**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**
**«Каменская средняя общеобразовательная школа»**

ПРИНЯТО
педагогическим советом
МКОУ «Каменская средняя
общеобразовательная школа»
(протокол от 24.08.2026 № 18)
СОГЛАСОВАНО
Советом обучающихся
Протокол № 1 от 01.09. 2026 г.
Согласовано
Советом родителей (законных представителей)
Протокол № 1 от 27.08 2026 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
от 01.09.2026 № 104-ОД

Зубова Светлана Николаевна

Подписан: Зубова Светлана Николаевна
DN: C=RU, O="МКОУ "" Каменская средняя общеобразовательная школа""", CN=Зубова Светлана Николаевна, E=123102@list.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2026-10-22 15:27:16
Foxit Reader Версия: 9.7.2

# Положение о режиме занятий обучающихся

## 1. Общие положения

**1.1.** Настоящее Положение разработано в соответствии с

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ,
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02 июня 2026 г. № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; (далее - Санитарно-эпидемиологические требования).Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" с изменениям постановления №2 от 17 марта 2025
- Федеральными государственными образовательными стандартами с изменениями приказа Минпросвещения от 18.06.2025 № 467
- ФОП НОО, ФОП ООО, ФОП СОО, утвержденными приказами 370, 371 , 372 от 18.05.2023 с изменениями приказа Минпросвещения 704 от 9.10.2024
- Методическими рекомендациями 2.4.0380-25.2.4 Гигиена детей и подростков, утвержденные главным сан. врачом от 30 мая 2025г.
- Методическими рекомендациями Минпросвещения по организации образовательного процесса в 1 классе в период адаптации от 1.07.2025
- Уставом МКОУ «Каменская СОШ»
- иными нормативными правовыми актами Российской Федерации, регулирующими образовательную деятельность.

**1.2** Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее — Положение) является локальным нормативным актом образовательной организации, определяющим порядок организации режима образовательной деятельности, продолжительность учебного года,

учебной недели, учебного дня, учебных занятий, перемен, внеурочной деятельности, занятий по дополнительным общеобразовательным программам, применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, а также требования к условиям организации образовательного процесса.

**1.3.** Настоящее Положение разработано в целях:

- обеспечения права обучающихся на получение качественного общего образования;
- сохранения жизни и здоровья обучающихся;
- создания безопасных условий обучения;
- предупреждения переутомления обучающихся;
- обеспечения рациональной организации образовательного процесса;
- соблюдения санитарно-эпидемиологических требований;
- реализации требований федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных образовательных программ.

**1.4.** Требования настоящего Положения обязательны для исполнения:

- обучающимися;
- педагогическими работниками;
- руководящими работниками образовательной организации;
- иными работниками образовательной организации;
- родителями (законными представителями) несовершеннолетних обучающихся в части их прав и обязанностей.

**1.5.** Настоящее Положение принимается Педагогическим советом образовательной организации с учетом мнения Совета обучающихся и Совета родителей и утверждается приказом директора.

## 2. Цели и задачи Положения

Настоящее Положение направлено на:
**2.1.** обеспечение реализации образовательных программ в соответствии с законодательством Российской Федерации;
**2.2.** обеспечение соблюдения санитарно-эпидемиологических требований при организации образовательного процесса [СП 2.4.2.4283-26, п. 22];
**2.3.** создание условий для сохранения физического и психического здоровья обучающихся;
**2.4.** предупреждение учебной перегрузки обучающихся;
**2.5.** обеспечение рационального режима труда и отдыха обучающихся;
**2.6.** создание безопасной образовательной среды;
**2.7.** обеспечение единых требований к организации режима занятий.

## 3. Основные понятия

Для целей настоящего Положения используются следующие понятия:
**режим занятий обучающихся** — установленный образовательной организацией порядок организации образовательного процесса, включающий продолжительность учебного года, учебной недели, учебного дня, время начала и окончания занятий, продолжительность уроков, перемен, внеурочной деятельности и иных мероприятий;
**учебный день** — часть календарного дня, включающая учебные занятия, перемены, питание, внеурочную деятельность и иные мероприятия образовательной программы;
**учебная неделя** — установленное учебным планом количество учебных дней;
**электронное обучение** — организация образовательной деятельности с использованием информации, содержащейся в базах данных, информационных технологий и технических средств;

**дистанционные образовательные технологии** — образовательные технологии, реализуемые с использованием информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

## 4. Организация режима образовательного процесса

**4.1.** Режим занятий обучающихся определяется:

- календарным учебным графиком;
- учебным планом;
- расписанием учебных занятий;
- расписанием внеурочной деятельности;
- расписанием занятий по дополнительным общеобразовательным программам.

**4.2.** Образовательная деятельность организуется в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов, федеральных образовательных программ и санитарных правил [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**4.3.** Расписание учебных занятий составляется с учетом:

- дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся;
- шкалы трудности учебных предметов;
- возрастных особенностей обучающихся;
- рационального чередования предметов различной степени трудности;
- необходимости предупреждения переутомления обучающихся [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 22; подп. 16 п. 27].

**4.4.** При организации образовательного процесса обеспечивается соблюдение требований к двигательной активности обучающихся, проведение физкультминуток, гимнастики для глаз, контроль правильной осанки обучающихся во время письма, рисования и использования электронных средств обучения [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2–3 п. 22].

**4.5.** Обучение может осуществляться в одну или две смены.

**4.6.** Обучение в третью смену не допускается [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].

**4.7.** При организации обучения в две смены обучающиеся 1-х, 5-х, 9–11-х классов, а также классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья обучаются только в первую смену [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].

## 5. Продолжительность учебного года

**5.1.** Учебный год начинается 1 сентября. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в ближайший следующий рабочий день. Окончание учебного года определяется КУГ (но не ранее 26 мая)

**5.2.** Продолжительность учебного года определяется федеральными образовательными программами, учебным планом и календарным учебным графиком.

**5.3.** Продолжительность каникул должна составлять не менее **7 календарных дней**. В годовом календарном учебном плане предусматривается чередование периодов учебного времени и каникул в целях профилактики переутомления обучающихся [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**5.4.** Для обучающихся первых классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертной системе обучения либо в иные сроки в соответствии с календарным учебным графиком [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

## 6. Продолжительность учебной недели

**6.1.** Продолжительность учебной недели определяется учебным планом образовательной организации, разработанным в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами, федеральными образовательными программами, санитарными правилами и действующими гигиеническими нормативами [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**6.2.** Обучение обучающихся первых классов осуществляется по пятидневной учебной неделе и только в первую смену [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**6.3.** Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья урочная деятельность организуется по пятидневной учебной неделе. Проведение внеурочной деятельности допускается в субботу в случаях, предусмотренных адаптированной образовательной программой [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**6.4.** Максимальный объем недельной учебной нагрузки определяется учебным планом образовательной организации с учетом требований федеральных образовательных программ и действующих гигиенических нормативов.

## 7. Организация учебного дня

**7.1.** Учебный день включает:

- обязательные учебные занятия;
- перемены;
- физкультминутки;
- гимнастику для глаз;
- прием пищи;
- внеурочную деятельность;
- занятия по дополнительным общеобразовательным программам;
- иные мероприятия, предусмотренные образовательной программой.

**7.2.** Организация учебного дня осуществляется с учетом возрастных особенностей обучающихся, дневной и недельной динамики их работоспособности, требований санитарных правил и действующих гигиенических нормативов [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 22; подп. 16 п. 27].

**7.3.** Во время учебных занятий педагогические работники обеспечивают проведение физкультминуток, гимнастики для глаз, а также контроль правильной осанки обучающихся при письме, чтении, рисовании и использовании электронных средств обучения [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2–3 п. 22].

**7.4.** Для предупреждения переутомления обучающихся в течение учебной недели предусматривается облегченный учебный день в среду или четверг [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

## 8. Начало и окончание учебных занятий

**8.1.** Учебные занятия начинаются **не ранее 8 часов 00 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].
**8.2.** Проведение нулевых уроков не допускается [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].
**8.3.** В образовательной организации устанавливается следующий режим работы:

- 07.30–08.00 — прием обучающихся, работа дежурного администратора и педагогических работников;
- 07.55–08.10 — утренняя гимнастика (зарядка) либо иные мероприятия по организации двигательной активности обучающихся;
- 08.15 — начало первого урока.

**8.4.** При организации обучения во вторую смену учебные занятия должны заканчиваться **не позднее 19 часов 00 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].
**8.5.** Занятия по дополнительным общеобразовательным программам начинаются после окончания обязательных учебных занятий и организуются в соответствии с утвержденным расписанием.

## 9. Продолжительность учебных занятий (уроков)

**9.1.** Продолжительность одного урока для обучающихся 2–11 классов составляет **40 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].
**9.2.** Продолжительность урока в первом классе и компенсирующем классе не должна превышать **40 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].
**9.3.** При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий продолжительность урока не должна превышать **40 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 12 п. 28].
**9.4.** Не допускается проведение учебных занятий сверх продолжительности, установленной настоящим Положением, за исключением случаев, предусмотренных федеральным законодательством.

## 10. Продолжительность перемен

**10.1.** Продолжительность перемен между уроками составляет **не менее 10 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].
**10.2.** После второго -четвертого урока организуется большая перемена продолжительностью **20 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].
**10.3.** Вместо одной большой перемены допускается организация **двух перемен по 20 минут** каждая после второго и третьего уроков [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].
**10.4.** Во время перемен обеспечиваются:

- отдых обучающихся;
- проветривание учебных помещений в отсутствие обучающихся [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 19];
- подготовка кабинетов к следующему уроку;
- возможность двигательной активности обучающихся.

## 11. Максимально допустимая учебная нагрузка

**11.1.** Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].
**11.2.** Максимально допустимая нагрузка в течение учебного дня составляет:

- для 1-х классов — **не более 4 уроков**, один раз в неделю — **5 уроков** за счет урока физической культуры;
- для 2–4-х классов — **не более 5 уроков**, один раз в неделю — **6 уроков** за счет урока физической культуры;

- для 5–6-х классов — **не более 6 уроков**;
    - для 7–11-х классов — **не более 7 уроков** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

## 12. Особенности режима обучения в первом классе

**12.1.** Обучение обучающихся первого класса осуществляется:
- по пятидневной учебной неделе;
- только в первую смену [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**12.2.** В первом полугодии применяется ступенчатый режим обучения:
- **сентябрь–октябрь** — по **3 урока** продолжительностью **35 минут** каждый;
- **ноябрь–декабрь** — по **4 урока** продолжительностью **35 минут** каждый;
- **январь–май** — по **4 урока** продолжительностью **40 минут** каждый [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**12.3.** В середине учебного дня организуется **динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**1.4.** Для обучающихся первых классов предусматриваются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти либо в иные сроки, определенные календарным учебным графиком [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

## 13. Организация обучения при двухсменном режиме

**13.1.** При недостаточности учебных помещений образовательная организация вправе организовывать образовательную деятельность в две смены в соответствии с законодательством Российской Федерации, настоящим Положением и санитарными правилами [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].

**13.2.** При двухсменном режиме обучения:

- обучающиеся 1-х классов;
- обучающиеся 5-х классов;
- обучающиеся 9–11-х классов;
- обучающиеся классов, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы,

обучаются только в первую смену [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].

**13.3.** Учебные занятия второй смены должны заканчиваться не позднее **19 часов 00 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27].

**13.4.** Между первой и второй сменами обеспечивается проведение влажной уборки, проветривания учебных помещений и подготовка кабинетов к проведению занятий [СП 2.4.2.4283-26, п. 19, подп. 2; п. 23, подп. 2].

## 14. Требования к расписанию учебных занятий

**14.1.** Расписание учебных занятий разрабатывается диспетчером по расписанию или заместителем директора по учебно-воспитательной работе и утверждается директором образовательной организации.

**14.2.** Расписание составляется с учетом:
- дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся;
- шкалы трудности учебных предметов;

- требований федеральных образовательных программ;
- действующих гигиенических нормативов;
- санитарных правил [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 22; подп. 16 п. 27].

**14.3.** Учебные предметы повышенной трудности распределяются в течение недели таким образом, чтобы предупреждать переутомление обучающихся.

**14.4.** Расписание предусматривает рациональное чередование предметов гуманитарного, естественно-научного, математического, художественно-эстетического и физкультурно-спортивного циклов.

**14.5.** При реализации образовательных программ обеспечивается контроль за соблюдением правильной осанки обучающихся, проведением физкультминуток и гимнастики для глаз [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2–3 п. 22].

## 15. Организация оценочных процедур

**15.1.** Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация осуществляются в соответствии с локальным нормативным актом образовательной организации.

**15.2.** График проведения оценочных процедур утверждается директором образовательной организации.

**15.3.** При планировании оценочных процедур обеспечивается их равномерное распределение в течение учебного периода и исключается необоснованная концентрация контрольных мероприятий в течение одного учебного дня.

**15.4.** Контрольные, практические и лабораторные работы проводятся с учетом требований санитарных правил к учебной нагрузке обучающихся [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**15.5.** При проведении практических и лабораторных работ используются помещения, оборудование и средства обучения, соответствующие требованиям санитарных правил, требованиям охраны труда и техники безопасности [СП 2.4.2.4283-26, подп. 8, 17 п. 27].

**15.6.** Объем оценочных процедур определяется локальным нормативным актом образовательной организации с учетом действующих нормативных документов Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки.

**15.7.** При планировании текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации образовательная организация обеспечивает рациональное распределение оценочных процедур в течение учебного года с учетом требований федеральных нормативных правовых актов, федеральных образовательных программ и рекомендаций Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки.

**15.8.** Суммарный объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур по каждому учебному предмету, **не должен превышать 10 процентов** общего объема учебного времени, отводимого на изучение данного учебного предмета в соответствующем классе в течение учебного года.

**15.9.** Не допускается проведение оценочных процедур, приводящих к необоснованному увеличению учебной нагрузки обучающихся.

## 16. Домашние задания

**16.1.** Домашние задания являются составной частью образовательного процесса и направлены на закрепление, систематизацию и углубление знаний, развитие самостоятельности обучающихся.

**16.2.** Домашние задания должны соответствовать:

- федеральным образовательным программам;
- возрастным особенностям обучающихся;

- требованиям федеральных государственных образовательных стандартов.

**16.3.** Домашние задания сообщаются обучающимся до окончания учебного занятия.

**16.4.** При использовании электронного журнала домашнее задание размещается педагогическим работником не позднее окончания учебного дня.

**16.5.** Для выполнения проектов, исследований, рефератов, докладов, презентаций и иных заданий, требующих длительной подготовки, педагогическим работником устанавливается разумный срок выполнения.

**16.6.** Домашние задания являются составной частью образовательного процесса и направлены на закрепление, систематизацию и углубление изученного материала, развитие самостоятельности обучающихся.

**16.7.** Объем домашних заданий определяется педагогическим работником с учетом возрастных особенностей обучающихся, требований федеральных образовательных программ и настоящего Положения.

**16.8.** Суммарный объем домашних заданий по всем учебным предметам не должен превышать времени, необходимого на их выполнение:

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

**16.9.** Домашнее задание сообщается обучающимся до окончания учебного занятия.

**16.10.** При использовании электронного журнала домашнее задание размещается педагогическим работником **не позднее окончания учебного дня**.

**16.11.** Для выполнения проектов, исследований, рефератов, докладов, презентаций, творческих работ и иных заданий, требующих длительной подготовки, педагогический работник устанавливает срок выполнения, обеспечивающий возможность их качественного выполнения без превышения допустимой учебной нагрузки.

**16.12.** При определении объема домашних заданий педагогические работники обеспечивают соблюдение принципов рациональной организации учебной деятельности и предупреждения переутомления обучающихся.

## 17. Организация внеурочной деятельности

**17.1.** Внеурочная деятельность организуется в формах, отличных от урочной деятельности.

**17.2.** Формами внеурочной деятельности являются:

- общественно полезные практики;
- проектная деятельность;
- исследовательская деятельность;
- экскурсии;
- походы;
- соревнования;
- посещение музеев, театров;
- иные формы, предусмотренные федеральными образовательными программами [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**17.3.** Факультативные занятия и занятия по дополнительным общеобразовательным программам планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

**17.4.** Между окончанием последнего урока и началом факультативных занятий либо занятий по дополнительным общеобразовательным программам организуется **перерыв продолжительностью не менее 20 минут** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**17.5.** Продолжительность перерыва между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять **не менее 30 минут**, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27].

**17.6.** Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья объем внеурочной деятельности определяется федеральными образовательными программами и адаптированными основными общеобразовательными программами.

## 18. Организация дополнительного образования

**18.1.** Дополнительные общеобразовательные программы реализуются по отдельному расписанию.

**18.2.** Занятия по дополнительным общеобразовательным программам начинаются **не ранее 8 часов 00 минут** и заканчиваются:

- **не позднее 20 часов 00 минут** — для обучающихся до 16 лет;
- **не позднее 21 часа 00 минут** — для обучающихся в возрасте 16–18 лет [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 29].

**19.3.** При организации занятий обеспечиваются условия, соответствующие требованиям санитарных правил к помещениям, оборудованию, освещению, микроклимату и безопасности образовательного процесса.

## 19. Использование электронных средств обучения и дистанционных образовательных технологий

**19.1.** При реализации основных общеобразовательных программ допускается использование электронного обучения, дистанционных образовательных технологий и электронных средств обучения (далее — ЭСО) в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», федеральными государственными образовательными стандартами, федеральными образовательными программами, настоящим Положением и санитарными правилами [СП 2.4.2.4283-26, п. 22, п. 28].

**19.2.** К электронным средствам обучения относятся интерактивные доски, интерактивные панели, персональные компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки, документ-камеры и иные технические средства, используемые при реализации образовательных программ.

**19.3.** Используемые ЭСО должны:

- иметь документы, подтверждающие соответствие обязательным требованиям;
- использоваться в соответствии с эксплуатационной документацией изготовителя;
- соответствовать санитарно-эпидемиологическим требованиям к продукции, подлежащей санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю) [СП 2.4.2.4283-26, подп. 5 п. 16].

**19.4.** Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательной организации не допускается [СП 2.4.2.4283-26, подп. 5 п. 16; подп. 1 п. 28].

**19.5.** Одновременное использование обучающимися более двух различных ЭСО во время одного учебного занятия не допускается [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 28].

**19.6.** Использование мобильных средств связи в образовательных целях не допускается [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 28].

**19.7.** При использовании ноутбуков обучающимися начальных классов предусматривается применение дополнительной клавиатуры [СП 2.4.2.4283-26, подп. 4 п. 28].

**19.8.** Организация рабочих мест пользователей ЭСО должна обеспечивать расстояние от глаз обучающегося до экрана не менее **50 см**. Планшеты используются при размещении на рабочем столе под углом около **30°** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 7 п. 28].

**19.9.** При использовании ЭСО педагогические работники обеспечивают проведение гимнастики для глаз, физкультминуток и контроль правильной осанки обучающихся [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 и 3 п. 22].

**19.10.** Продолжительность использования электронных средств обучения определяется действующими гигиеническими нормативами и приведена в Приложении № 3 к настоящему Положению.

**19.11.** При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий:

- расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов;
- учебные занятия заканчиваются не позднее **18 часов 00 минут**;
- продолжительность одного учебного занятия не превышает **40 минут**;
- в середине каждого занятия организуется перерыв для выполнения комплекса упражнений, направленных на профилактику зрительного утомления, снятие статического напряжения и повышение двигательной активности обучающихся [СП 2.4.2.4283-26, подп. 12, 13 п. 28].

**19.12.** После окончания использования ЭСО оборудование переводится в режим ожидания либо отключается. Электронное оборудование ежедневно обрабатывается в соответствии с рекомендациями изготовителя либо дезинфицирующими средствами, содержащими не менее 70 процентов спирта [СП 2.4.2.4283-26, подп. 11, 14 п. 28].

## 20. Требования к условиям проведения учебных занятий

**20.1.** Образовательная деятельность осуществляется в помещениях, соответствующих требованиям законодательства Российской Федерации, санитарных правил и действующих гигиенических нормативов [СП 2.4.2.4283-26, пп. 15–20].

**Учебная мебель**

**20.2.** Обучающиеся обеспечиваются мебелью в соответствии с ростом, возрастом и состоянием здоровья. Учебная мебель должна соответствовать требованиям технического регламента ТР ТС 025/2012, иметь цветовую маркировку и документы, подтверждающие соответствие обязательным требованиям [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 16].

**20.3.** Рассадка обучающихся осуществляется с учетом роста, состояния зрения, слуха и рекомендаций медицинских работников. Использование табуретов и скамеек вместо ученических стульев не допускается.

**Освещение**

**20.4.** Во всех учебных помещениях обеспечиваются естественное и искусственное освещение, соответствующие действующим гигиеническим нормативам [СП 2.4.2.4283-26, п. 20].

**20.5.** Учебные помещения оборудуются светильниками со светодиодными, люминесцентными либо разрядными лампами белого, тепло-белого или естественно-белого спектра. Использование различных типов ламп в одном помещении не допускается [СП 2.4.2.4283-26, подп. 5 п. 20].

**Микроклимат**

**20.6.** В помещениях образовательной организации обеспечиваются параметры температуры воздуха, относительной влажности, воздухообмена и качества воздуха в соответствии с действующими гигиеническими нормативами [СП 2.4.2.4283-26, п. 19].

**20.7.** Контроль температуры воздуха осуществляется с использованием термометров. Использование переносных инфракрасных отопительных приборов не допускается [СП 2.4.2.4283-26, подп. 1, 3 п. 19].

**Проветривание**

**20.8.** Учебные помещения регулярно проветриваются до начала занятий, во время перемен и после окончания учебных занятий. Проветривание проводится в отсутствие обучающихся [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 19].

**Санитарное содержание помещений**

**20.9.** Все помещения образовательной организации подлежат ежедневной влажной уборке с применением моющих средств. При обучении в две смены уборка проводится после окончания каждой смены. Генеральная уборка проводится не реже одного раза в месяц с применением моющих и дезинфицирующих средств [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2, 7 п. 23].

## 21. Организация питьевого режима

**21.1.** В образовательной организации обеспечивается постоянный доступ обучающихся к питьевой воде, соответствующей требованиям санитарного законодательства Российской Федерации [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2, 6 п. 18].

**21.2.** Питьевой режим организуется посредством:

- стационарных питьевых фонтанчиков;
- воды, расфасованной в емкости промышленного производства;
- установок с дозированным розливом воды;
- выдачи кипяченой питьевой воды [СП 2.4.2.4283-26, подп. 6 п. 18].

**21.3.** При использовании бутилированной воды образовательная организация обеспечивает наличие чистой посуды либо одноразовых стаканов, а также емкостей для их сбора [СП 2.4.2.4283-26, подп. 6 п. 18].

## 22. Организация питания обучающихся

**22.1.** Организация питания обучающихся осуществляется в соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ, Федеральным законом № 52-ФЗ, санитарными правилами и настоящим Положением.

**22.2.** Для всех обучающихся создаются условия для получения горячего питания [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 27].

**22.3.** Количество посадочных мест в обеденном зале должно обеспечивать организацию питания всех обучающихся в течение **не более трех перемен**. Количество одновременно питающихся обучающихся не должно превышать проектную вместимость обеденного зала [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 27].

**22.4.** Перед входом в обеденный зал оборудуются умывальники из расчета **один кран на двадцать посадочных мест** [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 27].

**22.5.** График питания обучающихся утверждается директором образовательной организации и является обязательным для исполнения.

**22.6.** При организации обучения в две смены питание обучающихся первой и второй смен организуется по отдельным графикам.

**22.7.** Помещения пищеблока, оборудование, технологические процессы приготовления пищи, условия хранения пищевой продукции, мытья посуды и санитарного содержания пищеблока должны соответствовать требованиям санитарных правил [СП 2.4.2.4283-26, подп. 6 п. 16].

**22.8.** Контроль за организацией питания обучающихся осуществляется директором образовательной организации, ответственными должностными лицами и иными лицами в пределах их компетенции, установленной законодательством Российской Федерации и локальными нормативными актами образовательной организации.

## 23 Ответственность участников образовательных отношений

**23.1.** Директор образовательной организации несет ответственность за организацию образовательной деятельности в соответствии с законодательством Российской Федерации.

**23.2.** Заместители директора несут ответственность за соблюдение режима занятий в пределах своих должностных обязанностей.

**23.3.** Педагогические работники несут ответственность за:

- выполнение настоящего Положения;
- соблюдение расписания занятий;
- соблюдение требований санитарных правил;
- жизнь и здоровье обучающихся во время проведения учебных занятий и мероприятий, организуемых образовательной организацией.

**23.4.** Обучающиеся несут ответственность за соблюдение настоящего Положения, Правил внутреннего распорядка обучающихся и иных локальных нормативных актов образовательной организации.

**23.5.** Родители (законные представители) несут ответственность за исполнение обязанностей, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

## 24 Заключительные положения

**24.1.** Настоящее Положение является локальным нормативным актом образовательной организации.

**24.2.** Положение принимается Педагогическим советом с учетом мнения Совета обучающихся и Совета родителей (при их наличии) и утверждается приказом директора образовательной организации.

**24.3.** Настоящее Положение вступает в силу со дня его утверждения, если иной срок не установлен приказом директора.

**24.4.** Положение действует до принятия новой редакции либо до признания его утратившим силу.

**24.5.** Изменения и дополнения в настоящее Положение принимаются в порядке, установленном для его принятия.

**24.6.** В случае изменения законодательства Российской Федерации, санитарных правил или иных обязательных нормативных правовых актов положения настоящего документа применяются в части, не противоречащей законодательству Российской Федерации, до внесения соответствующих изменений в настоящее Положение.

**24.7.** Во всем, что не урегулировано настоящим Положением, образовательная организация руководствуется:

- Конституцией Российской Федерации;
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;
- федеральными государственными образовательными стандартами;
- федеральными образовательными программами;
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- действующими гигиеническими нормативами;
- Уставом образовательной организации.

**24.8.** Настоящее Положение размещается на официальном сайте образовательной организации, а также доводится до сведения работников, обучающихся и родителей (законных представителей) в порядке, установленном образовательной организацией.

Приложение № 1
к Положению о режиме занятий обучающихся

## Нормативы организации образовательного процесса

| № | Норматив | Требование | Нормативное основание |
|---|---|---|---|
| **1** | Начало учебных занятий | Не ранее **08:00** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27] |
| **2** | Нулевые уроки | Не допускаются | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27] |
| **3** | Обучение в три смены | Не допускается | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27] |
| **4** | Окончание занятий второй смены | Не позднее **19:00** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27] |
| **5** | Продолжительность урока (2–11 классы) | **40 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **6** | Продолжительность урока (1 класс, компенсирующие классы) | Не более **40 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **7** | Перемены между уроками | Не менее **10 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **8** | Допускается две большие перемены | По **20 минут** после 2 - 4 уроков | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **9** | Перерыв между уроками и внеурочной деятельностью | Не менее **30 минут** (кроме обучающихся по СИПР) | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **10** | Перерыв между уроками и факультативами (дополнительным образованием) | Не менее **20 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **11** | Обучение 1 класса | Только первая смена, пятидневная неделя | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **12** | Ступенчатый режим (сентябрь–октябрь) | 3 урока по **35 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **13** | Ступенчатый режим (ноябрь–декабрь) | 4 урока по **35 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **14** | Ступенчатый режим (январь–май) | 4 урока по **40 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **15** | Динамическая пауза в 1 классе | Не менее **40 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **16** | Дополнительные каникулы 1 класса | В середине III четверти (либо по календарному графику) | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **17** | Облегченный учебный | Среда или четверг | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 |

| № | Норматив | Требование | Нормативное основание |
|---|---|---|---|
| | день | | п. 27] |
| **18** | Максимальная нагрузка 1 класс | До **4 уроков**, 1 раз в неделю — **5 уроков** (за счет физической культуры) | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **19** | Максимальная нагрузка 2–4 классы | До **5 уроков**, 1 раз в неделю — **6 уроков** (за счет физической культуры) | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **20** | Максимальная нагрузка 5–6 классы | До **6 уроков** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **21** | Максимальная нагрузка 7–11 классы | До **7 уроков** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27] |
| **22** | Домашние задания | 2–3 кл. — **1,5 ч**; 4–5 кл. — **2 ч**; 6–8 кл. — **2,5 ч**; 9–11 кл. — **3,5 ч** | Локальный акт образовательной организации с учетом действующих федеральных методических документов |
| **23** | Домашнее задание в электронном журнале | Размещается не позднее окончания учебного дня | Локальный акт образовательной организации |
| **24** | Оценочные процедуры | Не более **10 %** учебного времени по предмету | Действующие рекомендации Минпросвещения России и Рособрнадзора |
| **25** | Расписание уроков | С учетом дневной и недельной работоспособности и шкалы трудности предметов | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 22; подп. 16 п. 27] |
| **26** | Физкультминутки | Обязательны во время занятий | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2–3 п. 22] |
| **27** | Гимнастика для глаз | Обязательна при работе с ЭСО | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 22] |
| **28** | Использование мобильных телефонов в образовательных целях | Не допускается | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 28] |
| **29** | Обучение с применением ДОТ | Окончание занятий не позднее **18:00**, продолжительность урока — не более **40 минут** | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 12 п. 28] |

| № | Норматив | Требование | Нормативное основание |
|---|---|---|---|
| **30** | Проветривание учебных помещений | Проводится в отсутствие обучающихся | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 19] |
| **31** | Питьевой режим | Организуется посредством питьевых фонтанчиков, бутилированной воды, установок дозированного розлива или кипяченой воды | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 6 п. 18] |
| **32** | Организация питания | Должны быть созданы условия для питания всех обучающихся; питание организуется не более чем за три перемены | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 27] |
| **33** | Учебная мебель | Подбирается по росту обучающихся, имеет цветовую маркировку; рассадка — с учетом роста, зрения, слуха и состояния здоровья | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 16] |
| **34** | Использование ЭСО | В соответствии с инструкцией изготовителя и санитарными требованиями; проводится гимнастика для глаз и соблюдается установленная продолжительность работы | [СП 2.4.2.4283-26, подп. 5 п. 16; подп. 2 п. 22; п. 28] |

Приложение № 2

**к Положению о режиме занятий обучающихся**

## Режим звонков

### При обучении в одну смену

| Урок | Время |
|---|---|
| Прием обучающихся | 07:30–08:00 |
| Утренняя гимнастика (при наличии) | 07:55–08:10 |
| 1 урок | 08:15–08:55 |
| Перемена | 08:55–09:10 |
| 2 урок | 09:10–09:50 |
| Большая перемена | 09:50–10:10 |
| 3 урок | 10:10–10:50 |
| Большая перемена | 10:50–11:10 |
| 4 урок | 11:10–11:50 |
| Перемена | 11:50–12:10 |
| 5 урок | 12:10–12:50 |
| Перемена | 12:50–13:00 |
| 6 урок | 13:00–13:40 |
| Перемена | 13:40–13:50 |
| 7 урок | 13:50–14:30 |

### При обучении в две смены

#### Первая смена

| Урок | Время |
|---|---|
| 1 | 08:00–08:45 |
| 2 | 08:55–09:40 |
| 3 | 10:00–10:45 |
| 4 | 11:05–11:50 |
| 5 | 12:00–12:45 |
| 6 | 12:55–13:40 |
| 7 | 13:50–14:35 |

Вторая смена

| Урок | Время |
|---|---|
| 1 | 14:50–15:35 |
| 2 | 15:45–16:30 |
| 3 | 16:50–17:35 |
| 4 | 17:45–18:30 |
| 5 | 18:40–19:25* |

* При организации второй смены образовательная организация обязана обеспечить соблюдение требования о завершении учебных занятий не позднее 19.00 часов. В случае пяти уроков продолжительность занятий корректируется расписанием и учебным планом в соответствии с санитарными правилами. [СП 2.4.2.4283-26, подп. 15 п. 27]

Приложение № 3
**к Положению о режиме занятий обучающихся**

## Продолжительность использования электронных средств обучения
(в соответствии с СП 2.4.2.4283-26 и действующими гигиеническими нормативами)

### 1. Общая продолжительность использования ЭСО на одном уроке

| **Класс** | **Компьютер** | **Интерактивная доска** |
|---|---|---|
| 1–2 | до 20 минут | до 20 минут |
| 3–4 | до 25 минут | до 20 минут |
| 5–9 | до 30 минут | до 30 минут |
| 10–11 | до 35 минут | до 30 минут |

[СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 22]

### 2. Непрерывная работа с экраном при фиксации информации

| **Возраст** | **Время** |
|---|---|
| 5–7 лет | 5–7 минут |
| 1–4 классы | 10 минут |
| 5–9 классы | 15 минут |

[СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 22]

### 3. Использование наушников

| **Показатель** | **Норма** |
|---|---|
| Продолжительность непрерывного использования | Не более 1 часа |
| Уровень громкости | Не более 60 % максимального |

[СП 2.4.2.4283-26, подп. 10 п. 28]

### 4. Требования к организации рабочего места

- расстояние до экрана — не менее **50 см**;
- планшет используется под углом около **30°**;
- после работы с ЭСО проводится гимнастика для глаз;
- во время уроков организуются физкультминутки;
- одновременно допускается использование не более двух видов ЭСО;
- мобильные телефоны в образовательных целях не используются.

[СП 2.4.2.4283-26, подп. 2 п. 22; подп. 3, 7, 9, 13 п. 28]

Приложение № 4

**к Положению о режиме занятий обучающихся**

## Шкала трудности учебных предметов

(используется при составлении расписания)

### Начальное общее образование

| Предмет | Баллы |
|---|---|
| Математика | 8 |
| Русский язык | 7 |
| Иностранный язык | 7 |
| Информатика | 6 |
| Окружающий мир | 6 |
| Литературное чтение | 5 |
| Изобразительное искусство | 3 |
| Музыка | 3 |
| Труд (технология) | 2 |
| Физическая культура | 1 |

### Основное общее образование

| Предмет | 5 кл. | 6 кл. | 7 кл. | 8 кл. | 9 кл. |
|---|---|---|---|---|---|
| Алгебра | — | — | 10 | 9 | 7 |
| Геометрия | — | — | 12 | 10 | 8 |
| Математика | 10 | 13 | — | — | — |
| Физика | — | — | 8 | 9 | 13 |
| Химия | — | — | — | 10 | 12 |
| Русский язык | 8 | 12 | 11 | 7 | 6 |
| Иностранный язык | 9 | 11 | 10 | 8 | 9 |
| Биология | 10 | 8 | 7 | 7 | 7 |
| История | 5 | 8 | 6 | 8 | 10 |
| География | — | 7 | 6 | 6 | 5 |
| Обществознание | 6 | 9 | 9 | 5 | 5 |
| Литература | 4 | 6 | 4 | 4 | 7 |
| Информатика | 4 | 10 | 4 | 7 | 7 |
| Труд (технология) | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 |
| ОБЗР | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| Физическая культура | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 |

## Среднее общее образование

| Предмет | Баллы |
|---|---|
| Физика | 12 |
| Геометрия | 11 |
| Химия | 11 |
| Алгебра | 10 |
| Русский язык | 9 |
| Литература | 8 |
| Иностранный язык | 8 |
| Биология | 7 |
| Информатика | 6 |
| История | 5 |
| Обществознание | 5 |
| Искусство (МХК) | 5 |
| География | 3 |
| ОБЗР | 2 |
| Физическая культура | 1 |

## Порядок применения шкалы

1. Расписание составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов. [СП 2.4.2.4283-26, подп. 3 п. 22; подп. 16 п. 27]
2. Наиболее трудные предметы рекомендуется распределять по учебной неделе равномерно.
3. Для обучающихся предусматривается облегченный учебный день в среду или четверг. [СП 2.4.2.4283-26, подп. 16 п. 27]
4. Если учебный предмет отсутствует в шкале, его трудность определяется по аналогии с предметами соответствующей предметной области.