МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ПОЛИТОТДЕЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА (МБОУ ПОЛИТОТДЕЛЬСКАЯ СОШ)

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
(протокол от 28.08.2026 г. № 1)

СОГЛАСОВАНО
Советом родителей (законных представителей) обучающихся
(протокол от 28.08.2026 г. № 5)

СОГЛАСОВАНО
Советом обучающихся
(протокол от 28.08.2026 г. № 7)

УТВЕРЖДЕНО
приказом
МБОУ Политотдельской сош
от 28.08.2026 г. №103

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 03A6AB640035B4AEB34AF69CE62D9ECB14
Владелец: ГОЛУБОВА НАТАЛЬЯ ПЕТРОВНА
Действителен: с 23.04.2026 по 23.07.2027

Подписано с помощью цифрового сервиса «На-Подписи»

ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся МБОУ Политотдельской сош

1.Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ст.30 п.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 02.06.26 г. №19;
- 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 МБОУ Политотдельской сош (далее – школа).

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ Политотдельской сош (далее – Школа).

1.3. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми учащимися Школы и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получения учащимися общего образования.

1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Школы в сети Интернет.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Образовательный процесс в школе осуществляется на основе учебного плана, плана внеурочной деятельности, календарного учебного графика и регламентируется расписанием учебных занятий, внеурочной деятельности, занятий по дополнительным общеобразовательным программам, расписанием звонков.

2.2. 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, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся 1 класса составляет 33 учебные недели, для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования

составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9, 11 классах.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти для 1-9 классов или полугодия для 10-11 классов. Количество четвертей – 4. Количество полугодий – 2.

При организации учебного графика по четвертям продолжительность учебных четвертей составляет: 1 четверть – 8 учебных недель, 2 четверть – 8 учебных недель, 3 четверть – 11 учебных недель (10 учебных недель для 1 класса), 4 четверть – 7 учебных недель.

2.5. При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами). Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1 класса в середине третьей четверти.

При возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций Школа может вводить дополнительные каникулы в течение учебного года с сентября по май со сдвигом учебного процесса на летние месяцы.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (полугодий), 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. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом по Школе.

2.7. Обучение в Школе ведется в 1-11 классах по 5 дневной учебной неделе. Урочная деятельность обучающихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

2.8. Учебные занятия в Школе организованы в одну смену. Начало уроков – в 8 часов 30 минут. Проведение "нулевых" уроков в Школе не допускается.

2.9. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся предусмотрены 2 перемены по 20 минут после второго и третьего уроков.

2.10. В соответствии с требованиями санитарных правил СП 2.4.3648-20 обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

- сентябрь-октябрь – по 3 урока в день по 35 минут каждый; ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый и 1 день в неделю – не более 5 уроков за счет урока физической культуры; январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый и 1 день в неделю – не более 5 уроков за счет урока физической культуры;

- в середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;

2.11. Расписание звонков:

Расписание звонков для обучающихся 1 класса (сентябрь-октябрь)

1 урок	08.30 – 09.05	перемена 15 минут
2 урок	09.20 – 09.55	перемена 25 минут (завтрак)
Динамическая пауза (40 мин.)	10.20 – 11.00	перемена 20 минут
3 урок	11.20 – 11.55	
внеурочная деятельность	1) 12.30 – 13.05 2) 13.20 – 13.55	

Расписание звонков для обучающихся 1 класса (ноябрь-декабрь)

1 урок	08.30 – 09.05	перемена 15 минут
2 урок	09.20 – 09.55	перемена 25 минут (завтрак)
Динамическая пауза (40 мин.)	10.20 – 11.00	перемена 20 минут
3 урок	11.20 – 11.55	перемена 15 минут
4 урок	12.10 – 12.45	

внеурочная деятельность	1) 13.20 – 13.55 2) 14.10 – 14.45

Расписание звонков для обучающихся 1 класса (2 полугодие)

1 урок	08.30 – 09.10	перемена 10 минут
2 урок	09.20 – 10.00	перемена 20 минут (завтрак)
Динамическая пауза (40 мин.)	10.20 – 11.00	перемена 20 минут
3 урок	11.20 – 12.00	перемена 10 минут
4 урок	12.10 – 12.50	перемена 10 минут
5 урок (вторник)	13.00 – 13.40	
внеурочная деятельность	1) 13.20 – 14.00 2) 14.10 – 14.50	1) 14.10 – 14.50 2) 15.00 – 15.40

Расписание звонков (2-4 классы)

1 урок	08.30 – 09.10	перемена 10 минут
2 урок	09.20 – 10.00	перемена 20 минут (завтрак)
3 урок	10.20 – 11.00	перемена 20 минут
4 урок	11.20 – 12.00	перемена 10 минут
5 урок	12.10 – 12.50	
внеурочная деятельность	1) 12.30 – 13.10 2) 13.20 – 14.00	1) 13.20 – 14.00 2) 14.10 – 14.50

Расписание звонков (5-11 классы)

1 урок	08.30 – 09.10	перемена 10 минут	
2 урок	09.20 – 10.00	перемена 20 минут	
3 урок	10.20 – 11.00	перемена 20 минут (обед)	
4 урок	11.20 – 12.00	перемена 10 минут	
5 урок	12.10 – 12.50	перемена 10 минут	
6 урок	13.00 – 13.40	перемена 10 минут	
7 урок	13.50 – 14.30		
внеурочная деятельность	1) 13.20 – 14.00 2) 14.10 – 14.50	1) 14.10 – 14.50 2) 15.00 – 15.40	1) 15.00 – 15.40 2) 15.50 – 16.30

2.12. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с меню, утверждаемым на каждый учебный период директором Школы.

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

2.14. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1 класса – не превышает 4 уроков и один раз в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

Количество уроков для обучающихся с ОВЗ не превышает:

- во 2-4 классах – пяти;
- в 5-11 классах – шести.

2.15. Учебная нагрузка обучающихся не должна превышать предельно допустимую учебную нагрузку обучающихся:

- 1 класс – 21 час в неделю;
- 2-4 классы – 23 часа в неделю;
- 5 класс – 29 часов в неделю;
- 6 класс – 30 часов в неделю;
- 7 класс – 32 часа в неделю;
- 8-9 классы – 33 часа в неделю;
- 10-11 классы – 34 часа в неделю.

2.16. Окончание занятий при реализации программ начального общего, основного общего, среднего общего образования – не позднее 19.00. Окончание занятий при реализации дополнительных образовательных программ осуществляется для детей 8-15 лет не позднее 20.00, для детей 16-18 лет не позднее 21.00.

2.17. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

2.18. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

2.19. 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.

2.20. В оздоровительных целях в Школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме 2-3 часов урочной деятельности и занятий дополнительного образования.

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 проводятся в зале.

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

3. Режим каникулярного времени.

3.1. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Суммарная минимальная продолжительность каникул составляет: не менее 133 дней при 19 неделях, 126 дней при 18 неделях.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

3.4. Сроки каникул ежегодно регулируются календарным учебным графиком.

3.5. При возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций Школа может вводить дополнительные каникулы в течение учебного года с сентября по май со сдвигом учебного процесса на летние месяцы.

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется планом внеурочной деятельности и расписанием внеурочной деятельности, утвержденными приказом по Школе.

4.2. Проведение экскурсий, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы. Выход за пределы Школы разрешается только после издания

соответствующего приказа по Школе. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет педагогический работник, который назначен приказом по Школе.

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

4.4. Продолжительность перерыва между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением занятий с обучающимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

4.5. Продолжительность одного занятия внеурочной деятельности составляет 35 минут в 1 классе в течение I полугодия, 40 минут во 2-11 классах и в 1 классе в течение II полугодия с обязательным перерывом между занятиями не менее 10 минут.

5. Особенности режима занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.2.4283-26 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

5.4. 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 40 минут.