Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Центр образования «Наследие»

(МБОУ ЦО «Наследие»)

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МБОУ ЦО «Наследие»
Протокол № 1 от 31.08.2026 г.

Принято с учетом мнения
Совета родителей МБОУ ЦО «Наследие»
(протокол от 30.08.2026 г. № 1)

Совета обучающихся МБОУ ЦО «Наследие»
(протокол от 30.08.2026 г. № 1)

Представительного органа работников
(первичной профсоюзной организации)
МБОУ ЦО «Наследие»
(протокол от 30.08.2026 г. № 1)

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
МБОУ ЦО «Наследие»
от 31.08.2026 г. № 61 -од

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ МБОУ ЦО «НАСЛЕДИЕ»

с. Акбаш, 2026

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящие Правила режима занятий обучающихся МБОУ ЦО «Наследие» (далее — Правила) разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Санитарными правилами СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждёнными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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», утверждёнными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2, федеральными основными образовательными программами (приказы Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 (НОО), № 370 (ООО), № 371 (СОО)) и Уставом МБОУ ЦО «Наследие».

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования реализуются в соответствии с утверждённым расписанием учебных занятий (уроков).

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательной деятельности в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

2. УЧЕБНЫЙ ГОД

2.1. Учебный год начинается 1 сентября 2026 г. и заканчивается 26 мая 2027 г. в соответствии с календарным учебным графиком на каждом уровне обучения.

2.2. Продолжительность учебного года составляет: в 1-м классе — 33 недели; на уровнях начального общего, основного общего и среднего общего образования — 34 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: в 1–4, 5–9 классах — четверти, в 10–11 классах — полугодия. Количество четвертей в учебном году — 4, полугодий — 2.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточной аттестации, 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: на уровне начального общего образования — в ООП НОО, на уровне основного общего образования — в ООП ООО, на уровне среднего общего образования — в ООП СОО.

3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучение ведётся по пятидневной учебной неделе в 1–11 классах. Урочная деятельность обучающихся с ОВЗ организуется по 5-дневной учебной неделе; в субботу возможно проведение курсов внеурочной деятельности.

Обучение в 1-м 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.

3.2. Продолжительность урока (академического часа) в 1–11-х классах составляет 40 минут, что не превышает гигиенического норматива.

3.3. Учебные занятия организованы в одну смену. Начало уроков для 1–11 классов — 8 ч 30 мин.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв (перемена) продолжительностью не менее 10 минут.

Учебные помещения проветриваются во время перемен в отсутствие обучающихся; сквозное проветривание проводится в отсутствие детей в соответствии с СП 2.4.2.4283-26. Проветривание коридоров, рекреаций и лестничных пролётов осуществляется во время уроков.

3.5. Расписание звонков:

Урок	Время урока	Перемена
1-й урок	8.30 – 9.10	10 минут
2-й урок	9.20 – 10.00	15 минут
3-й урок	10.15 – 10.55	20 минут
4-й урок	11.15 – 11.55	10 минут
5-й урок	12.05 – 12.45	10 минут
6-й урок	12.55 – 13.35	10 минут
7-й урок	13.45 – 14.25	—

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждёнными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19, и СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов.

4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ТРЕБОВАНИЯ К ЭСО

4.1. При составлении расписания уроков соблюдается чередование различных по сложности предметов естественно-математического и гуманитарного профилей в течение дня и недели. Основные и наиболее трудные уроки проводятся на 2–4 уроках.

4.2. В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2–4 уроках. В 1–4 классах сдвоенные уроки не проводятся, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке.

4.3. При использовании электронных средств обучения (ЭСО) в середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений с целью профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы и снятия мышечного напряжения.

4.4. Запрещается одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно исключительно при наличии дополнительной клавиатуры. Мобильные средства связи в образовательных целях не используются.

4.5. Не допускается использовать в одном учебном помещении разные типы ламп, а также лампы с разным светоизлучением.

4.6. Интерактивная доска (панель) должна быть расположена по центру фронтальной стены классного помещения. Активная поверхность интерактивной доски должна быть матовой. Минимальная диагональ ЭСО должна составлять: для монитора персонального компьютера и ноутбука — не менее 39,6 см, для планшета — не менее 26,6 см. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок запрещено.

4.7. Мебель для учебных помещений (парты, столы, стулья) подбирается индивидуально с учётом роста и возрастных особенностей обучающихся и должна иметь соответствующую цифровую и цветовую маркировку.

4.8. Допускается размещение индивидуальных гардеробов для обучающихся 1–4 классов в рекреациях учебных помещений при условии соблюдения гигиенических нормативов площади на одного ребёнка.

4.9. Объём домашних заданий (по всем предметам в совокупности) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали: в 1 классе — 1,0 ч; во 2–3 классах — 1,5 ч; в 4–5 классах — 2,0 ч; в 6–8 классах — 2,5 ч; в 9–11 классах — до 3,5 ч.

5. ОСОБЕННОСТИ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ ОБУЧЕНИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

5.1. При организации образовательной деятельности с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий соблюдаются требования раздела 4 настоящих Правил, а также нормы продолжительности использования ЭСО, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения составляется с учётом 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.

6. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗАНЯТИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

6.1. Режим внеурочной деятельности организуется в соответствии с планом внеурочной деятельности на каждом уровне образования и регламентируется расписанием занятий, утверждаемым директором организации. Внеурочная деятельность начинается не ранее 08:00 и заканчивается не позднее 19:00.

6.2. Общий объём внеурочной деятельности составляет не более 10 часов в неделю. Один час в неделю в обязательном порядке отводится на внеурочные занятия «Разговоры о важном» (1–11 классы) и «Россия — мои горизонты» (6–11 классы).

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается обязательный перерыв (перемена) продолжительностью не менее 30 минут.

6.4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены длительностью 10 минут для отдыха и смены вида деятельности.

6.5. Между началом факультативных (дополнительных) занятий, занятий по программам дополнительного образования и последним уроком обязательный перерыв составляет не менее 20 минут. Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам может проводиться по группам, подгруппам или индивидуально.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 633935855288025164934568783489573526681083736594

Владелец Фархутдинов Эльдар Гараевич

Действителен С 20.10.2026 по 20.10.2027