

УТВЕРЖДЕН
приказом МАОУ Школа № 108
от 29.08.2025 № 420

**Режим занятий обучающихся 1-11 классов
на 2025-2026 учебный год**

Настоящий Режим занятий обучающихся установлен в целях обеспечения и соблюдения конституционных прав граждан Российской Федерации и Республики Башкортостан на образование, гарантии общедоступности и бесплатности общего образования, в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с учетом мнения совета обучающихся, родительского комитета в соответствии со ст. 30 Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Учебный год в МАОУ Школа № 108 (далее – Учреждение) начинается в 2025 году 1 сентября и заканчивается 25 мая 2026 года для 1,9,11 классов и 25 мая 2026 года для 2-10 классов.

Продолжительность учебного года составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – 33 недели. В соответствии с годовым календарным учебным графиком учебный год распределяется на четверти//полугодия.

Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель.

Для обучающихся в 1 классе в феврале устанавливаются дополнительные недельные каникулы. Сроки и продолжительность каникул в каждом учебном году определяются годовыми календарными учебными графиками.

Обучение проводится в первую смену.[1]

Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе;

Учебные занятия начинаются в [2]

- 8.00 - для 1-4,5,8-11 кл.,

- 14.00-2г,3б,3г,4б,4в 6-7 классов.

Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет: [3]

- 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 один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 5-дневной учебной неделе;

- для обучающихся 5–6 классов – 6 уроков;

- для обучающихся 7–11 классов – 7 уроков.

В классах компенсирующего обучения (при их наличии) максимальное число уроков в день составляет[4]:

- в начальных классах (кроме первого класса) – 5;

- в 5–11 классах – 6.

Элективные и внеурочные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом элективных и внеурочных занятий и последним уроком устраивается перерыв продолжительностью 45 минут. Расписание уроков, занятий внеурочной деятельности:

Общеобразовательные организации применяют «плавающее» расписание уроков и перемен с целью минимизации контактов детей, в том числе во время проведения термометрии, приема пищи в столовой. Понятие «сменность» в организации учебного процесса не применяется.

Отдельные группы обучающихся (макро-группы, включающие в себя классы, параллели классов, классы, расположенные в одной рекреации, на одном этаже и пр.) формируются с учетом возможности их распределения по отдельным изолированным рекреациям (этажам) с определением времени начала занятий для каждой макро-группы.

Учебные занятия начинаются не ранее 8.00. Время завершения учебных занятий – не позднее 19.30 (примерное расписание прилагается).

Расписание занятий составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий.

При формировании расписания для отдельных групп, классов следует предусмотреть организацию начала занятий для обучающихся 1-х, 5-х, 9-х, 11-10-х классов в первой половине учебного дня.

При формировании макро-групп учащихся необходимо предусмотреть возможность их формирования в рамках 1-2 параллелей с целью организации сквозных групп обучающихся для изучения родных языков.

Необходимо исключить объединение обучающихся из разных классов (групп) в одну группу продленного дня, не допускать формирование "вечерних дежурных" групп.

Система единых школьных звонков для общеобразовательных организаций, с «плавающим расписанием» для отдельных классов (групп) не применяется. Рекомендуются организовать систему оповещения для каждой макро-группы обучающихся с использованием звуковых сигналов, установленных на электронных устройствах учителя (классного руководителя).

В целях обеспечения порядка передвижения различных групп обучающихся необходимо организовать дежурство сотрудников школы на этажах, в рекреациях, переходах и иных помещениях. [5]

Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. [6]

Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы проводятся на 2 уроке; 2–4 классов – 2–3 уроках; для обучающихся 5–11 классов – на 2–4 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. [7]

В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся, как правило, на 2–4 уроках. [8]

Продолжительность урока (академический час) во всех классах, за исключением 1-х классов в 1 полугодии («ступенчатый режим»), составляет **35 минут**. [9]

Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований: [11]

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре–декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; январь–май – по 4 урока по 35 минут каждый) [12];
- для посещающих группу продленного дня организуется 2-разовое питание (горячий завтрак и обед) и прогулки;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- для обучающихся 1-11 классов проводятся занятия по внеурочной деятельности по выбранным направлениям;

Для предупреждения переутомления обучающихся и сохранения оптимального уровня их работоспособности на протяжении недели в расписании занятий предусматривается облегченный учебный день – четверг или пятница. [13]

14. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 уроков) – 20 минут. [14]

В 1 классе в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью 40 минут. [15]

Между занятиями по основным общеобразовательным программам и посещением объединений дополнительного образования в Учреждении, в том числе проведения внеурочной деятельности, устанавливается перерыв для отдыха не менее часа [16].

Окончание занятий в спортивных секциях согласно расписанию заканчиваются не позднее 20.00 ч. [17]

Занятия спортивных секций и кружках в Учреждении могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы. [18]

Максимальная продолжительность занятий в объединениях дополнительного образования в учебные дни составляет 1,5 часа, в выходные и каникулярные дни – 3 часа. После 30–40 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений [19].

Режим занятий объединений дополнительного образования и спортивных секций устанавливается расписанием, утверждаемым директором Учреждения по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

Посещение обучающимся занятий более чем в 2 объединениях дополнительного образования не рекомендуется [20].

При привлечении обучающихся среднего и старшего возрастов к трудовой деятельности режим дня должен организовываться в соответствии с санитарными

правилами по содержанию и организации работы лагерей труда и отдыха и гигиенических критериев допустимых условий и видов работ для профессионального обучения и труда подростков [21].

Организация индивидуального обучения обучающихся на дому проводится на основании заключения лечебного учреждения. [22] Количество часов в неделю составляет:

- в 1–4 классах – до 21-23 часов;
- в 5–8 классах – до 29-32 часов;
- в 9 классе – до 33 часов;
- в 10–11 классах – до 34 часов в неделю. [23]

Иные особенности режима занятий обучающихся в Учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

Ссылки на нормативные акты:

[1] СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

[2] п.2.2.2. Методических рекомендаций "Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья" (Письмо Минобрнауки России от 30.05.2012 N МД-583/19)

СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (с изменениями от 17.03.2025г);

Согласно примерной основной образовательной программе основной школы продолжительность урока в основной школе составляет 40 минут.

[4] СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

[5] Приказ Министерства здравоохранения РФ от 30 июня 2016 г. № 436н "Об утверждении перечня заболеваний, наличие которых дает право на обучение по основным общеобразовательным программам на дому"

[6] Письмо Рособрнадзора от 07.08.2018 N 05-283 "Об обучении лиц, находящихся на домашнем обучении" Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки Письмо от 7 августа 2018 г. N 05-283 «Об обучении лиц, находящихся на домашнем обучении».

Указ Главы Республики Башкортостан от 18 марта 2020 года № УГ-111 «О введении режима «Повышенная готовность» на территории Республики Башкортостан в связи с угрозой распространения в Республике Башкортостан новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV)» (с актуальными изменениями);

СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

СП 3.1.2.3116-13 «Профилактика внебольничных пневмоний»;

СП 3.1/2.4.3648-20 «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 (COVID-19)»;

методические рекомендации Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 12.05.2020 г. № 02/9060-2020-24 «О направлении рекомендаций по организации работы образовательных организаций в условиях распространения COVID-19»;

письмо Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Министерства просвещения Российской Федерации от 7 февраля 2020г. № 02/1814-2020-23/СК-32/03 «О направлении информационных материалов»;

письмо Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Министерства просвещения Российской Федерации от 13 февраля 2020г. № 02/2120-2020-32 «О рекомендациях по проведению уборки и дезинфекции автотранспорта».

письмо Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Министерства просвещения Российской Федерации от 12 августа 2020г. «Об организации работы общеобразовательных организаций»;

письмо Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Республике Башкортостан от 13 августа 2020г. № 02-00-07/исх-8542-2020 «О противоэпидемических мероприятиях в очаге COVID-19, внебольничной пневмонии в образовательных организациях»;

письмо ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» от 11 августа 2020 № 02-20-02/11-2511-2020 «О предоставлении информационных материалов».

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550829966

Владелец Абуляев Рафик Рашитович

Действителен с 27.10.2025 по 27.10.2026