МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 21

УЧТЕНО
мнение Совета
обучающихся
Протокол №1 от
29.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 79/9-Д
от 31.08.2026

Директор Куликова О.В.

УЧТЕНО
мнение Совета родителей
(законных
представителей)
обучающихся
Протокол №1 от
29.08.2026

ПОЛОЖЕНИЕ
О режиме занятий обучающихся в МБОУ СОШ № 21

1. Общие положения

1.1.Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
1.2.СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19,
1.3.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 (в редакции от 08.05.2026)
1.4.Уставом МБОУ СОШ № 21
1.5.Режим занятий учащихся является обязательным документом, способствующим организации учебного процесса. Режим занятий составляется администрацией школы к началу учебного года.
1.6.Режим занятий учащихся рассматривается на первом заседании педагогического совета школы нового учебного года, утверждается приказом директора школы.
1.7.Настоящее Положение регламентирует функционирование Школы в период организации образовательного процесса, каникул, летнего отдыха и оздоровления учащихся, а также график посещения школы участниками образовательного процесса и иными лицами.
1.8. Режим работы директора и его заместителей определяется с учетом необходимости обеспечения руководства деятельностью Школы**.**

2. Требования к календарному графику

2.1. Учебный год в ОО начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.
2.2. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального, основного общего образования составляет 34 недель без учета ГИА в 9-х и 11-х классах, в 1-м классе-33 недели. Продолжительность учебного года устанавливается основными образовательными программами, фиксируется в годовом календарном графике.
2.3. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий и в соответствии с годовым календарным учебным графиком учебный год распределяется на четверти: I четверть – 8 учебных недель; II четверть – 7 учебных недель; III четверть – 11 учебных недель. IV четверть – 9 учебных недель. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, в летний период – не менее 8 недель и регулируется ежегодно календарным учебным графиком.
2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – четыре.
2.5. 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.
2.6. Обучающиеся 1-11 классов обучаются по пятидневной учебной неделе. Учебная
2.7. Обучение 1-11 классов ведется в первую смену.

3. Режим дня и расписание уроков

3.1. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами предметных областей или смежных наук.
3.2. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели. Рекомендуется предметы с максимальным баллом трудности не ставить в расписание последними уроками. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны имеют облегченный учебный день в среду или в четверг.
3.3. Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке и плаванию.
3.4. Перерыв между последним уроком и началом внеурочной деятельности и (или) дополнительных занятий составляет не менее 30 минут.
3.5. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в первом классе устанавливается с применением «ступенчатого» наращивания учебной нагрузки и составляет 35 минут в сентябре – декабре и 40 минут в январе – мае. В первых классах в сентябре-октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый.
3.6. Начало уроков в 8-00

3.7. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены 20 минут. Вместо одной большой перемены допускается две перемены по 20 минут каждая.
3.8. Питание осуществляется по отдельному графику.
3.9. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. Количество уроков не превышает: 1 класс – со второй четверти четыре и один раз в неделю пять (за счет физической культуры); 2-4 классах- пять и один раз в неделю шесть (за счет физической культуры); 5-6 классах –шесть; 7-8 классах- семь.
3.10. Окончание занятий не позднее 16.00. При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций до 20:00 для детей от 8 до 15 лет и до 21:00 для тех, кто старше 16 лет (в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 17.03.2025 № 2, действующим с 01.09.2025 по 01.03.2027).
3.11. Объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не должен превышать 10% от всего объема учебного времени, отводимого на изучение данного учебного предмета в данном классе в текущем учебном году.
3.12. Суммарный объем домашнего задания по всем предметам для каждого класса не должен превышать продолжительности выполнения 1,5 часа - для 2 и 3 классов, 2 часа - для 4-5 класса , 2,5 часа - для 6 - 8 классов, 3,5 часа - для 9-11 классов.
3.13. Домашнее задание на следующий урок рекомендуется задавать на текущем уроке, при наличии электронного журнала дублировать в нем задание не позднее времени окончания учебного дня. Для выполнения задания, требующего длительной подготовки (например, подготовка доклада, реферата, оформление презентации, заучивание стихотворений), рекомендуется предоставлять достаточное количество времени.
3.14. Использование электронных средств обучения в ходе реализации образовательной деятельности, включая выполнение домашних заданий, внеурочную деятельность, проводится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями и Гигиеническими нормативами.
3.15. Расписание звонков утверждается ежегодно.

4. Особенности организации образовательного процесса

1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих изучение родного языка в образовательных организациях, в которых наряду с русским языком изучается родной язык, государственный язык республик Российской Федерации, иностранный язык, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.
2. 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.
3. 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 проводятся в зале. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении
1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.2.4283-26 .
2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
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 19.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности
1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора школы.
2. 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.
3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.

7. **Требования к организации учебно-воспитательного процесса школы**
7.1. Расписание учебных занятий составляется с учетом санитарно-гигиенических требований к расписанию и утверждается директором школы.
7.2. Недельная нагрузка учащихся в 1-11 классах соответствует учебному плану.
7.3.Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет: - для обучающихся 1 классов – 4 урока и 1 день в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры; - для обучающихся 2–4 классов – 5 уроков, и 1 день в неделю – 6 уроков, за счет урока физической культуры; - для учащихся 5–6 классов – 6 уроков, 7-11 классов – 7 уроков.
7.4. Режим занятий объединений дополнительного образования устанавливается расписанием, утверждаемым директором школы по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.
7.5. Перед началом каждого урока подается звонок. Педагоги во время перемен дежурят по этажам и обеспечивают дисциплину учащихся, а также несут ответственность за поведение детей на всех переменах.

7.6. Дежурство педагогов по Школе осуществляются в соответствии с графиком, составленным заместителем директора по воспитательной работе в начале учебного года и утвержденным директором.

7.7. Время начала работы каждого учителя – за 15 минут до начала своего первого урока. Дежурство учителей по Школе начинается за 20 минут до начала учебных занятий и заканчивается через 20 минут после окончания последнего урока.
7.8. Организацию образовательного процесса осуществляют учителя, педагоги в соответствии с перечнем обязанностей, установленных «Должностной инструкцией».
7.9. Учителям категорически запрещается впускать в класс посторонних лиц без предварительного разрешения директора, а в случае его отсутствия –заместителя директора.
7.10. Ответственным за пропускной режим Школы, категорически запрещается впускать в здание Школы посторонних (иных) лиц без предварительного разрешения. К иным лицам относятся: представители общественности, другие лица, не являющиеся участниками образовательного процесса.
7.11. Педагогам категорически запрещается вести прием родителей во время уроков. Встречи педагогов и родителей обучающихся осуществляются на переменах или вне уроков педагога по предварительной договоренности.
7.12. Категорически запрещается отпускать обучающихся с уроков на различные мероприятия (репетиции, соревнования) без разрешения администрации Школы.
7.13. Категорически запрещается удаление обучающихся из класса, моральное или физическое воздействие на обучающихся.
7.14. Категорически запрещается производить замену уроков по договоренности между учителями без разрешения администрации Школы.
7.15.Учитель, ведущий последний урок, выводит детей этого класса в раздевалку и присутствует там до ухода из здания всех обучающихся.
7.16. Классные руководители и учителя в соответствии с графиком дежурства, сопровождают детей в столовую, присутствуют при приеме пищи детьми и обеспечивают порядок.
7.17. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы Школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, сопровождающий обучающихся и назначенный приказом директора.
7.18. Работа спортивных секций, кружков допускается только по расписанию, утвержденному директором.
7.19. График питания обучающихся, дежурства по Школе утверждается директором ежегодно.
7.20. В Школе, с целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся, должны проводиться на уроках физкультурные минутки и гимнастика для глаз.
7.21. Изменение в режиме работы Школы определяется приказом директора в соответствии с нормативными - правовыми документами в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха.
7.22. Режим работы Школы в актированные дни:
7.221. В актированный день деятельность Школы осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников — в

соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.
7.22.2. В период установления затяжных морозов администрация Школы имеет право изменить режим работы.
7.22.3. Решение о возможности непосещения обучающимся Школы в актированный день принимают родители (законные представители).
7.22.4. В случае прихода обучающегося в Школу в актированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.
7.22.5.В случае отсутствия обучающегося на учебных занятиях в актированный день, он самостоятельно выполняет задания, получая их от классного руководителя (учителя-предметника) в различной форме (СМС-сообщения, электронная почта), через электронный журнал, дистанционное обучение.

8. Режим работы в выходные и праздничные дни

8.1. Работа сотрудников в выходные и праздничные дни осуществляется в соответствии со статьями 111,112 Трудового Кодекса Российской Федерации и регламентируется приказом директора.

9. Режим работы Школы в каникулы

9.1. В период осенних, зимних, весенних каникул педагогический и учебно - вспомогательный персонал работают согласно утвержденному плану работы, графикам работ с указанием видов деятельности, которую будет выполнять педагог на каникулах. В этот период он может привлекаться к педагогической, методической, организационной работе, связанной с реализацией образовательной программы, в пределах установленного ему объема учебной нагрузки (педагогической работы).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990687

Владелец Куликова Ольга Владимировна

Действителен С 03.04.2026 по 03.04.2027

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646126932392126385511121901609448613269948990687

Владелец Куликова Ольга Владимировна

Действителен С 03.04.2026 по 03.04.2027