

Утверждаю:
Директор МБОУ «Лицей №2»
_____ Кулешова Ю.М.
пр. от 30.08.2024 №203/9

Режим занятий обучающихся МБОУ «Лицей №2»

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ «Лицей №2» (далее – лицей) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями от 24.09.2022 №371-ФЗ);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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 от 22.03.2021 № 115.

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

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

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 семи календарных дней.

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 лицее ведется по шестидневной учебной неделе в 5-11-х классах.
- 3.2. Продолжительность урока (академический час) в 5-11-х классах составляет 40 мин.
- 3.3. Учебные занятия в лицее организованы в одну смену. Начало смены в 8ч. 15 мин со вторника по субботу, в понедельник – в 8ч. 05 мин.
- 3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10, 15 мин, после второго и третьего урока – 20 мин.
- 3.5. Расписание звонков для 5-11-х классов:

	понедельник		вторник - пятница		суббота		
Урок	Время начала – время окончания	Перемена	Время начала – время окончания	Перемена	Урок	Время начала – время окончания	Перемена
	8 ⁰⁵ - 8 ³⁵	30					
1	9 ⁰⁵ – 9 ⁴⁵	10	8 ¹⁵ - 8 ⁵⁵	10	1	8 ¹⁵ - 8 ⁵⁵	10
2	10 ⁰⁰ – 10 ⁴⁰	15	9 ⁰⁵ – 9 ⁴⁵	15	2	9 ⁰⁵ – 9 ⁴⁵	15
3	11 ⁰⁰ – 11 ⁴⁰	20	10 ⁰⁰ – 10 ⁴⁰	20	3	10 ⁰⁰ – 10 ⁴⁰	15
4	12 ⁰⁰ – 12 ⁴⁰	20	11 ⁰⁰ – 11 ⁴⁰	20	4	10 ⁵⁵ – 11 ³⁵	10
5	12 ⁵⁵ – 13 ³⁵	15	12 ⁰⁰ – 12 ⁴⁰	15	5	11 ⁴⁵ – 12 ²⁵	10
6	13 ⁴⁵ – 14 ²⁵	10	12 ⁵⁵ – 13 ³⁵	10			
7		10	13 ⁴⁵ – 14 ²⁵	10			
8			14 ³⁵ – 15 ¹⁵				

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: 5–6-х классах – шести; 7–11-х классах – семи.

4. Особенности организации образовательного процесса

- 4.1. При проведении занятий по математике, физике, иностранному языку, технологии, информатике и предметам углубления в профильных классах осуществляется деление класса на группы.
- 4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или четверг.
- 4.3. Педагогические работники обеспечивают 60–80% плотности учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам, не менее 70% моторной плотности на занятиях физической культурой.
- 4.4. 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.

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

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.

5. Особенности организации образовательного процесса при электронном и дистанционном обучении

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

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. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором МБОУ «Лицей №2».

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

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

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

6.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 30 минут.