

УТВЕРЖДЕН
приказом МАОУ СОШ № 5
от 31.08. 2026 года № 76-ОД

Режим занятий обучающихся

Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 5
(новая редакция)

с. Николо-Павловское
2026 год

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МАОУ СОШ № 5 (далее – школа) разработан в соответствии с:

- [Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ](#) «Об образовании в Российской Федерации»,
- [СП 2.4.4283-26](#) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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», 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.](#),
- уставом МАОУ СОШ № 5 и действует с **01.09.2026 года по 26.05.2027 года.**

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

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. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального общего, основного общего, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: триместры. Количество триместров – 3.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в третьем триместре.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров, 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 образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1–11-х классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по пятидневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 30 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 30 минут в январе – мае.

Продолжительность урока в компенсирующих классах (при их наличии) не превышает 30 минут.

3.3. Занятия в школе организованы в две смены. Занятия в первую смену – начинаются не раньше 8.00, во вторую – 12.20. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после третьего или четвертого урока – 20 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-11 классов:

	вспомогательное здание (левое крыло)		вспомогательное здание (правое крыло)
1 смена	1а1б 2в 2г+3г 3в 4а4б4в	1 смена	5а5б5в 5г+7а+9г 6к 7к 8в 9а9б9в 11
1 урок	08.00-08.30	1 урок	08.00-08.30
перемена	10 минут	перемена	10 минут
2 урок	08.40-09.10	2 урок	08.40-09.10
перемена	10 минут	перемена	10 минут
3 урок	09.20-09.50	3 урок	09.20-09.50
перемена	20 минут	перемена	20 минут
4 урок	10.10-10.40	4 урок	10.10-10.40
перемена	20 минут	перемена	20 минут
5 урок	11.00-11.30	5 урок	11.00-11.30
		перемена	10 минут
2 смена	2а2б 3а3б	6 урок	11.40-12.10
1 урок	12.20-12.50	перемена	10 минут
перемена	30 минут	7 урок	12.20-12.50
2 урок	13.20-13.50		
перемена	10 минут	2 смена	6г6у 7г7г7у 8а8б 10
3 урок	14.00-14.30	1 урок	13.20-13.50
перемена	10 минут	перемена	10 минут
4 урок	14.40-15.10	2 урок	14.00-14.30
перемена	10 минут	перемена	20 минут
5 урок	15.20-15.50	3 урок	14.50-15.20
		перемена	20 минут
		4 урок	15.40-16.10
		перемена	10 минут
		5 урок	16.20-16.50

		перемена	10 минут
		6 урок	17.00-17.30
		перемена	10 минут
		7 урок	17.40-18.10

3.6. 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:

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

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей до 7 лет не позднее 19.30, для детей 8–15 лет не позднее 20.00, для детей 16–18 лет не позднее 21.00.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих изучение родного языка в образовательных организациях, в которых наряду с русским языком изучается родной язык, государственный язык республик Российской Федерации, иностранный язык, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

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 (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.

4.4. 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.

Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе
---------------------	--

	без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек.	при скорости ветра 6 – 10 м/сек.	при скорости ветра более 10 м/сек.
1 – 4 классы	– 15 ⁰ С	– 12 ⁰ С	– 9 ⁰ С	занятия на открытом воздухе не проводятся
5 – 6 классы	– 16 ⁰ С	– 13 ⁰ С	– 10 ⁰ С	
7 – 8 классы	– 19 ⁰ С	– 16 ⁰ С	– 13 ⁰ С	
9 – 11 классы	– 20 ⁰ С	– 17 ⁰ С	– 14 ⁰ С	

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия проводятся только в спортивном 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 и дистанционном обучении

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные [СП 2.4.4283-26](#) 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 30 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора школы.

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.

7. Режим выполнения домашних заданий:

7.1. В первом классе выполнение домашних заданий не предусмотрено.

7.2. В начальной школе и в 5 - 6 классах домашние задания на выходные не задаются. В 7 - 11 классах допустимы домашние задания на выходные дни, направленные на повторение и систематизацию полученных знаний, в объеме. На праздничные дни домашние задания не задаются.

7.3. Домашние задания на каникулярное время не задаются. Рекомендуется предоставление обучающимся списка литературы для самостоятельного чтения.

7.4. Регулярность привлечения обучающихся к выполнению домашних заданий и их объем определяется педагогическими работниками исходя из принципов разумности, целесообразности, с учетом динамики работоспособности школьников в течение недели, возрастных возможностей обучающихся и норм СанПиНа ** (в 1 классе выполнение не более 1 ч.; во 2 - 3 классах - не более 1,5 ч., в 4 - 5 классах - не более 2 ч., в 6 - 8 классах - не более 2,5 ч., в 9 - 11 классах - не более 3,5 ч.).

7.5. Выполнение домашних заданий с использованием ЭСО (например, компьютера, ноутбука) допускается для учащихся 1 - 2-х классов в течение не более 20 минут, 3 - 4-х классов - не более 25 минут, 5 - 9-х классов - не более 30 минут, 10 - 11-х классов - не более 35 минут.

8. Режим работы в активированные дни

8.1. В активированный день деятельность учреждения осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников — в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.

8.2. Активированный день дает право родителям (законным представителям) решить самостоятельно вопрос о посещении (непосещении) их детьми учебных занятий в школе при наступлении неблагоприятных погодных условий.

8.3. Неблагоприятными погодными условиями считаются:

- для обучающихся 1-4 классов - температура воздуха -28°C без ветра, -25°C с ветром (скорость ветра не менее 4 м/сек);
- для обучающихся 5-9 классов - температура воздуха -30°C без ветра, -28° С с ветром;
- для обучающихся 10-11 классов - температура воздуха -32° С без ветра, -30° С с ветром.

8.4. В период установления затянувшихся неблагоприятных погодных условий МАОУ СОШ № 5 может изменить режим работы.

8.5. Питание обучающихся в активированные дни организуется в соответствии с графиком.

8.6. Решение о возможности непосещения обучающимся учреждения в активированный день принимают родители (законные представители).

8.7. В случае, если обучающийся пришел в учреждение в активированный день, учебные занятия проводятся согласно расписания.

8.8. В случае отсутствия обучающегося на учебных занятиях в активированный день, он самостоятельно выполняет задания на дому, получая их от учителя-предметника и (или) классного руководителя через электронный дневник.

9. График питания обучающихся 1-11 классов:

	вспомогательное здание (обеденный зал левое крыло)			вспомогательное здание (обеденный зал правое крыло)	
1 смена					
	07.40-08.00			07.40-08.00	
1 перемена	08.30-08.40	Завтрак 3в3г 4в	1 перемена	08.30-08.40	Завтрак 5г 6к 7а7к 8б 9б9г
2 перемена	09.10-09.20		2 перемена	09.10-09.20	
3 перемена	09.50-10.10	Обед	3 перемена	09.50-10.10	Обед

		1а1б 2в2г 3в3г			5а5б5в5г 6к
4 перемена	10.40-11.00	Обед 4а4б4в	4 перемена	10.40-11.00	Обед 7а7к 8в 9а9б9в9г 11
			5 перемена	11.30-11.40	
			6 перемена	12.10-12.20	
			7 перемена	12.50-13.20	
2 смена					
1 перемена	12.50-13.20	Обед 2а2б 3а3б	1 перемена	13.50-14.00	
			2 перемена	14.30-14.50	Обед 6г6у 8б
			3 перемена	15.20-15.40	Обед 7у7г7г 8а 10

Расписание звонков для 1-11 классов с 01.09.2026 года

	вспомогательное здание (левое крыло)		вспомогательное здание (правое крыло)
1 смена	1а1б 2в 2г+3г 3в 4а4б4в	1 смена	5а5б5в 5г+7а+9г 6к 7к 8в 9а9б9в 11
1 урок	08.00-08.30	1 урок	08.00-08.30
перемена	10 минут	перемена	10 минут
2 урок	08.40-09.10	2 урок	08.40-09.10
перемена	10 минут	перемена	10 минут
3 урок	09.20-09.50	3 урок	09.20-09.50
перемена	20 минут	перемена	20 минут
4 урок	10.10-10.40	4 урок	10.10-10.40
перемена	20 минут	перемена	20 минут
5 урок	11.00- 11.30	5 урок	11.00-11.30
		перемена	10 минут
2 смена	2а2б 3а3б	6 урок	11.40-12.10
1 урок	12.20-12.50	перемена	10 минут
перемена	30 минут	7 урок	12.20-12.50
2 урок	13.20-13.50		
перемена	10 минут	2 смена	6г6у 7г7г7у 8а8б 10
3 урок	14.00-14.30	1 урок	13.20-13.50
перемена	10 минут	перемена	10 минут
4 урок	14.40-15.10	2 урок	14.00-14.30
перемена	10 минут	перемена	20 минут
5 урок	15.20-15.50	3 урок	14.50-15.20
		перемена	20 минут
		4 урок	15.40-16.10
		перемена	10 минут
		5 урок	16.20-16.50
		перемена	10 минут
		6 урок	17.00-17.30
		перемена	10 минут
		7 урок	17.40-18.10

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206975708896086309713996961436711436381829397124

Владелец Артюгин Денис Евгеньевич

Действителен с 30.06.2026 по 30.06.2027