ – 9 ³⁰	
3. 9 ⁵⁰ – 10 ³⁰		3. 9 ⁴⁵ – 10 ²⁵	
4. 10 ⁵⁰ – 11 ³⁰		4. 10 ⁴⁰ – 11 ²⁰	
5. 11 ⁴⁰ – 12 ²⁰		5. 11 ³⁰ – 12 ¹⁰	
6. 12 ³⁰ – 13 ¹⁰		6. 12 ²⁰ – 13 ⁰⁰	
	1. 13 ⁵⁰ – 14 ³⁰		1. 13 ¹⁰ – 13 ⁵⁰
	2. 14 ⁵⁰ – 15 ³⁰		2. 14 ⁰⁰ – 14 ⁴⁰
	3. 15 ⁵⁰ – 16 ³⁰		3. 14 ⁵⁰ – 15 ³⁰
	4. 16 ⁴⁰ – 17 ²⁰		4. 15 ⁴⁰ – 16 ²⁰

	5. 17 ³⁰ – 18 ¹⁰		5. 16 ³⁰ – 17 ¹⁰
	6. 18 ²⁰ – 19 ⁰⁰		6. 17 ²⁰ – 18 ⁰⁰

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

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков за счет физической культуры;
- 2–4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5–6-х классах – шести;
- 7–11-х классах – семи.

4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

4.1. При проведении учебных занятий по иностранным языкам, технологии, физической культуре, информатике возможно деление классов на группы.

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

5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ

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

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

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. 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 курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

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

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

6.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 30 минут.

6.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Закрепление учебных кабинетов за классами

	А	Б	В	Г	Д	Е	Ж
	Язикова 33 Татьяна Юрьевна	Конча 31 Юлия Сергеевна	Григорьева 46 Елена Владимировна	Крылова 29 Елена Юрьевна	Новалова 47 Елена Викторовна	Шамрай 49 Оксана Александровна	
2	Клочихина 48 Наталья Игоревна	Кондратова 30 Анна Вячеславовна	Дронова 32 Лионелла Ивановна	Свеженцева 10 Екатерина Анатольевна	Язикова 33 Татьяна Юрьевна	Мангирова 8 Екатерина Александровна	Шумайлова 7 Ксения Александровна
3	Горбулина 31 Людмила Викторовна	Шамрай 49 Оксана Александровна	Свеженцева 10 Екатерина Анатольевна	Украинская 29 Татьяна Николаевна	Новалова 47 Елена Викторовна	Ефремова 9 Елена Анатольевна	Кузина 9 Александра Витальевна
4	Дронова 32 Лионелла Ивановна	Кондратова 30 Анна Вячеславовна	Клочихина 48 Наталья Игоревна	Банникова 7 Юлия Николаевна	Аксёнова 6 Наталья Валерьевна	Потапова 8 Елена Алексеевна	Конча 31 Юлия Сергеевна
5	Сидоркина 42 Светлана Юрьевна	Рассолова 19 Инна Владимировна	Новикова 25 Яна Сергеевна	Волкова 23 Дарья Павловна	Ушакова 20 Светлана Андреевна	Муминова 22 Людмила Алексеевна	
6	Колоусова 40 Валентина Анатольевна	Дмитренко 24 Наталья Викторовна	Пророк фр Наталья Владимировна	Тихова 36 Алла Алексеевна	Лесюнина 45 Анастасия Алексеевна	Шалару 39 Марина Алексеевна	
7	Ушакова 20 Светлана Андреевна	Андрейко 45 Ксения Сергеевна	Стефанова 39 Елена Сергеевна	Курта 42 Оксана Викторовна	Берёзкин 4а Илья Сергеевич	Зуева 17 Анна Викторовна	
8	Рассолова 19 Инна Владимировна	Муминова 22 Людмила Алексеевна	Акулова 46 Екатерина Сергеевна	Савельева 44 Елена Николаевна	Королькова 38 Ольга Васильевна	Дечко 40 Зинаида Геннадьевна	
9	Вовченко 18 Анастасия Павловна	Макиенко 25 Римма Николаевна	Вальтер 3 Оксана Васильевна	Тихова 36 Алла Алексеевна	Федотова 43 Дарья Дмитриевна	Алчакова 3 Сурайа Игоревна	Кочнев 34 Иван Александрович
10	Шерстяных 27 Елена Викторовна	Сидоркина 42 Светлана Юрьевна					
11	Вершинина 44 Татьяна Сергеевна	Голубь 41 Татьяна Борисовна					

График работы столовой

1 СМЕНА

8.40 – Буфет

9.20 – 9.40 – 1 А, Б, В, Г, Д, Е;

9.30 – 9.40 – Льготное питание.

10.30 – 10.50 – 2 А, Б, В, Г, Е, Ж; 3 Е; 4 Д; 9 – ВСЕ.

11.30 – 11.40 – 5 - ВСЕ; 6 В, Г; 10 А, Б; 11 А, Б;

12.20 – 12.30 - Сотрудники школы.

2 СМЕНА

14.30 – 14.50 – 3 А, Б, В, Г, Д, Ж; 2 Д; 6 А, Б, Д, Е;

15.30 – 15.50 – 4 А, Б, В, Г, Е, Ж; 7 – ВСЕ; 8 – ВСЕ.

15.30 – 15.50 – Льготное питание.

Столовая работает до 16.00