

муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2»
г. Минусинска Красноярского края

СОГЛАСОВАНО

Управляющим советом
МОБУ «СОШ № 2»
(Протокол
№ 5 от 25.06.2025г.

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
МОБУ «СОШ № 2»
(Протокол
№ 18 от 29.08.2025г.)

УТВЕРЖДЕНО

Приказом
МОБУ «СОШ № 2»
Приказ № 01-04-512/1 от
29.08.2025г

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
муниципального общеобразовательного бюджетного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

1. Режим занятий разработан в соответствии с нормативными документами:
 - Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
 - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22 марта 2021 г. № 115;
 - Санитарными правилами СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» № 28 от 28.09.2020 г.
 - Постановлением Главы города Минусинска Красноярского края «О внесении изменений в Постановление Администрации города Минусинска от 20.11.2020 г. № АГ - 2994-п «Об организации электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий на территории города Минусинска» № АГ - 2479-п от 30.12.2020 г.;
 - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 N 704 "О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования";
 - Уставом МОБУ «СОШ № 2».
2. Образовательный процесс в школе организуется на основе Календарного учебного графика начального общего, основного общего и среднего общего образования, Учебного плана начального общего, основного общего и среднего общего образования и регламентируется расписанием занятий.
3. Режим занятий и учебная нагрузка обучающихся школы определяются в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях.
4. 1-9 классы - пятидневная учебная неделя, 10-11 классы - шестидневная учебная неделя.
5. Максимальная допустимая недельная

нагрузка составляет: в I классе - 21 час;
во II - IV классы - 23 часа;

V класс - 29 часов;

VI класс - 30 часов;

VII класс - 32 часа;

VIII - IX классы – 33 часа;

X - XI класс - 37 часов.

6. Образовательная недельная нагрузка распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся I классов не должен превышать 4 уроков и один день в неделю - не более 5 уроков.
- для обучающихся II - IV классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков при шестидневной учебной неделе;
- для обучающихся V - VI классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся классов VII - XI - не более 7 уроков.

7. Для профилактики переутомления обучающихся в календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

8. Учебный год начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной, то на следующий за ним рабочий день.

Продолжительность учебного года составляет:

в I классе - 33 учебные недели,

во II - XI классах - 34 учебные недели.

9. Для обучающихся устанавливаются в течение учебного года каникулы.

Продолжительность каникул составляет:

по окончании I четверти (осенние каникулы) - 9 календарных дней;

по окончании II четверти (зимние каникулы) - 9 календарных дней;

дополнительные каникулы - 9 календарных дней (для I классов);

по окончании III четверти (весенние каникулы) - 9 календарных дней;

по окончании учебного года (летние каникулы) - не менее 8 недель.

10. Устанавливается следующий режим занятий: начало занятий - в 08.10 часов, продолжительность урока:

в I классе - 35 минут в первом полугодии, 40 минут - во втором полугодии;

во II - XI классах - 40 минут;

продолжительность перемен между уроками - 10 - 20 мин;

проведение нулевых уроков не допускается.

В VIII - XI классах допускаются сдвоенные уроки.

11. Обучение обучающихся I, IV, V, VI, VII, VIII, IX, X, XI классов осуществляется в первую смену. Обучение обучающихся II, III, классов осуществляется во вторую смену

12. Обучение в I-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую

смену;

- 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 40 минут каждый);
- проведение динамической паузы в середине учебного дня продолжительностью не менее 40 минут;
- для посещающих группу продленного дня необходима организация питания и прогулок;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

13. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, для организации горячего питания учащихся устанавливаются три перемены по 20 минут каждая после 2, 3 и 4 уроков в 1 смену и после 1 и 2 уроков во 2 смену.

14. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных, кружковых занятий, внеурочной деятельности. Предпрофильные и профильные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

15. Расписание занятий составляются с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня 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).

Урочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по 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%.

При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального уровня общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного и среднего

уровня общего образования предметы естественнонаучного профиля чередуются с гуманитарными предметами. Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы проводятся на 2 уроке; 2- 4 классов - 2-3 уроках; для обучающихся 5-11-х классов на 2-4 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

В течение учебного дня следует проводить не более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.

Длительность контрольной работы (письменная проверка) составляет от одного до двух уроков (не более чем 45 минут каждый). У первоклассников контрольных работ нет, проводить их можно только начиная со 2-го класса.

Длительность практической работы, являющейся формой организации учебного процесса, направленной на выработку у обучающихся практических умений, включая лабораторные, интерактивные и иные работы и не являющейся формой контроля, составляет один урок (не более чем 45 минут).

Количество контрольных и проверочных работ не должны превышать 10% учебного времени по каждому предмету в конкретном классе в текущем учебном году.

16. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60 - 80 %.

17. Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1-4 классах не должна превышать 7-10 минут, в 5- 11 классах - 10-15 минут.

18. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения должны соблюдаться следующие требования:

использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия;

одновременное использованием обучающимися на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается;

для образовательных целей мобильные средства связи не используются;

при использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5 - 7 лет - 5 - 7 минут, для учащихся 1 - 4-х классов - 10 минут, для 5 - 9-х классов - 15 минут;

общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски - для детей до 10 лет - 20 минут, старше 10 лет - 30 минут; компьютера - для детей 1 - 2 классов - 20 минут, 3 - 4 классов - 25 минут, 5 - 9 классов - 30 минут, 10 - 11 классов - 35 минут.

При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся

и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения.

Класс	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
1-2	10	15	15	15	20	10
3-4	15	20	20	15	20	15
5-7	20	25	25	20	25	20
8-11	25	30	30	25	25	25

19. Индивидуальное обучение может быть организовано по письменному заявлению родителей (законных представителей) обучающегося на имя директора школы, на основании медицинского заключения. Для обучающегося, занимающегося по индивидуальной учебной программе (ИУП), педагогическим советом учреждения определяется индивидуальный учебный план и расписание занятий.

20. Группа продленного дня создается при наличии не менее 15 обучающихся и работает по режиму, утвержденному приказом директора школы.

21. При проведении промежуточной аттестации не допускается проведение более одной работы в день.

22. Суммарный объем домашних заданий (по всем предметам) для каждого класса не должен превышать продолжительности выполнения: 1 час - для 1 класса, во 2-3 классах - 1,5 ч, в 4-5 классах - 2 ч, в 6-8 классах - 2,5 ч, в 9-11 классах - до 3,5 ч. Домашние задания рекомендуется задавать на последнем этапе текущего урока. В случае использования электронного журнала, задание дублируется в нем до конца учебного дня. Задания, требующие продолжительной подготовки (например, доклад, реферат, презентация, заучивание стихотворений), будут анонсироваться заранее, чтобы обеспечить ученикам достаточное время для их выполнения.

23. Организация обучения в условиях неблагоприятных эпидемиологических и чрезвычайных ситуациях

23.1. При реализации общеобразовательных программ используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение. При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на ее части реализация общеобразовательных программ осуществляется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий вне зависимости от

ограничений, предусмотренных в федеральных государственных образовательных стандартах, если реализация указанных образовательных программ без применения указанных технологий и перенос сроков обучения невозможны (ч.2 ст. 13 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

Для обучающихся 1-4 классов предусмотрена очная форма организации образовательного процесса. За каждым классом закреплён учебный кабинет. В условиях **неблагоприятных эпидемиологических и чрезвычайных ситуаций** для обучающихся 5-11 классов организовано очное обучение с использованием электронного обучения и дистанционных технологий. При этом предусматривается организация учебного процесса в закреплённых за классом кабинетах с чередованием очного обучения и обучения с использованием электронного обучения по определённому графику. С целью обеспечения очного обучения по всем учебным предметам предусматривается чередование дней недели.

Начальный уровень общего образования

Кабинет	204	205	206	207	209
1 смена	4Г	4А	1Б	1В	
Ф.и.о. кл. рук.	Ежкова Д.А.	Турчанова Л.Л.	Егоренкова Л.С.	Коржнева К.А.	
2 смена	2А	2В	3Г	3А	2Б
Ф.и.о. кл. рук.	Саранина Н.Ю.	Паршева В.А.	Прокаева К.А.	Газимьянова Е.Н.	Хайрулина Н.А.

Кабинет	304	305	306	307
1 смена	4В	4Б	1А	
Ф.и.о. кл. рук.	Юшкова О.А.	Бойко И.М.	Бондаревская Е.И.	
2 смена	2Г		3В	3Б
Ф.и.о. кл. рук.	Синкина Я.В.		Селина Ю.В.	Артеменко И.Е.

Основной и средний уровни общего образования

Кабинет	110	111	112	113 (ин.яз)	114	115	116
Класс		7 А	5В				
Ф.и.о. кл. рук., отв. за кабинет	Богданов Ю.А.	Золотухина Д.Г.	Носкова А.С.	Воронина О.М.	Акатова Л.С.	Гетманова А.И.	Березин В.В.

208	210	211	212	213	214	215	217	218	219
6Г		10А	9А	7 В/5А		8 А	6Б		5Б/9В
Соловьёва Н. А.	Стоит Е.П.	Мартьянова О.М. Ворошилов НВ	Герцева О.Г. Юрков Н.А.	Колосовская К.Е. /Мирончук Л.Л.	Кузнецова Н. А.	Тишкова И.А.	Астанина Д.В.	Стонт П.Е.	Ханакова Д.Д. Тайдонова В.А.

308	309	310	311 (музыка)	312	313	314	315 (физика)	316 (химия)	317	321 (ин.яз)
7 Г	9 Б	8 В		7 Б	6 А			6 В	11 А	8 Б
Завьялова О. В. Меньшиков И. С.	Шкаровская А.В.	Ровнейко В.В.	Цирюльников М.А.	Ожигова К.А.	Никонова О.И.	Кудрявцева ТК	Охальников Д. А.	Савинова А.С.	Шемякин ОО	Дашкова Т.А.

23.3. Выход обучающихся из школы организуется педагогом, у которого проходил последний урок, после звонка на следующий урок. Сопровождение осуществляется за территорию школы.

Выход из здания школы во время учебного процесса запрещён за исключением особых ситуаций.

23.4. Расписание звонков является одинаковым для всех классов за исключением обучающихся 1 классов:

Расписание звонков для 1-х классов

1 класс - первое полугодие (сентябрь- октябрь)	1 класс - второе полугодие
08.10 - 08.45 - 1 урок	08.10 - 08.50- 1 урок
08.45 - 08.55 перемена	08:50 - 09.00 - перемена
08.55 - 9.30 - 2 урок, завтрак	09.00 - 09.40 - 2 урок, завтрак
9.30 - 9.50 перемена	09.40 - 10.00 - перемена
9.50 -10.25 - 3 урок	10.00 - 10.40 - 3 урок
10.25 - 11.05 - динамическая пауза	10.40 - 11.00 - перемена
В ноябре-декабре добавляется 4 урок	11.00 - 11.40 - 4 урок
11.05-11.40 - 4 урок (в нестандартной форме)	11.40 - 12.00 - перемена
11.40-12.00 - перемена	12.00 - 12.40 - 5 урок- один раз в неделю (за счёт урока физической культуры)
12.00-12.35 - 5 урок - один раз в неделю (за счёт урока физической культуры)	12.40 - 13.30 динамическая пауза

1 смена 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9,10, 11 классы

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	08:10 - 08:50	10 минут
2-й	09:00 - 09:40	20 минут
3-й	10:00 - 10:40	20 минут
4-й	11:00 - 11:40	20 минут
5-й	12:00 - 12:40	10 минут
6-й	12:50 - 13:30	10 минут
7-й	13:40 - 14:20	20 минут
Внеурочная деятельность	14:40 - 19:00	-

**2 смена
2, 3-е классы**

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	13:40 - 14:20	20 минут
2-й	14:40 - 15:20	20 минут
3-й	15:40 - 16:20	10 минут
4-й	16:30 - 17:10	10 минут
5-й	17:20 - 18:00	10 минут
внеурочная деятельность	18:10 - 18:50	10 минут

23.7. Программы внеурочной деятельности и дополнительного образования

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов - обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

Программы внеурочной деятельности и дополнительного образования реализуется через очное обучение. Занятия начинаются в 08:10 и заканчиваются не позднее 19.00

23.9. Классные руководители доводят до сведения родителей режим работы школы в условиях неблагоприятных эпидемиологических и чрезвычайных ситуаций.

23.10. Обслуживающий персонал производит регулярную санитарную обработку дезинфицирующими средствами и бактерицидными излучателями все помещения школы в соответствии с требованиями Роспотребнадзора.

24. В общеобразовательных организациях, работающих в две смены, обучение 1, 5, 9 - 11 классов и классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья проводится в первую смену.

Учебные занятия начинаются не ранее 8 часов. Проведение нулевых уроков и обучение в три смены не допускается. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19 часов.