Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол №1 от 28 августа 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____ Е.В Акзегитова

СОГЛАСОВАНО
на заседании Совета родителей
Протокол №1 от 16 сентября 2026г.

Положение о режиме занятий в МАОУ «СОШ №10»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», а также Уставом МАОУ СОШ № 310.

1.2. Положение устанавливает единый порядок организации образовательного процесса: режим учебного года, расписание занятий, требования к нагрузке, внеурочной деятельности и использованию электронных средств обучения.

2. Учебный год и календарный график

2.1. Учебный год начинается 1 сентября. Если эта дата выпадает на выходной, учебный год стартует в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с основными образовательными программами: не менее 34 недель для начального, основного и среднего общего образования (для 1-го класса — 33 недели). Для 9-х и 11-х классов учитывается период государственной итоговой аттестации.

2.3. Календарный учебный график (даты начала и окончания периодов, сроки каникул, промежуточных аттестаций) утверждается директором школы в начале учебного года.

3. Режим учебных занятий

3.1. Учебная неделя может быть пятидневной или шестидневной. Конкретный режим для каждого уровня образования (начальное, основное, среднее общее) закрепляется в учебном плане.

3.2. Занятия начинаются не ранее 8:00. «Нулевые» уроки запрещены. Вторая смена завершается не позднее 19:00.

3.3. Продолжительность урока:

- во 2–11 классах — не более 40 минут;
- в 1 классе применяется ступенчатый режим: сентябрь–октябрь — по 3 урока в день по 35 минут; ноябрь–декабрь — по 4 урока по 35 минут; январь–

май — по 4 урока по 40 минут. Один раз в неделю допускается 5 уроков за счёт урока физической культуры.
3.4. Между уроками предусматриваются перемены не менее 10 минут. Большая перемена после второго урока — 20 минут.
3.5. Для профилактики переутомления в середине недели (среда или четверг) предусматривается облегчённый учебный день — с меньшим количеством сложных предметов.
3.6. Расписание составляется с учётом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся, шкалы трудности учебных предметов (согласно таблицам СанПиН 1.2.3685-21).

4. Особенности организации обучения отдельных категорий обучающихся

4.1. Обучение первоклассников организуется только в первую смену при пятидневной учебной неделе. В середине учебного дня для них обязательна динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.
4.2. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) режим занятий адаптируется с учётом индивидуальных программ и рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии.

5. Внеурочная деятельность

5.1. Режим работы кружков, секций и детских объединений утверждается директором и фиксируется в отдельном расписании.
5.2. Между окончанием урочной деятельности и началом внеурочной предусматривается перерыв не менее 30 минут (если санитарными правилами не установлено иное).

6. Электронное обучение и дистанционные технологии

6.1. Применение электронных средств обучения и дистанционных технологий допускается в случаях, предусмотренных законодательством и локальными актами школы.
6.2. При использовании ЭСО соблюдаются санитарные требования: контролируется продолжительность непрерывного применения, освещение, организация рабочего места для профилактики зрительного утомления. Расписание таких занятий составляется с учётом динамики работоспособности обучающихся.

7. Домашние задания

7.1. В 1 классе домашние задания не задаются.
7.2. Для остальных классов устанавливаются ориентировочные нормативы времени на выполнение домашних заданий (в астрономических часах):

- 2–3 классы — не более 1,5 часа;
- 4–5 классы — не более 2 часов;
- 6–8 классы — не более 2,5 часа;
- 9–11 классы — не более 3,5 часа.

8. Заключительные положения

8.1. Временное изменение режима занятий (например, в связи с карантином или экстремальными погодными условиями) оформляется приказом директора.
8.2. Контроль за соблюдением настоящего Положения осуществляет администрация школы.