



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

**муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №38
г.Шахты Ростовской области»**

346527, Россия, г. Шахты Ростовской обл., ул. Ворошилова, 9 «А», тел. / факс (8636) 24-26-27, e-mail: school38@shakhty-edu.ru

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
Протокол №1 от 26.06.2026

ПРИНЯТО
с учётом мнения Совета школы
Протокол №4 от 29.05.2026

УТВЕРЖДЕНО
Директор
МБОУ СОШ №38 г.Шахты
Куракова И.А.
Приказ №105 от 26.06.2026

**ПОЛОЖЕНИЕ
О РЕЖИМЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

Общие положения

1.1. Режим учебных занятий в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №38 г.Шахты Ростовской области» (далее - МБОУ СОШ №38 г.Шахты) разработан в соответствии с пунктом 2 статьи 30 Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основании санитарно-эпидемиологических правил и нормативов и Устава МБОУ СОШ №38 г.Шахты.

1.2. Учебный год в МБОУ СОШ №38 г.Шахты начинается 1 сентября и заканчивается не позднее 25 июня, включая проведение промежуточной и государственной итоговой аттестаций. Если 1 сентября приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

1.3. Начало и окончание учебного года, продолжительность учебных четвертей, сроки каникул, расписание звонков, режим питания ежегодно определяются календарным учебным графиком, разработанным и утвержденным МБОУ СОШ №38 г.Шахты самостоятельно.

1.4. Продолжительность учебного года составляет: в 1 классе - 33 недели, во 2-11 классах – 34 учебные недели.

1.5. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для учащихся первых классов устанавливаются в середине третьей учебной четверти дополнительные недельные каникулы.

1.6. В МБОУ СОШ №38 г.Шахты устанавливается пятидневная рабочая неделя.

1.7. Обучение проводится в первую смену, учебные занятия начинаются в 8 часов 30 минут.

1.8. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, больших перемен (после 2-го и 3-го) уроков – 20 минут.

II. Недельная образовательная нагрузка

2.1. Недельная образовательная нагрузка учащихся определяется МБОУ СОШ №38 г.Шахты регламентирована санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами – постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее по тексту СП 2.4.3648-20) и постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №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» (далее по тексту СанПиН 1.2.3685-21), которые разработаны с учетом возрастных особенностей обучающихся и направлены на охрану и укрепление здоровья детей и подростков.

2.2. Объем недельной образовательной нагрузки в МБОУ СОШ №38 г.Шахты составляет:

1 классы – 21 час;

2-4 классы – 23 часа;

5 классы – 29 часов;

6 классы – 30 часов;

7 классы – 32 часа;
8 классы – 33 часа;
9 классы – 33 часа;
10 классы – 34 часа;
11 классы – 34 часа.

2.3. Образовательная недельная нагрузка в течение учебной недели распределяется следующим образом:

- для обучающихся 1 классов – 4 урока и 1 день в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2–4 классов – не более 5 уроков в день;
- для обучающихся 5–6 классов – не более 6 уроков в день;
- для обучающихся 7–11 классов – не более 7 уроков в день.

III. Расписание занятий

3.1. Последовательность учебных занятий определяется расписанием на основании учебного плана, учебных программ и в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами.

3.2. Расписание ежегодно утверждается приказом директора.

3.3. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных занятий и занятий внеурочной деятельности.

3.4. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов в соответствии санитарными правилами СП 2.4.3648-20.

3.5. Продолжительность урока (академический час) во всех классах составляет 40 минут, за исключением 1-го класса, в котором продолжительность регламентируется разделом IV настоящего положения.

3.6. Для предупреждения переутомления обучающихся и сохранения оптимального уровня их работоспособности на протяжении недели в расписании занятий предусматривается облегченный учебный день.

3.7. Расписание занятий должно предусматривать перерыв достаточной продолжительности для питания обучающихся (пункт 2 статьи 37 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

3.8. Режим дня МБОУ СОШ №38 г.Шахты на 2026-2027 учебный год:

№ урока	Расписание звонков
1	08.30 – 09.10
2	09.20 - 10.00
3	10.20 - 11.00
4	11.20 - 12.00
5	12.10 - 12.50
6	13.00 - 13.40
7	13.50 - 14.30

IV. Обучение в I классе

4.1. В первом классе обучение ведется с соблюдением следующих требований:

- использование «ступенчатого режима обучения» в первом полугодии (в сентябре – октябре по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока (один день – 5 уроков) по 35 минут каждый), январь-май – по 4 урока (один день – 5 уроков) по 40 минут каждый;
- организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и домашних заданий.

V. Режим работы объединений дополнительного образования

5.1. Режим работы объединений дополнительного образования определяется в соответствии с разделом 8 СанПиН 2.4.4.1251-03. 2.4.4. «Гигиена детей и подростков. Детские внешкольные учреждения (учреждения дополнительного образования). Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)».

5.2. Окончание занятий в объединениях дополнительного образования в МБОУ СОШ №38 г.Шахты должно быть не позднее 20.00 ч.

5.3. Занятия в объединениях дополнительного образования в МБОУ СОШ №38 г.Шахты могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

5.4. Максимальная продолжительность занятий в объединениях дополнительного образования в учебные дни составляет 1,5 часа, в выходные и каникулярные дни – 3 часа. После 30-45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

5.5. Режим занятий объединений дополнительного образования устанавливается расписанием, утверждаемым директором.