

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 22
ГОРОДА ЮЖНО-САХАЛИНСКА**

СОГЛАСОВАНО
управляющим советом
протокол от 18.06.2021 № 4

СОГЛАСОВАНО
Советом старшеклассников
протокол № от 28.05.2021 № 5

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора школы
от 02.07.2021 № 304-ОД

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
протокол от 20.05.2021 № 7

СОГЛАСОВАНО
Советом родителей
протокол от 18.06.2021 № 4

**Режим занятий
обучающихся МБОУ СОШ №22 города Южно-Сахалинска**

1. Общие положения

1.1. Режим занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №22 города Южно-Сахалинска (далее – Учреждение) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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 России от 22.03.2021 № 115, Уставом Учреждения.

1.2. Основные образовательные программы 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 правилами и гигиеническими нормативами.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в Учреждении по образовательным программам основного общего и среднего общего образования начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы

соответствующего уровня образования. Если 1 сентября выпадает на выходной день, то учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения может переноситься при реализации общеобразовательной программы в очно-заочной форме обучения не более чем на один месяц, в заочной форме обучения – не более чем на три месяца. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года, учебных периодов, сроки проведения промежуточной аттестации, каникул для обучающихся по программам основного общего и среднего общего образования определяются календарным учебным графиком.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды - триместры. Количество триместров в учебном году в 5-11 классах – 3 (три).

2.5. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в Учреждении ведется по пятидневной учебной неделе. Урочная деятельность обучающихся с ОВЗ организуется по пятидневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Обучение пятых, девярых и одиннадцатых классов организуется в первую смену.

3.3. Учебные занятия в Учреждении организованы в две смены, обучение 5, 9, 10, 11 классов проводится в первую смену.

3.4. Учебные занятия первой смены начинаются в 8.15, во второй смене в 14.30. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19 часов.

3.5. Продолжительность урока составляет 40 минут.

3.6. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 3 урока) – 20 минут.

3.7. 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:

- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При наличии необходимых условий (кадровых, финансовых, материально-технических и иных условий) возможно деление классов на группы при проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей):

– при проведении занятий по иностранному языку, технологии, информатике на уровнях основного общего образования и среднего общего

образования, занятий физической культуры на уровне среднего общего образования;

– при проведении лабораторных и практических занятий по профильным предметам физике, химии, биологии в 10-11 класса

4.2. 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.

4.3. 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 проводиться в спортивном зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

4.4. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): в 5 классах – 2 ч, в 6-8 классах – 2,5 ч, в 9-11 классах – 3,5 ч.

5. Режим внеурочной деятельности

5.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

5.2. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

5.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с обучающимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и календарным планом воспитательной работы.

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

6. Режим образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам

6.1. Обучение по дополнительным общеобразовательным программам организуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

6.2. Продолжительность занятия (академический час) по дополнительным общеобразовательным программам устанавливается в соответствии с требованиями санитарных норм и правил в зависимости от возраста обучающихся, на который рассчитана конкретная образовательная программа.

6.3. Расписание занятий объединения составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся Учреждения по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся.

6.4. При реализации дополнительных общеобразовательных программ с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий плотность учебной работы определяется исходя из требований санитарных норм и правил.

7. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

7.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

7.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

7.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. 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 30 минут.