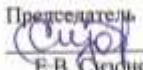
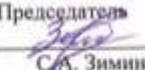


ПРИНЯТО
с учетом мнения
совета родителей
МБОУ ЦО
«Содружество».
Протокол
от 28.08.2026 № 1.
Председатель

Е.В. Сазоненко

ПРИНЯТО
с учетом мнения совета
старшеклассников
МБОУ ЦО
«Содружество».
Протокол
от 28.08.2026 № 1.
Председатель

С.А. Зимина

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
МБОУ ЦО
«Содружество».
Протокол
от 28.08.2026 № 1.
Председатель

О.В. Зимарина

Введено в действие
приказом
МБОУ ЦО
«Содружество»
28.08.2026 № 335.

О.В. Зимарина

ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся
в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении
«Центр образования «Содружество»

1. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение является документом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр образования «Содружество».
- 1.2. Положение о режиме занятий обучающихся в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Центр образования «Содружество» (далее – Положение, Учреждение) разработано в соответствии с:
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
 - постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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»;
 - постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
 - приказом Министерства просвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями),
 - приказом Министерства образования и науки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями),
 - приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями),
 - приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями),
 - уставом Учреждения.
- 1.2. В течение учебного года режим работы Учреждения определяется Правилами внутреннего трудового распорядка, календарными учебными графиками, учебными планами, расписанием учебных занятий и приказами Учреждения.
- 1.3. Временное изменение режима работы Учреждения или отдельных классов (структурных подразделений) возможно только на основании отдельных приказов Учреждения.

2. Продолжительность учебного года

- 2.1. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком основной общеобразовательной программы.

2.2. Сроки начала и окончания каникул определяются календарным учебным графиком основной общеобразовательной программы.

2.3. Учреждение работает в одну смену по пятидневной рабочей неделе в 1-х классах и шестидневной рабочей неделе во 2-11-х классах.

Изменение режима работы учреждения или отдельных классов, в том числе временное, возможно только на основании отдельных приказов Учреждения.

2.4. Дежурство по учреждению педагогов, классных коллективов и классных руководителей определяется графиком дежурств, составленным в начале учебного года или каждой учебной четверти.

2.5. В соответствии с социальным заказом населения и заявлений родителей (законных представителей) в учреждении может осуществляться присмотр и уход за обучающимися в группах продленного дня, в том числе на платной основе, деятельность которого регламентируется соответствующими локальными нормативными актами Учреждения.

3.Регламентирование образовательной деятельности в течение недели и учебного дня

3.1. Учебные занятия в учреждении начинаются в 8.30. Проведение нулевых уроков не допускается.

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

- ❖ учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену,
- ❖ обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый,
- ❖ в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут,
- ❖ предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

В первом классе обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

3.3. При осуществлении присмотра и ухода в учреждении в группах продленного дня создаются условия, включающие организацию полдника и прогулок для всех обучающихся.

3.4. Продолжительность урока не должна превышать 45 минут, за исключением 1 класса и компенсирующего класса (при наличии), продолжительность урока в которых не должна превышать 40 минут.

3.5. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 20-30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

3.6. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

3.7. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов и утверждается директором учреждения.

Во время занятий для обучающихся в начальных классах необходим перерыв для гимнастики не менее 2 минут.

3.8. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

3.9. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

3.10. Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей обучающихся и их физиологических потребностей.

3.11. Классные часы проводятся классными руководителями один раз в неделю, продолжительностью не менее 30 минут; классные часы не являются уроками и не включаются в расписание учебных занятий.

3.12. Питание обучающихся, в том числе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, организуется в школьной столовой в соответствии с нормативами СанПиН и графиком, утвержденным директором учреждения.

3.13. При реализации утвержденных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) общеобразовательной программы объем домашних заданий (по всем учебным предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3 классах - 1,5 часа, в 4-5 классах - 2 часа, в 6-8 классах - 2,5 часа, в 9-11 классах - до 3,5 часа.

4.Предупреждение переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности

4.1. С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане обучающихся должно быть предусмотрено чередование периодов учебного времени, сессий и каникул. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.

4.2. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

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 и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,
- ❖ для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,
- ❖ для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков,
- ❖ для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

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

4.4. Организация профильного обучения в 10-11 классах не должна приводить к увеличению образовательной нагрузки.

4.5. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения должны соблюдаться следующие требования:

4.5.1. использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в учреждении не допускается;

4.5.2. одновременное использование обучающимися на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается;

4.5.3. для образовательных целей мобильные средства связи не используются. Размещение базовых станций подвижной сотовой связи на собственной территории учреждения не допускается;

4.5.4. использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры;

4.5.5. оконные проемы в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами;

4.5.6. линейные размеры (диагональ) экрана ЭСО должны соответствовать гигиеническим нормативам;

3.5.7. Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см. Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30°;

3.5.8. шрифтовое оформление электронных учебных изданий должно соответствовать гигиеническим нормативам;

3.5.9. непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам;

3.5.10. при необходимости использовать наушники время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования;

3.5.11. интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено;

3.5.12. 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;

3.5.13. режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.

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;

3.5.14. при использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши необходимо ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта;

3.5.15. в помещении, где организовано рабочее место обучающегося с компьютером (ноутбуком) или планшетом, необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем столе. Источник местного освещения на рабочем месте обучающегося должен располагаться сбоку от экрана персонального компьютера (ноутбука) или планшета. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

3.6. С понедельника по пятницу продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большой перемены (после 2 и 3 уроков) – 20 минут. В субботу продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большой перемены (после 3 урока) – 20 минут.

5. Организация режима занятий для обучающихся с ОВЗ

5.1. При организации образовательной деятельности обучающихся с ОВЗ учитываются особенности психофизического развития, индивидуальные возможности и состояние здоровья обучающихся с ОВЗ.

5.2. Организация режима занятий для обучающихся с ОВЗ проводится с учетом соответствующей адаптированной основной образовательной программы и требованиями постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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».

5.3. Урочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5-дневной учебной неделе, в субботу возможны организация проведение внеурочной деятельности. Урок в классах, в которых учатся обучающиеся с ОВЗ, длится 40 минут.

5.4. Для слабовидящих обучающихся 1-4 классов при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не должна превышать 10

минут, для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего общего образования - не более 15 минут.

5.5. Для обучающихся с остаточным зрением для усвоения учебной информации по рельефной системе Брайля должны чередоваться тактильное восприятие информации - не менее 2 раз за урок с непрерывной зрительной работой - по 5 минут.

6. Режим работы в выходные, праздничные и каникулярные дни

6.1. Режим работы в выходные и праздничные дни в Учреждении осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации и регламентируется отдельными приказами Учреждения.

6.2. Учреждение вправе отменить учебные занятия в период проведения спортивно-массовых мероприятий, субботников, а также погодных условий, карантина и других внештатных ситуаций на основании приказов и распоряжений вышестоящих организаций и (или) приказа учреждения.

6.3. В период каникул в Учреждении, согласно распоряжению органов государственной власти, осуществляющих управление в сфере образования, может быть организован оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

6.4. Организация внеурочной и воспитательной деятельности в учреждении в каникулярный период регламентируется локальными нормативными актами и планом работы Учреждения.

**Настоящий локальный нормативный акт
разработан методистом: Е.В. Толмачева**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 634721627414093995837494482188458045512377282770

Владелец Зимарина Ольга Владимировна

Действителен с 22.06.2023 по 21.06.2024