

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Кочневская средняя общеобразовательная школа №16»
(МАОУ «Кочневская СОШ № 16»)**

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

МАОУ «Кочневская СОШ № 16»

Протокол № 1 от 28.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

МАОУ «Кочневская СОШ №16»

 Седухина Т.В.

Приказ № 201-П от 31.08.2026 г.



**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
МАОУ «Кочневская СОШ № 16»**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МАОУ «Кочневская СОШ №16» (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», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 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 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам»;
- Уставом МАОУ «Кочневская средняя общеобразовательная школа №16».

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным 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 в школе 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 для обучающихся начального общего образования составляет 34 недели, в 1-м классе – 33 недели; основного общего и среднего общего образования – 34 недели, в 9, 11 классах – 34 недели, включая ГИА.

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. 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 промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике на соответствующих уровнях образования.

3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1–11 классах. В субботу возможно проведение курсов внеурочной деятельности.

Урочная деятельность обучающихся с ОВЗ организуется по 5-дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение курсов внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 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 организованы в одну смену. Начало уроков для всех классов – в 8 часов 30 минут.

3.4. Организация перемен и прием пищи:

Время перемены	Категория обучающихся, принимающих пищу
9.10 – 9.30 (после 1 урока)	Завтрак
10.10 – 10.20 (после 2 урока)	Перемена 10 минут (прием пищи не осуществляется)
11.00 – 11.20 (после 3 урока)	Обед для: 3, 5, 6, 10, 11 классы (основная школа); 1, 2А (начальная школа)
12.00 – 12.20 (после 4 урока)	Обед для: 7, 8, 9, 9Б (основная школа); 4А, 4Б, 2Б (начальная школа)

Организация перемен предполагает проведение режима проветривания в течение 10 минут, при которых обучающиеся выходят в коридор. Проветривание коридоров, рекреаций и лестничных пролетов осуществляется в течение урока.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

1 ПОЛУГОДИЕ (сентябрь – декабрь)			
ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК – ПЯТНИЦА	
8.30 – 9.05	ВД «Разговоры о важном»	8.30 – 9.05	1 урок
9.05 – 9.25	Перемена (20 мин)	9.05 – 9.25	Перемена (20 мин)
9.25 – 10.00	1 урок	9.25 – 10.00	2 урок
10.00 – 10.40	Динамическая пауза, Обед	10.00 – 10.40	Динамическая пауза, Обед
10.40 – 11.15	2 урок	10.40 – 11.15	3 урок
11.15 – 11.25	Перемена (10 мин)	11.15 – 11.25	Перемена (10 мин)
11.25 – 12.00	3 урок	11.25 – 12.00	4 урок
12.00 – 12.10	Перемена (10 мин)	12.00 – 12.30	Перерыв (30 мин)
12.10 – 12.45	4 урок	12.30 – 13.30	ГПД

12.45 – 13.15	Перерыв (30 мин)	—	
13.15 – 14.15	ГПД	—	
2 ПОЛУГОДИЕ (январь – май)			
ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК – ПЯТНИЦА	
8.30 – 9.10	ВД «Разговоры о важном»	8.30 – 9.10	1 урок
9.10 – 9.30	Перемена (20 мин)	9.10 – 9.30	Перемена (20 мин)
9.30 – 10.10	1 урок	9.30 – 10.10	2 урок
10.10 – 10.50	Динамическая пауза, Обед	10.10 – 10.50	Динамическая пауза, Обед
10.50 – 11.30	2 урок	10.50 – 11.30	3 урок
11.30 – 11.40	Перемена (10 мин)	11.30 – 11.40	Перемена (10 мин)
11.40 – 12.20	3 урок	11.40 – 12.20	4 урок
12.20 – 12.30	Перемена (10 мин)	12.20 – 12.50	Перерыв
12.30 – 13.10	4 урок	12.50 – 13.50	ГПД (вкл: внеурочная деятельность и дополнительное образование)
13.10 – 13.40	Перерыв(30 минут)	—	
13.40 – 14.30	ГПД (вкл: внеурочная деятельность и дополнительное образование)	—	

3.6. Расписание звонков для 2–4 классов:

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК – ПЯТНИЦА	
8.30 – 9.10	ВД «Разговоры о важном»	8.30 – 9.10	1 урок
9.10 – 9.30	Перемена (20 мин) , завтрак	9.10 – 9.30	Перемена (20 мин), завтрак
9.30 – 10.10	1 урок	9.30 – 10.10	2 урок
10.10 – 10.20	Перемена (10 мин)	10.10 – 10.20	Перемена (10 мин)
10.20 – 11.00	2 урок	10.20 – 11.00	3 урок
11.00 – 11.20	Перемена (20 мин)	11.00 – 11.20	Перемена (20 мин)
11.20 – 12.00	3 урок	11.20 – 12.00	4 урок

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК – ПЯТНИЦА	
12.00 – 12.20	Перемена (20 мин)	12.00 – 12.20	Перемена (20 мин)
12.20 – 13.00	4 урок	12.20 – 13.00	5 урок
13.00 – 13.10	Перемена (10 мин)	13.00 – 13.30	Перерыв
13.10 – 13.50	5 урок	13.30 – 14.30	ГПД (вкл: внеурочная деятельность и дополнительное образование)
13.50 – 14.00	Перерыв (10 мин)		
14.00 – 14.40	ГПД (вкл: внеурочная деятельность и дополнительное образование)		

3.7. Расписание звонков для 5–11 классов:

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК – ПЯТНИЦА	
8.30 – 9.10	ВД «Разговоры о важном»	8.30 – 9.10	1 урок
9.10 – 9.30	Перемена (20 мин)	9.10 – 9.30	Перемена (20 мин)
9.30 – 10.10	1 урок	9.30 – 10.10	2 урок
10.10 – 10.20	Перемена (10 мин)	10.10 – 10.20	Перемена (10 мин)
10.20 – 11.00	2 урок	10.20 – 11.00	3 урок
11.00 – 11.20	Перемена (20 мин)	11.00 – 11.20	Перемена (20 мин)
11.20 – 12.00	3 урок	11.20 – 12.00	4 урок
12.00 – 12.20	Перемена (20 мин)	12.00 – 12.20	Перемена (20 мин)
12.20 – 13.00	4 урок	12.20 – 13.00	5 урок
13.00 – 13.10	Перемена (10 мин)	13.00 – 13.10	Перемена (10 мин)
13.10 – 13.50	5 урок	13.10 – 13.50	6 урок
13.50 – 14.00	Перемена (10 мин)	13.50 – 14.00	Перемена (10 мин)
14.00 – 14.40	6 урок	14.00 – 14.40	7 урок
14.40 – 14.50	Перемена (10 мин)	14.40 – 15.10	Перерыв (30 мин)
14.50 – 15.30	7 урок	15.10 – 15.50	Внеурочная деятельность
15.30 – 16.10	Внеурочная деятельность		

3.8. Расписание занятий составляется в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановлением от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21» с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в 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 (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 должны проводиться в зале.

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

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

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, 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, 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.

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 расписанием занятий, утвержденным приказом директора школы.

6.2. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

6.4. Перерыв между последним уроком и началом внеурочных и дополнительных занятий предусматривается не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по адаптированной образовательной программе.

6.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

6.6. Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам проводится по группам, подгруппам или индивидуально.

Занятия по дополнительным общеобразовательным программам начинаются не ранее 8:00 часов утра и заканчиваются:

для обучающихся в возрасте 7–10 лет – не позднее 20:00 часов;

для обучающихся в возрасте 10–18 лет – не позднее 21:00 часов.

7. РЕЖИМ РАБОТЫ ГРУППЫ ПРОДЛЕННОГО ДНЯ

Режим работы каждой группы продленного дня разрабатывается с учетом требований действующих санитарных правил и гигиенических нормативов, с учетом расписания учебных занятий в классах, обучающиеся которых посещают данную группу продленного дня, запроса обучающихся и их родителей (законных представителей). Режим работы группы продленного дня утверждается приказом директора.

8. АКТИРОВАННЫЕ ДНИ

Активированные дни – дни, в которые возможно непосещение учебных занятий обучающимися организации по неблагоприятным погодным условиям по усмотрению родителей (законных представителей).

Для признания активированными днями устанавливаются следующие температурные режимы:

Обучающиеся с 1 по 4 классы могут не посещать занятия при температуре воздуха -28° без ветра или -25° с ветром не менее 4 м/с;

Обучающиеся 5–9-х классов могут не посещать занятия при температуре -30° без ветра или -28° с ветром;

Обучающиеся 10–11-х классов могут не посещать занятия в случае, если температура воздуха снизится до -32° без ветра или -30° с ветром.

С обучающимися, пришедшими на уроки, занятия проводятся.

9. ИЗМЕНЕНИЕ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Изменения в режиме занятий обучающихся организации утверждаются приказом руководителя организации в соответствии с действующими требованиями в случаях производственной необходимости (больничный лист учителя, курсовая подготовка, участие в семинаре и т.п.), объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха, возникновения чрезвычайных и аварийных ситуаций.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 68310291949308261174446458885988728622825444149

Владелец Седухина Татьяна Викторовна

Действителен с 19.02.2026 по 19.02.2027