

АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА «ВОРКУТА» РЕСПУБЛИКИ КОМИ
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 14» г. Воркуты
КОМИ РЕСПУБЛИКАСА «ВОРКУТА» МУНИЦИПАЛЬНОЙ КЫТШЛОН
АДМИНИСТРАЦИЯЫН ВЕЛӦДӦМӦН ВЕСЬКӦДЛАНӦН
«14 №-а шор школа» Воркута карса муниципальной велодан учреждение
169933, Республика Коми, г. Воркута, пгт. Воргашор, ул. Энтузиастов, д. 15А
Тел.: (82151) 4-38-29, приемная 4-38-42
E-mail: sch_14_vor@edu.rkomi.ru

ПРИНЯТ
на Педагогическом совете
Протокол № 4
от 13.01.2025

УТВЕРЖДЕН
приказом директора
МОУ «СОШ № 14» г. Воркуты
от 13.01.2025 № 30

Режим занятий учащихся
МОУ «СОШ № 14» г. Воркуты

Воркута

2025

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МОУ «СОШ № 14» г. Воркуты разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 28 декабря 2024 года),
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28,
- 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 (с изменениями на 30 декабря 2022 года),
- 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 (с изменениями на 29 сентября 2023 года).

1.2. Основные образовательные программы начального общего, 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 школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. 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.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1–5-х классах;
- по шестидневной учебной неделе в 6–11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут.

Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 8.30. Занятия в школе заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго и третьего урока – 20 мин., после четвертого урока – 15 минут, после пятого, шестого урока – 10 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса (вторник-пятница):

Образовательная деятельность	Сентябрь – октябрь	Ноябрь – декабрь	Январь – май
1-й урок	08:30–09:05	08:30–09:05	08:30–09:10
1-я перемена	09:05–09:20	09:05–09:20	09:10–09:20
2-й урок	09:20–09:55	09:20–09:55	09:20–10:00
Динамическая пауза	09:55–10:35	09:55–10:35	10:00–10:40
3-й урок	10:35–11:10	10:35–11:10	10:40–11:20
3-я перемена	–	11:10–11:25	11:20–11:40
4-й урок	–	11:25–12:00	11:40–12:20
4-я перемена	–	12:00–12:45	12:20–12:30
5-й урок	–	–	12:30–13.10
Внеурочная деятельность	с 11:50	с 12:45	с 12:50

Расписание звонков на понедельник в 1 классе

Образовательная деятельность	Сентябрь – октябрь	Ноябрь – декабрь	Январь – май
Церемония поднятия флагов	08:20–08:45	08:20–08:45	08:20–08:45
Классный час	08:50–09:15	08:50–09:15	08:50–09:15
1-й урок	10:30–11:05	10:30–11:10	09:30–10:15
Динамическая пауза	11:05–11:55	11:25–11:55	10:35–11:20
2-й урок	11:55–12:30	11:55–12:25	11:40–12:25
3-й урок	12.45-13.20	12:25–13:05	12:35–13:20
4-й урок	–	13:20–14:00	13:30–14:15
5-й урок	–	–	14:25-15.10
Внеурочная деятельность	с 13:50	с 14:30	с 15:40

Расписание звонков на понедельник (2-11 классы еженедельно):

1. Церемония поднятия флагов 08.20 – 08.45
2. Классный час «Разговоры о важном» 08.50 – 09.15
3. Урок 09.30 – 10.15
4. Урок 10.35 – 11.20
5. Урок 11.40 – 12.25
6. Урок 12.40 – 13.25
7. Урок 13.35 – 14.20
8. Урок 14.25 – 15.10

Расписание звонков и перемен (2-11 классы)

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	08:30–09:10	10 минут
2-й	09:20–10:00	20 минут
3-й	10:20–11:00	20 минут
4-й	11:20–12:00	15 минут
5-й	12:15–12:55	10 минут
6-й	13:05–13:45	10 минут
7-й	13:55-14:35	-
Внеурочная деятельность	С 15:05	–

3.6. 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:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;

- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести уроков;
- 7 – 11-х классах – семи уроков.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 18.00, для детей 10–18 лет не позднее 19.30.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Перед началом занятий, в 8:00 (понедельник), 8:15 (вторник – суббота) дежурные администраторы, классные руководители встречают детей, сопровождают в их закрепленный учебный кабинет, проводят пятиминутку классного руководителя, зарядку и провожают учащихся в учебные кабинеты на уроки по расписанию.

4.2. Классные руководители, учителя – предметники, в течение учебного дня несут ответственность за организацию учебно-воспитательного процесса. По окончании уроков учитель, ведущий последний урок, сопровождает учащихся в гардероб и до прихода классного руководителя находится с учащимися. Классный руководитель провожает детей с территории школы домой.

4.3. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

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

4.5. 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.

4.6. 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 зале.

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

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

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

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается.

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. 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 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

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

6.2. 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.

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

