

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Немчиновский лицей
(МБОУ Немчиновский лицей)**

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
(протокол от 10.10.2022 № 2)

И.о. директора **УТВЕРЖДАЮ** Бойко О.М.
(приказ от 12.10.2022 № 240)



Режим занятий обучающихся и воспитанников

рп. Новоивановское Московской области
2022 год

1. Общие положения

1.1. Режим занятий обучающихся и воспитанников МБОУ Немчиновского лицея (далее – режим занятий) разработан в соответствии с:

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН 2.4.3648-20), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;

Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (далее - СанПиН 1.2.3685-21), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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 (далее – Порядок), утвержденным приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442;

Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам–образовательным программам дошкольного образования», утвержденным приказом Минпросвещения России от 31.07.2020 № 373;

Уставом МБОУ Немчиновского лицея.

1.2. Основные образовательные программы дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий МБОУ Немчиновского лицея (далее- школа).

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

2. Учебный год

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной

общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды (кроме дошкольного образования): триместры (1-9 классы), семестры (10, 11 классы). Количество триместров в учебном году – 3, семестров – 2.

2.4. С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном графике, подраздела основной общеобразовательной программы каждого уровня предусмотрено чередование периодов учебной деятельности и плановых перерывов для отдыха и включает в себя сроки и продолжительность каникул. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

Дополнительные недельные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей (триместров).

Каникулы - плановые перерывы при получении образования для отдыха и иных социальных целей в соответствии с законодательством об образовании и календарным учебным графиком.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров, семестров, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, 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 основных общеобразовательных программ общего образования соответствующего уровня.

2.6. Календарный учебный график:

Продолжительность учебных периодов по триместрам в учебных неделях и учебных днях 1-4-е классы:

Учебный период	Дата		Продолжительность	
	Начало	Окончание	Количество учебных недель	Количество учебных дней
I триместр	01.09.2022	20.11.2022	10+1д.	51
II триместр	28.11.2022	19.02.2023	11	55
III триместр	27.02.2023	31.05.2023	11+4д.	59
Итого в учебном году			33	165

Продолжительность каникул, праздничных и выходных дней
1-4-е классы:

Каникулярный период	Дата		Продолжительность каникул, праздничных и выходных дней в календарных днях
	Начало	Окончание	
Осенние каникулы	10.10.2022	16.10.2022	7
	21.11.2022	27.11.2022	7
Зимние каникулы	31.12.2022	08.01.2023	9
	20.02.2023	26.02.2023	7
Весенние каникулы	03.04.2023	09.04.2023	7
Летние каникулы	01.06.2023	31.08.2023	90
Выходные дни			73
Из них праздничных дней			5: 4 ноября, 8 марта, 1, 8, 9 мая
Итого			200

Продолжительность учебных периодов по триместрам в учебных неделях и учебных днях
5-9-е классы:

Учебный период	Дата		Продолжительность	
	Начало	Окончание	Количество учебных недель	Количество учебных дней
I триместр	01.09.2022	20.11.2022	10+1д.	51
II триместр	28.11.2022	19.02.2023	11	55
III триместр	27.02.2023	31.05.2023	11+4д.	59
Итого в учебном году			33	165

Продолжительность каникул, праздничных и выходных дней
5-9-е классы:

Каникулярный период	Дата		Продолжительность каникул, праздничных и выходных дней в календарных днях
	Начало	Окончание	
Осенние каникулы	10.10.2022	16.10.2022	7
	21.11.2022	27.11.2022	7
Зимние каникулы	31.12.2022	08.01.2023	9
	20.02.2023	26.02.2023	7
Весенние каникулы	03.04.2023	09.04.2023	7
Летние каникулы	01.06.2023	31.08.2023	90
Выходные дни			73
Из них праздничных дней			5: 4 ноября, 8 марта, 1, 8, 9 мая
Итого			200

Продолжительность учебных периодов по триместрам в учебных неделях и учебных днях
10-11-е классы:

Учебный период	Дата		Продолжительность	
	Начало	Окончание	Количество учебных недель	Количество учебных дней
I полугодие	01.09.2022	30.12.2022	15+1д.	76
II полугодие	09.01.2023	31.05.2023	17+4д.	89
Итого в учебном году			33	165

Продолжительность каникул, праздничных и выходных дней
10-11-е классы:

Каникулярный период	Дата		Продолжительность каникул, праздничных и выходных дней в календарных днях
	Начало	Окончание	
Осенние каникулы	10.10.2022	16.10.2022	7
	21.11.2022	27.11.2022	7
Зимние каникулы	31.12.2022	08.01.2023	9
	20.02.2023	26.02.2023	7
Весенние каникулы	03.04.2023	09.04.2023	7
Летние каникулы	01.06.2023	31.08.2023	90
Выходные дни			73
Из них праздничных дней			5: 4 ноября, 8 марта, 1, 8, 9 мая
Итого			200

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1–11-х классах.

Урочная деятельность учащихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) организуется по пяти дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

35 минут в сентябре – декабре;
40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены.
Начало уроков в первую смену – 8.30.

Проведение нулевых уроков и обучение в три смены не допускается.

3.4. Обучение 1, 5, 9-11 классов и классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья проводится в первую смену.

3.5. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10-15 минут.

3.6. 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.

3.7. Расписание звонков:

1) Для 1-го класса:

Образовательная деятельность	Сентябрь–октябрь	Ноябрь–декабрь	Январь–май
1-й урок	8:00–8:35	8:00–8:35	8:30–9:10
1-я перемена	8:35–8:45	8:35–8:45	9:10–9:20
2-й урок	8:45–9:20	8:45–9:20	9:20–10:00
Динамическая пауза	9:20–10:00	9:20–10:00	10:00–10:10
3-й урок	10:00–10:35	10:00–10:35	10:10–10:50
3-я перемена	–	10:35–10:45	10:50–11:00
4-й урок	–	10:45–11:20	11:00–11:40
4-я перемена	–	11:20–11:30	11:40–11:50
5-й урок	–	–	–
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности	55 минут	30 минут	30 минут
Внеурочная деятельность	С 11:30	С 12:00	С 12:00

2) Для остальных классов:

Расписание звонков

1 урок	8:30 - 9:10
2 урок	9:20 - 10:00
3 урок	10:10 - 10:50
4 урок	11:00 - 11:40
5 урок	11:50 - 12:30
6 урок	12:45 - 13:25
7 урок	13:35 - 14:15
8 урок	14:30 - 15:10
9 урок	15:20 - 16:00
10 урок	16:10 - 16:50
11 урок	17:00 - 17:40
12 урок	17:50 - 18:30

3.8. 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:

- 1) в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2) 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 3) 5 – 6-х классах – шести;
- 4) 7 – 11-х классах – семи.

3.9. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

3.10. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования реализуется в течение всего времени пребывания воспитанника в дошкольном отделении организации.

1) Продолжительность занятий устанавливается расписанием организованной образовательной деятельности и утверждается руководителем ежегодно.

2) Занятия для всех возрастных групп начинаются не ранее 9.00 и заканчиваются не позже 17.00.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы в школе. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

4.2. Образовательная деятельность по образовательным программам дошкольного образования в организации осуществляется в группах. Основная общеобразовательная программа дошкольного образования реализуется в течении всего времени пребывания воспитанника в дошкольном отделении.

Во время занятий воспитатели проводят соответствующие физические упражнения.

Перерывы между занятиями составляют не менее 10 мин.

4.3. Для предупреждения переутомления обучающихся в организации в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг, а для детей дошкольного возраста соблюдение режима дня и выполнение санитарных правил.

4.4. 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 (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.

4.5. Занятия физической культурой в организации 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%.

4.6. Физическое развитие в дошкольном образовании осуществляется в соответствии с учебным планом к основной общеобразовательной программе дошкольного образования.

Продолжительность физкультурных, физкультурно-оздоровительных занятий и мероприятий определяется с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Занятия физической культурой и спортом, подвижные игры проводятся на открытом воздухе, если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха) и климатическая зона. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в физкультурном зале.

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

5.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

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

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. 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.

5.6. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях дошкольного образования составляет:

Электронное средство обучения	Возраст воспитанника	Продолжительность, мин., не более	
		На одном занятии	В день
Интерактивная доска	5-7	7	20
Интерактивная панель	5-7	5	10
Персональный компьютер, ноутбук	6-7	15	20
Планшет	6-7	10	10

Для воспитанников 5-7 лет продолжительность непрерывного использования:

экрана с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками, составляет 5–7 минут;

наушников составляет не более часа. Уровень громкости устанавливается до 60 процентов от максимальной.

Во время занятий с использованием электронных средств обучения воспитатели проводят гимнастику для глаз.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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