

Режим занятий учащихся МБОУ «Брянковская средняя школа № 5»

(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 организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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 России от 22.03.2021 № 115](#).

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

Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

1. Сроки учебных четвертей и каникул:

	Учебное время			Каникулы		
	начало	окончание		Начало	окончание	
1 четверть	01.09.2023 г.	27.10.2023 г.	41 день	28.10.2023 г.	05.11.2023 г.	9 дней
2 четверть	06.11.2023 г.	29.12.2023 г.	40 дней	01.01..2024 г.	08.01.2024 г.	8 дней
3 четверть	09.01.2024 г.	24.03.2024 г.	52 дня	25.03.2024 г.	02.04.2024 г.	9 дней
4 четверть	03.04.2024 г.	24.05.2024 г.	36 дней	27.05.2024 г.	31.08.2024 г.	92 дня

Длина каникул не менее 7 календарных дней (п.3.4.16 СП 2.4.3648-20)

2. Продолжительность учебного года:

- в 1 классе – 33 недели;

- в 9, 11 классах - 34 недели (в соответствии с графиком ГИА 2024);

- во 2 - 8, 10 классах– 34 недели.

3. Последний день учебных занятий:

- в 1 - 8, 10 классов 24 мая 2024 года (по Федеральному календарному графику – 26 мая);

- 9,11 классах - в соответствии с графиком проведения государственной итоговой аттестации.

4. Дополнительные каникулы в 1 классе - с 12.02.2024 г. по 18.02.2024 г.

В 1 классе – пятидневка, ступенчатый режим обучения; в середине учебного дня 40 минут динамическая пауза;

5. Продолжительность рабочей недели:

- 5-ти дневная учебная неделя в 1 - 11 классах.

- Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе.

6. Продолжительность урока:

- 1 класс: сентябрь (2 недели) для адаптации обучающихся 35 минут по 3 урока, октябрь -декабрь 35 минут по 4 урока, январь-май 40 минут по 4 урока в день;

- 2-11 классы – 40 минут.

7. Режим учебных занятий:

Учебные занятия начинаются не ранее 8 часов (п.3.4.15 СП 2.4.3648-20);

Обучение ведётся в первую смену во всех классах.

Продолжительность урока не превышает 45 минут (п.3.4.16СП 2.4.3648-20)

	1 смена	Перемена
1 урок	8.30-9.10	10
2 урок	9.20-10.00	20 (организация питания, горячий завтрак)
3 урок	10.20-11.00	20 (организация питания, горячий завтрак)
4 урок	11.20-12.00	10
5 урок	12.10-12.50	перемена 20 мин (на обед)
6 урок	13.10-13.50	перемена 10 мин

7 урок	14.00- 14.40	Перерыв 20 (30) мин перед внеурочной деятельностью
--------	--------------	--

Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Количество уроков не превышает:

Равномерно в течение учебной недели. Объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет ([п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20](#)):

- для 1-х классов – не более 4 уроков и один раз в неделю – 5 уроков за счет урока физкультуры;
- для 2–4-х классов – не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физкультуры;
- для 5–6-х классов – не более 6 уроков;
- для 7–11-х классов – не более 7 уроков

Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–18 лет не позднее 20.00.

Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг ([п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20](#)).

При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминутки 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.

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 должны проводиться в зале.

8. Факультативные, индивидуальные занятия, элективы, курсы по выбору, кружки и секции проводятся:

1 класс с 13.50; 2-4 классы с 15.00; 5-11 классы с 15.00 не позднее 20.00 в соответствии с расписанием.

9. Организация каникулярного времени в соответствии с планом работы на каникулы.

10. **День здоровья** проводится каждую последнюю субботу месяца.

11. **Физкультминутки** на 20-й минуте каждого урока.