

**Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная
школа №10 г.Урус-Мартан»
(МБОУ «СОШ №10 г.Урус-Мартан»)**

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

Н.А. Бачаева

Приказ №103-од от 30.08.2025г.

ПОЛОЖЕНИЕ

от 30.08.2025 № 36

г. Урус-Мартан

О режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №10 г.Урус-Мартан» (далее Учреждение) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 №273-ФЗ,
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. №2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" с изменениями постановления №2 от 17 марта 2025;
- Федеральными государственными образовательными стандартами с изменениями приказа Минпросвещения от 18.06.2025 №467;
- ФОП НОО, ФОП ООО, ФОП СОО, утвержденными приказами 370, 371, 372 от 18.05.2023 с изменениями приказа Минпросвещения №704 от 9.10.2024;
- Методическими рекомендациями МР 2.4.0380-25. 2.4. Гигиена детей и подростков. Методические рекомендации к санитарным нормам и правилам, регулирующим вопросы обеспечения условий образовательной деятельности, оказания услуг по воспитанию и обучению, утвержденными главным санитарным врачом 30 мая 2025г.;
- Методическими рекомендациями Минпросвещения по организации образовательного процесса в 1 классе в период адаптации от 1.07.2025г.

2. Требования к календарному графику

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

Продолжительность учебных периодов, каникул определяется годовым календарным графиком. Продолжительность каникул не менее 7 дней, летом – не менее 8 недель суммарно не менее 126 дней для 2-8, 10 классов, 42 дня для 11 классов. Для обучающихся первых классов устанавливаются дополнительные каникулы в середине третьей четверти. Возможны дополнительные каникулы в течение учебного года при ЧС со сдвигом учебного процесса на летние месяцы.

Продолжительность учебного года устанавливается основными образовательными программами, фиксируется в годовом календарном графике.

2.2. Обучающиеся 1-11 классов обучаются по пятидневной учебной неделе.

2.3. Обучение 1-11 классов ведется в первую смену.

При этом занятия второй смены должны заканчиваться не позднее 19.00.

Обучение в третью смену не допускается.

3. Режим дня и расписание уроков

3.1. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами (Приложение 1). При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами предметных областей или смежных наук.

3.2. Не допускается предметы с максимальным баллом трудности ставить в расписание последними уроками. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.3. Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах.

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

для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков, для обучающихся 2 - 4 классов - не более 5 уроков, для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков, для обучающихся 7 - 11 классов - не более 7 уроков.

3.5. Перерыв между последним уроком и началом внеурочной деятельности и (или) дополнительных занятий составляет не менее 30 минут. При этом такие занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

3.6. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

3.7. При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

3.8. Режим дня:

1-й 09:00–09:45	10 минут
2-й 09:55–10:40	10 минут
3-й 10:50–11:35	20 минут
4-й 11:55–12:40	10 минут
5-й 12:50–13:35	10 минут
6-й 13:45–14:30	10 минут
7-й 14:40–15:25	

Питание осуществляется по отдельному графику.

Окончание занятий не позднее 19.00 (при двухсменной работе школы). При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций до 20:00 для детей от 8 до 15 лет и до 21:00 для тех, кто старше 16 лет (постановление Главного государственного санитарного врача от 17 марта 2025 года №2).

3.9. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

3.9.1. Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену с использованием «ступенчатого» режима обучения: Снижение учебной нагрузки в сентябре- октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый.

3.9.2. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.9.3. Обеспечить проведение динамической паузы в середине учебного дня не менее 40 минут (желательно на улице), используя игры средней подвижности.

3.9.4. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

3.10. При организации образовательной деятельности не допускается использование технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью обучающихся, приоритет использования здоровьесберегающих педагогических технологий;

3.11. Объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не должен превышать 10% от всего объема учебного времени, отводимого на изучение данного учебного предмета в данном классе в текущем учебном году";

- 3.12. Суммарный объем домашнего задания по всем предметам для каждого класса не должен превышать продолжительности выполнения 1,5 часа - для 2 и 3 классов, 2 часа - для 4-5 класса, 2,5 часа - для 6 - 8 классов, 3,5 часа - для 9 - 11 классов.
- 3.13. Домашнее задание на следующий урок рекомендуется задавать на текущем уроке, при наличии электронного журнала дублировать в нем задание не позднее времени окончания учебного дня. Для выполнения задания, требующего длительной подготовки (например, подготовка доклада, реферата, оформление презентации, заучивание стихотворений), рекомендуется предоставлять достаточное количество времени.
- 3.14. Использование электронных средств обучения в ходе реализации образовательной деятельности, включая выполнение домашних заданий, внеурочную деятельность, проводится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями и Гигиеническими нормативами.";

4. Педагогическим работникам школы запрещается:

- изменять по своему усмотрению расписание уроков, заменять друг друга без ведома администрации;
- отменять учебные занятия, удлинять или сокращать продолжительность уроков и перемен;
- удалять обучающихся с уроков и не допускать на урок опоздавших;
- отпускать с уроков физической культуры обучающихся, освобождённых от занятий по состоянию здоровья;
- оставлять детей одних на переменах в кабинетах, кабинеты должны быть закрыты на проветривание;
- освобождать обучающихся от учебных занятий для выполнения общественных поручений, участия в спортивных и других мероприятиях, не предусмотренных планом работы, без разрешения администрации и заявления родителей обучающихся или лиц их заменяющих;
- отвлекать педагогических работников в учебное время от их непосредственной работы для проведения разного рода мероприятий, не связанных с педагогической деятельностью.

5. Заключительные положения

- 5.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете школы и утверждается приказом директора Учреждения.
- 5.2. Положение размещается на официальном сайте Учреждения в сети Интернет, на информационном стенде, а также доводится до сведения родителей (законных представителей) Обучающихся на родительских собраниях.
- 5.3. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

- 5.4. Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.5.1. настоящего Положения.
- 5.5. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

(протокол №2 от «28» августа 2025г.)

СОГЛАСОВАНО

с родительским комитетом

«27» августа 2025г.

**Шкала трудности учебных предметов на уровне
начального общего образования***

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык / Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Труд (Технология)	2
Физическая культура	1

**Шкала трудности учебных предметов на уровне
основного общего образования**

Учебные предметы		Количество баллов (по классам)				
		5	6	7	8	9
Физика		-	-	8	9	13
Химия		-	-	-	10	12
История		5	8	6	8	10
Иностранный язык		9	11	10	8	9
Математика	Математика	10	13	-	-	-
	Геометрия	-	-	12	10	8
	Алгебра	-	-	10	9	7
Природоведение		7	8	-	-	-
Биология		10	8	7	7	7
Литература		4	6	4	4	7
Информатика и ИКТ		4	10	4	7	7
Русский язык/Родной язык		8	12	11	7	6
География		-	7	6	6	5
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание (включая экономику и право)		6	9	9	5	5
Труд (Технология)		4	3	2	1	4
Черчение		-	-	-	5	4
ОБЗР		1	2	3	3	3
Физическая культура		3	4	2	2	2

**Шкала трудности учебных предметов на уровне
среднего общего образования**

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык / Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
ОБЗР	2
Физическая культура	1

