Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №30
имени 10-го гвардейского УДТК

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол от 28.08.2026г. №1

Введено в действие
приказом директора по школе
от 28.08.2026г. №452/д

Положение о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся в муниципальном автономном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №30 имени 10-го гвардейского УДТК» по основным общеобразовательным программам при очной форме обучения.

1.2. Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (с изменениями, действующими до 01.03.2027);
- Уставом Школы.

1.3. Режим занятий определяет режим занятий обучающихся: продолжительность урока, недельную и дневную учебную нагрузку, расписание звонков, особенности режима для отдельных категорий обучающихся и другие особенности режима занятий в Школе.

1.4. Положение обязательно для исполнения обучающимися, их родителями (законными представителями), педагогическими и иными работниками Школы.

2. Учебный год и каникулярное время

2.1. Учебный год начинается 1 сентября. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года:

1 класс - 33 недели;

2–11 классы - 34 недели.

2.3. Учебный год делится на учебные периоды (четверти и полугодия). Конкретные даты начала и окончания периодов устанавливаются календарным учебным графиком Школы.

2.4. Продолжительность каникул в течение учебного года (суммарно) - не менее 30 календарных дней, не менее 7 дней за один период. Летние каникулы - не менее 8 недель.

3. Режим учебных занятий

3.1. Занятия начинаются в 8:00. «Нулевые» уроки не проводятся.

3.2. Обучение организуется в две смены.

3.3. Продолжительность урока:

- 1 класс (сентябрь - декабрь) - не более 35 минут;
- 1 класс (январь - май), а также классы с детьми с ограниченными возможностями здоровья - не более 40 минут;
- 2–11 классы - 40 минут.
- Расписание звонков на конкретный период утверждается приказом директора. При необходимости проводится корректировка.

3.4. Максимальная дневная суммарная аудиторная нагрузка:

1 класс - не более 4 уроков (при двух уроках физкультуры в неделю);

2–4 классы - не более 5 уроков;

5–6 классы - не более 6 уроков;

7–11 классы - не более 7 уроков.

Количество уроков для обучающихся с ОВЗ не превышает:

- во 2–4-х классах – пяти;
- 5–11-х классах – шести.

3.5. При составлении расписания учитывается шкала трудности учебных предметов. Контрольные работы и изучение нового материала планируются - на 2–4-е уроки. Не допускается постановка двух трудных предметов подряд.

3.6. В середине учебного дня для обучающихся 1 класса предусматривается динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

3.7. Перерывы между уроками - не менее 10 минут. Для приёма пищи организуются перемены продолжительностью не менее 20 минут.

3.8. Перерывы между уроками и внеурочной деятельностью, дополнительным образованием составляют 30 минут.

3.8. При использовании электронных средств обучения (ЭСО) соблюдаются лимиты:

1–2 классы: непрерывно - до 20 минут, суммарно в школе - до 40 минут в день;

3–4 классы: непрерывно - до 25 минут, суммарно - до 45 минут;

5–9 классы: непрерывно - до 30 минут, суммарно - до 60 минут;

10–11 классы: непрерывно - до 35 минут.

Также предъявляются требования к технике: диагональ монитора ПК и ноутбука - не менее 26,6 см, расстояние от глаз до экрана - не менее 50 см. Для

электронных досок: непрерывно - до 5 минут в 1–4 классах и до 10 минут в 5–11 классах.

3.9. 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.

4. Дополнительные требования

4.1. При нахождении детей в ОО более 4 часов обеспечивается возможность организации горячего питания.

4.2. В учебных помещениях соблюдаются нормативы параметров микроклимата (температура, влажность, скорость движения воздуха) согласно СанПиН.

4.3. Проводятся регулярные проветривания учебных помещений и рекреаций в соответствии с нормативами.

4.4. При возникновении групповых инфекционных заболеваний или аварийных ситуаций, создающих угрозу здоровью, Школа в течение двух часов информирует территориальный орган Роспотребнадзора и проводит необходимые санитарно-противоэпидемические мероприятия.

5. Заключительные положения

5.1. Директор Школы утверждает календарный учебный график и расписание занятий с учётом настоящего Положения.

5.2. При изменении нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия Положение подлежит актуализации.

СОГЛАСОВАНО с Советом обучающихся Протокол от 31.08.2026 г. № 1
СОГЛАСОВАНО с Советом родителей Протокол от 31.08.2026 г. № 1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 483482145804926787460742969939487588108943585783

Владелец Азаренкова Ирина Михайловна

Действителен С 27.02.2026 по 27.02.2027