

Принято
на Педагогическом совете
МАОУ СОШ №12
Протокол № 1
от «28» августа 2026 г.



«Утверждаю»
Директор МАОУ СОШ №12
Н.Ю.Бажукова
Приказ №297
от «28» августа 2026 г.

С учетом мнения совета обучающихся
Протокол №1
от «28» августа 2026г.

С учетом мнения совета родителей
Протокол №1
от «28» августа 2026г.

Положение о режиме занятий обучающихся МАОУ СОШ № 12

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение устанавливает режим учебной недели, урочных и внеурочных занятий, чередование учебной нагрузки и отдыха обучающихся 1–9 классов МАОУ СОШ № 12 (далее — Школа). Цель Положения — обеспечить реализацию образовательных программ и сохранить здоровье обучающихся.

1.2. Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Уставом Школы, федеральными государственными образовательными стандартами и федеральными образовательными программами начального общего и основного общего образования, СП 2.4.2.4283-26, утверждёнными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19, и СанПиН 1.2.3685-21, утверждёнными постановлением от 28.01.2021 № 2. Применяются действующие редакции нормативных актов.

1.3. Режим занятий реализуется через образовательные программы, учебные планы, календарный учебный график, планы внеурочной деятельности и утверждённые директором расписания. Расписания должны соответствовать настоящему Положению и обязательным санитарным требованиям.

1.4. Положение обязательно для работников Школы, организующих образовательную деятельность. Обучающиеся и родители (законные представители) информируются о режиме занятий и его изменениях через официальный сайт, электронный журнал и иные принятые в Школе каналы связи.

2. Учебный год и учебная неделя

2.1. В Школе установлены пятидневная учебная неделя и четвертная организация учебного года. Учебные занятия проводятся с понедельника по пятницу. Изменения отдельных учебных дней оформляются в календарном учебном графике с соблюдением законодательства и предельной нагрузки.

2.2. В 2026–2027 учебном году занятия начинаются 1 сентября 2026 года. По календарному учебному графику, утверждённому приказом от 28.08.2026 № 297, окончание учебных занятий

предусмотрено 26 мая 2027 года. Для 9-х классов завершение учебного года определяется также сроками государственной итоговой аттестации.

2.3. Продолжительность учебного года составляет в 1-х классах 33 учебные недели, во 2–8-х классах — 34 недели, в 9-х классах — 34 недели без учёта государственной итоговой аттестации.

2.4. Конкретные сроки четвертей, каникул и промежуточной аттестации устанавливаются ежегодным календарным учебным графиком. Для первых классов предусматриваются дополнительные каникулы; в графике на 2026–2027 учебный год установлен период с 6 по 14 февраля 2027 года.

3. Сменность и организация учебного дня

3.1. Обучение организовано в две смены. В соответствии с календарным учебным графиком на 2026–2027 учебный год в первую смену обучаются 1, 4, 5, 8 и 9 классы, во вторую — 2, 3, 6 и 7 классы. Классы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья обучаются в первую смену. При распределении классов соблюдаются специальные требования к условиям обучения.

3.2. Первая смена начинается в 08:00. Конкретное время начала и окончания занятий второй смены устанавливается расписанием звонков. Занятия не могут начинаться ранее 08:00; вторая смена заканчивается не позднее 19:00. Нулевые уроки и обучение в три смены не допускаются.

3.3. Продолжительность урока во 2–9 классах составляет 40 минут. Для первых классов действует специальный режим, установленный разделом 4. Для обучающихся по адаптированным программам продолжительность занятий определяется с учётом обязательных требований и индивидуальных особенностей.

3.4. Расписание уроков и расписание звонков утверждаются директором. При их составлении учитываются учебный план, недельная и дневная нагрузка, возраст обучающихся, трудность предметов, работоспособность, организация питания и условия использования учебных помещений.

3.5. Продолжительность обычной перемены — не менее 10 минут. После второго или третьего урока предусматривается большая перемена продолжительностью 20–30 минут; допускаются две большие перемены по 20 минут после второго и третьего уроков. Перемены используются для отдыха, питания, проветривания и необходимых санитарных мероприятий.

3.6. Использование одних и тех же помещений разными сменами организуется с обеспечением уборки после каждой смены и соблюдением санитарных условий. Расписание не должно препятствовать проведению обязательной уборки и проветривания.

3.7. Учитель заканчивает урок в установленное расписанием время. Продление уроков за счёт перемен не допускается. Изменение расписания и замены уроков согласуются с ответственным заместителем директора и своевременно доводятся до обучающихся и родителей.

4. Особенности режима первых классов

4.1. Первоклассники обучаются только в первую смену по пятидневной учебной неделе. Применяется ступенчатый режим: сентябрь–октябрь — по 3 урока продолжительностью 35 минут; ноябрь–декабрь — по 4 урока по 35 минут; январь–май — по 4 урока по 40 минут. Возможность пятого урока физической культуры один раз в неделю учитывается в пределах санитарных требований и без нарушения ступенчатого режима.

4.2. В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут. Для первых классов утверждается отдельное расписание, учитывающее продолжительность уроков, динамическую паузу и питание.

4.3. Предоставляются дополнительные каникулы в середине третьей четверти. Учебная деятельность организуется с чередованием видов работы, двигательной активностью и профилактикой утомления.

4.4. В соответствии с календарным учебным графиком Школы промежуточная аттестация в первом классе не проводится. Оценивание образовательных результатов осуществляется в порядке, установленном образовательной программой и отдельным локальным актом Школы.

5. Учебная нагрузка и расписание

5.1. Недельная урочная нагрузка при пятидневной учебной неделе не превышает: в 1 классе — 21 академического часа; во 2–4 классах — 23; в 5 классе — 29; в 6 классе — 30; в 7 классе — 32; в 8–9 классах — 33. Фактическая нагрузка определяется утвержденным учебным планом.

5.2. Дневная нагрузка не превышает: в 1 классе — 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счёт физической культуры с учётом ступенчатого режима; во 2–4 классах — 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счёт физической культуры; в 5–6 классах — 6 уроков; в 7–9 классах — 7 уроков.

5.3. Нагрузка распределяется в течение недели с учётом гигиенических нормативов и трудности предметов. В среду или четверг предусматривается облегчённый учебный день. Учебные предметы, требующие значительной интеллектуальной нагрузки, чередуются с другими видами деятельности.

5.4. Проверочные и контрольные работы планируются согласованно по всем предметам с соблюдением действующих федеральных требований к объёму оценочных процедур. Расписание таких работ не должно приводить к превышению допустимой нагрузки.

5.5. Промежуточная аттестация проводится в сроки календарного учебного графика по отдельному локальному акту. На 2026–2027 учебный год для 2–9 классов предусмотрен период с 13 апреля по 15 мая 2027 года без прекращения образовательной деятельности.

5.6. Объём домашних заданий определяется с учётом суммарных затрат времени по всем предметам и действующих возрастных нормативов. Ответственный заместитель директора координирует нагрузку, педагоги учитывают индивидуальные возможности обучающихся и своевременно сообщают задания.

6. Внеурочная деятельность и дополнительные занятия

6.1. Внеурочная деятельность организуется по утверждённому плану и отдельному расписанию. Объём составляет не более 10 часов в неделю с соблюдением образовательной программы и санитарных требований. Предельный объём не означает обязательного посещения каждым обучающимся всех предлагаемых занятий.

6.2. Формы внеурочной деятельности выбираются с учётом интересов и образовательных потребностей детей: проекты, экскурсии, творчество, спорт, общественно полезная деятельность и другие формы, отличные от обычного урока. При составлении индивидуальной занятости учитываются заявления и выбор обучающихся и родителей в предусмотренном порядке.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перерыв не менее 30 минут, кроме установленного санитарными правилами исключения для обучающихся по специальной индивидуальной программе развития. Между последним уроком и факультативными занятиями или занятиями по дополнительным общеобразовательным программам — не менее 20 минут.

6.4. Факультативные и дополнительные занятия планируются преимущественно в дни с меньшим количеством уроков. Продолжительность занятия и перерывов определяется программой и расписанием в пределах возрастных нормативов. Проведение занятий не должно сокращать обязательные перемены и время отдыха.

7. Особые условия обучения и охрана здоровья

7.1. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидностью и иными особыми образовательными потребностями режим определяется образовательной или адаптированной программой, рекомендациями ПМПК и медицинскими документами в предусмотренных законом случаях. Учитываются индивидуальный учебный план, коррекционные занятия, потребность в отдыхе и специальные условия.

7.2. При обучении на дому расписание составляется индивидуально на основании документов, предусмотренных законодательством, согласуется с родителями (законными представителями) и утверждается директором. Такое расписание не должно превышать допустимую нагрузку.

7.3. При использовании электронного обучения и дистанционных образовательных технологий соблюдаются возрастные ограничения экранного времени, требования к перерывам и общей нагрузке. Продолжительность работы с электронными средствами не приравнивается автоматически к продолжительности всего урока.

7.4. На занятиях организуются физкультминутки, смена видов деятельности, гимнастика для глаз и контроль осанки в соответствии с санитарными требованиями. Использование электронных средств обучения планируется с учётом их вида и возраста обучающихся.

7.5. Физическая культура, спортивные занятия, экскурсии и иные мероприятия проводятся с учётом состояния здоровья, возраста и условий безопасности. Ограничения участия обучающихся в занятиях на основании медицинских рекомендаций и действующих правил. При карантине, неблагоприятных погодных условиях, аварийных и иных чрезвычайных обстоятельствах изменение режима оформляется приказом директора с учётом решений уполномоченных органов. Родители и обучающиеся уведомляются о временном расписании и организации образовательной деятельности. Перенос занятий не допускает превышения нагрузки в последующие дни.



8. Утверждение и контроль исполнения

8.1. Проект Положения рассматривается Педагогическим советом в пределах его компетенции по Уставу Школы. При принятии учитывается мнение советов обучающихся, советов родителей в случаях, предусмотренных частью 3 статьи 30 Федерального закона № 273-ФЗ; мнение представительного органа работников учитывается в случаях и порядке, установленных трудовым законодательством.

8.2. Положение утверждается приказом директора и вступает в силу с даты, указанной в приказе. Порядок разработки и принятия соответствует разделу 9 Устава.

8.3. Директор организует исполнение Положения. Ответственный заместитель директора контролирует расписание, нагрузку, продолжительность занятий и перемен. Классные руководители доводят сведения до обучающихся и родителей, педагоги соблюдают установленный режим.

8.4. Утверждённое Положение размещается на официальном сайте Школы. Работников знакомят под подпись с относящимися к их деятельности требованиями. Расписание занятий и сведения о его изменениях доводятся до участников образовательных отношений до начала занятий по изменённому режиму.

8.5. Изменения в Положение принимаются в том же порядке. Конкретные даты учебных периодов и распределение классов по сменам на последующие учебные годы устанавливаются ежегодными документами Школы с соблюдением настоящего Положения и законодательства. Нормы локальных актов, противоречащие законодательству, не применяются.