|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДЕНОприказом директора МАОУ СОШ № 32 города Тюмениот 17.02.2021 № 28 |

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧЕНИКОВ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ
	1. Настоящий Режим занятий учеников МАОУ СОШ № 32 города Тюмени (далее – школа) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача от 30.06.2020 № 16, СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 № 28.
	2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.
	3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.
2. УЧЕБНЫЙ ГОД
	1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.
	2. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального, основного, 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.
	3. Учебный год составляют учебные периоды: *четверти*. Количество *четвертей в учебном году – 4*.
	4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.
	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 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
	1. Образовательная деятельность организована в школе по 5-дневной рабочей недели.
	2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 мин. Обучение в 1 классах осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:
* учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
* недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели: 4 учебных дня не превышает 4 уроков в день и 1 день в неделю 5 уроков, учитывая урок физической культуры;
* используется «ступенчатый»\*режим обучения: в первом полугодии – 1 четверть – по 3 урока в день по 35 минут каждый, 2 четверть – по 4 урока по 35 минут каждый, во 2 полугодии – по 4 урока по 40 минут каждый;
* организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью 40 минут;
	1. Учебные занятия в школе организованы в *две смены*. Начало уроков в *первую смену – 08 ч 00 мин, во вторую – 13 ч 30 мин*. Проведение «нулевых» уроков в образовательном учреждении не допускается.
	2. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников и шкалой трудности учебных предметов.
1. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
	1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

 Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или четверг.

* 1. 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 занятиях 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.

* 1. 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, ветренные 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%.

1. ОСОБЕННОСТИ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ
	1. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.
	2. Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СП 3.1/2.4.3598-20, СП 2.4.3648-20 и составляет не более 40 минут.
	3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
	4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
	5. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 минут, а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 минут.
	6. Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.
2. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
	1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.
	2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.
	3. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.
	4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.
	5. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 45 минут.