

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 7 ИМЕНИ И.И. ЛЁВИНА»**

620100, г. Екатеринбург, ул. Куйбышева 100а, тел./факс 261-65-51 (50), e-mail:
soch7@eduekb.ru

ПРИНЯТО:

На заседании

Педагогического совета

МАОУ «СОШ №7 имени И.И. Лёвина»

Протокол от «25» августа 2026 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ

«СОШ №7 имени И.И. Лёвина»

 Е.М. Константинова

Введен в действие приказом
от «31» августа 2026 г. № 231

Положение
о режиме занятий обучающихся

Екатеринбург

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее — Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.4.324283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания, приказом Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 года №115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования», Уставом Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 7 имени И.И. Лёвина» (далее — Учреждение).

1.2. Настоящее Положение определяет порядок организации образовательной деятельности Учреждения в соответствии с санитарными правилами и нормами.

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений Учреждения.

2. Режим образовательной деятельности

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день. Окончание учебного года — в соответствии с учебным планом соответствующей основной общеобразовательной программе.

2.2. Продолжительность учебного года в 1 классах - 33 недели, 2-11 классах - 34 недели.

2.3. При организации обучения по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).

2.4. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом директора Учреждения.

2.5. В соответствии с нормативными правовыми актами Российской Федерации проводятся учебные сборы обучающихся 10 классов в конце учебного года (май). Продолжительность учебных сборов составляет 5 дней. Конкретные сроки проведения сборов устанавливаются органом местного самоуправления, осуществляющим управление в сфере образования.

2.6. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1—11 -х классах, в субботу возможно проведение занятий по реализации программ внеурочной деятельности, программ дополнительного образования.

Урочная деятельность обучающихся с ОВЗ организуется по 5- дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение занятий внеурочной деятельности.

Обучение в Учреждения организовано в две смены. Обучение в 1, 5, 9-11 классах проводится в первую смену. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00 часов.

Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7-10 лет не позднее 20.00 часов, для детей 10-18 лет не позднее 21:00 часа.

2.7. Продолжительность урока во 2-11-х классах составляет 40 минут.

2.8. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований: учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену; обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый; в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут; предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения

2.9. Учебные занятия начинаются не ранее 8 часов 00 минут.

2.10. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания предусмотрены перерывы не менее 20 минут.

2.11. Расписание звонков:

1-е классы

Образовательная деятельность	Сентябрь– октябрь	Ноябрь– декабрь	Январь– май
1-й урок	8:00–8:35	8:00–8:35	8:00–8:40
1-я перемена	8:35–8:50	8:35–8:50	8:40–8:50
2-й урок	8:50–9:25	8:50–9:25	8:50–9:30
2-я перемена	9:25–9:45	9:25–9:45	9:30–9:50
Динамическая пауза	9:50–10:30	9:50–10:30	9:50–10:30
3-й урок	10:50–11:30	10:50–11:30	10:50–11:30
3-я перемена	–		11:30–11:45
4-й урок	–		11:45–12:25
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности	30 минут	30 минут	30 минут
Внеурочная деятельность	С 11:45	С 11:45	С 12:55

2–4-е классы

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
------	----------------------------	-------------------------------

1-й	8:00–8:40	10 минут
2-й	8:50–9:30	20 минут
3-й	9:50–10:30	20 минут
4-й	10:50–11:30	15 минут
5-й	11:45–12:25	
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 12:55	–

5–11-е классы

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	8:00–8:40	10 минут
2-й	8:50–9:30	20 минут
3-й	9:50–10:30	20 минут
4-й	10:50–11:30	15 минут
5-й	11:45–12:25	15 минут
6-й	12:40–13:20	10 минут
7-й	13:30–14:10	10 минут
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности — 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 14-40	

Продолжительность перемены 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.

2.12. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным на каждый учебный период директором Учреждения.

2.13. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся при 5-дневной учебной неделе:

- 1 класс - 21 час в неделю;
- 2- 4 классы - 23 часа в неделю;
- 5 классы - 29 часов в неделю;
- 6 классы - 30 часов в неделю;

- 7 классы - 32 часа в неделю;
- 8-9 класс - 33 часа в неделю;
- 10 - 11 классы - 34 часа в неделю.

2.14. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков,
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

2.15. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

11:03

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья. При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования ЭСО. Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

2.16. Хозяином субъектом обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные 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%;

При проведении занятий физической культурой на открытом воздухе в зимний период регламентируется следующим образом:

Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорости ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе:			
	Без ветра	При скорости ветра до 5 м/сек	При скорости ветра 6-10 м/сек	При скорости ветра более 10 м/сек

До 12 лет	-9° С	-6° С	-3° С	Занятия не проводятся
12-13 лет	-12° С	-8° С	-5° С	
14-15 лет	-15° С	-12° С	-8° С	
16-17 лет	-16° С	-15° С	-10° С	

2.18. При проведении занятий по иностранному языку в 5-11 классах, технологии в 5-7 классах, по информатике и ИКТ (во время практических занятий) осуществляется деление на две группы при наполняемости класса не менее 25 человек.

3. Режим каникулярного времени

3.1. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, 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.

С целью профилактики переутомления в календарном учебном графике предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации программ внеурочной деятельности, образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

4.2. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, секций, детских общественных объединений, внеурочной деятельности.

4.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с планом учебной и воспитательной работы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора Учреждения.

Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет педагог, который назначен приказом директора.

4.4. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только по расписанию, утвержденному директором Учреждения.