

Автономная некоммерческая организация  
православная средняя общеобразовательная школа «Лествица»

ПРИНЯТО:  
Решением педагогического совета  
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор школы АНО ПСОШ  
«Лествица»

Ж.В.Шрамко

УЧТЕНО:  
Мнение Совета родителей обучающихся  
АНО ПСОШ «Лествица»  
Протокол № 1 от 29.08.2024 г

Приказ № 139 от 30.08.2024 г

УЧТЕНО:  
Мнение Совета обучающихся АНО  
ПСОШ «Лествица»  
Протокол № 1 от 29.08.2024 г

## Положение о режиме учебных занятий

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий режим учебных занятий обучающихся АНО ПСОШ «Лествица» (далее – школа) 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 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;
- Уставом школы.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим учебных занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

## 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. Продолжительность учебного года для учеников 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.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: триместры. Количество в учебном году – три.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней.

Дополнительные (пасхальное) каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в соответствии с церковным календарем.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров, 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 1–11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

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

3.3. Учебные занятия в школе организуются в одну смену. Составляется единое расписание занятий, согласно которому учебные занятия начинаются с 8.30. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10-20 минут, организуется питание в столовой – завтраки, обеды- по специально составленному расписанию.

3.4. Расписание звонков для 1 класса с учетом динамической паузы после второго урока

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – май
1	8:00–8:35	8:00–8:40
2	8:50–9:25	8:50–9:30
	9:40–10:15	9:50–10:30
3	10:35–11:10	10:40–11:20
4	11: 25 – 12.00	11:35 – 12.15
5	12:15 -12:50	12:25- 13:05

Расписание звонков для 2–11-х классов

Урок	Сентябрь – май
1	8.30-9.15

2	9.30-10.15
3	10.30-11.15
4	11.25-12.10
5	12.25-13.10
6	13.25-14.10
7	14.20-15.05

3.5. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников 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;
- 7–11-х классах – семи.

#### **4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы, например, при реализации основной образовательной программы при проведении учебных занятий по иностранному языку (2-11 классы), «Технологии» (5-9 классы), по «Информатике» (7-11 кл.) .

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

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

#### **5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ПОДГОТОВКИ ДОМАШНИХ ЗАДАНИЙ**

5.1. 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.

## **6. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ**

- 6.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.
- 6.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
- 6.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
- 6.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.

## **7. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- 7.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.
- 7.2. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.
- 7.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.
- 7.4. Классные часы проводятся еженедельно:
- «Разговоры о важном» (приказ МП РФ от 17.06.2022 № 03-871 «Об организации занятий «Разговоры о важном») в понедельник на первом уроке;
  - «Россия – мои горизонты» (ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (статья 66 дополнена частью 3.1.) вступила в силу с 04.08.2023 , Письмо МП РФ от 01.06.2023 № АБ- 2324- 05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (методические рекомендации) по четвергам.