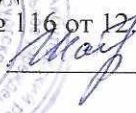


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей Акбулакского района Оренбургской области»

СОГЛАСОВАНО  
с Советом родителей  
протокол №3 от 07.05.2025 г.

СОГЛАСОВАНО  
с Советом обучающихся  
протокол №3 от 07.05.2025 г.

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
протокол № 7 от 12.05.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 116 от 12.05.2025 г.  
Директор  И.С.Шамшиева



## Положение о режиме занятий обучающихся

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ Лицей (далее – лицей) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- 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,
- 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.

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 лицее 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. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет 34 недели, без учета государственной итоговой аттестации в 9, 11 классах; в первом классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: в режиме четвертей для обучающихся 1-9 классов, в режиме полугодий для обучающихся 10-11-х классов.

2.4. 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.

2.5. 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. В лицее определена 5 (пяти) дневная учебная неделя для обучающихся 1-11 классов.

3.2. Продолжительность учебного занятия для обучающихся, не более

- 1 класс (сентябрь – декабрь) – 35 мин.;
- 1 класс (январь – май) – 40 мин.;
- Классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья – 40 мин.;
- 2-11 классы – 45 мин.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в первую смену – 8.50

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, 20 минут если организовано питание.

#### Режим занятий, отдыха и питания обучающихся

| № урока                                     | Уроки         | Перемены       | Питание         |
|---------------------------------------------|---------------|----------------|-----------------|
| 1 урок                                      | 8.50 – 9.30   |                |                 |
|                                             |               | 9.30. – 9.50   | Горячее питание |
| 2 урок                                      | 9.50. – 10.30 |                |                 |
|                                             |               | 10.30 – 10.50  | Горячее питание |
| 3 урок                                      | 10.50-11.30   |                |                 |
|                                             |               | 11.30 – 11.50  | Горячее питание |
| 4 урок                                      | 11.50 – 12.30 |                |                 |
|                                             |               | 12.30. – 12.40 |                 |
| 5 урок                                      | 12.40 – 13.20 |                |                 |
|                                             |               | 13.20. – 13.35 |                 |
| 6 урок                                      | 13.35.-14.15  |                |                 |
|                                             |               | 14.15. – 14.25 |                 |
| 7 урок                                      | 14.25.-15.05  |                |                 |
| Динамическая пауза – 15.05-15.40            |               |                |                 |
| С 15.40. – 18.00. – внеурочная деятельность |               |                |                 |

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.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся, не более:

- 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;
- 2-4 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья – 5 уроков;
- 5 – 6-х классах – шести уроков;
- 7 – 11-х классах – семи уроков;
- 5 – 11 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья – 6 уроков;
- Старше 18 лет – не более 8 часов (академических).

3.7. В лицее по образовательной программе среднего общего образования формируются профильные классы. Профиль (направленность) определяется на основании

анализа запроса родителей (законных представителей) и обучающихся.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении занятий по технологии, информатике, английскому языку (на 3 ступени обучения допускается деление класса на две группы при наполняемости не менее 20 человек.

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

4.3. 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.

4.4. 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.

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

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

4.6. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников.

4.7. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3-х классах – 1,5 ч., в 4-5-х классах – 2 ч., в 6-8-х классах – 2,5 ч., в 9-11 классах – до 3,5 ч.

4.8. В электронных классных журналах оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносятся сведения о группе здоровья, группе занятий физической культурой, рекомендуемом размере учебной мебели.

#### **5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

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. 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 15.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

#### **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. Осуществление внеклассной, кружковой работы, направленной на физическое, художественно-эстетическое, интеллектуальное развитие обучающихся начинается во второй половине дня.

6.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

6.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели

организации внеурочной деятельности, и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

#### **7. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся**

7.1. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами лица.

7.2. Освоение образовательных программ основного общего и среднего общего образования завершается обязательной итоговой аттестацией учащихся.