

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей №122»

СОГЛАСОВАНО  
с Управляющим советом  
МБОУ «Лицей №122»  
(протокол от 30.08.2023  
№1)

СОГЛАСОВАНО  
с Педагогическим советом  
МБОУ «Лицей №122»  
(протокол от 30.08.2023 №2)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Лицей №122»  
И.А. Зеленцов

30.08.2023



**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧАЩИХСЯ МБОУ «ЛИЦЕЙ №122»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Лицей №122» (далее – Лицей) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28,
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2,
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

**2. Учебный год**

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет 34 недели без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в феврале.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (триместров), 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

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут.

Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков в первую смену – 8.00, во вторую – 13.30. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. В первую смену обучаются 1а,1б,1в,1г,1д, 4г,4д, 5а, 5б, 5в, 5г,5д, 6а,6б, 6в, 6г, 8а, 8б,8в, 8г, 9а,9б,9в,9г, 9д,10а,10б,11.

Во вторую смену обучаются-2а,2б,2г,3а,3в,3г,4б,4в, 4д, 7а, 7б, 7в, 7г, 7д.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго третьего, четвертого урока – 20 мин.

3.5. Расписание звонков<sup>1</sup>

#### Понедельник

#### 1 класс

Образовательная деятельность	Сентябрь – октябрь	Ноябрь – декабрь	Январь – май
«Разговор о важном»	08:15 — 08.45	08:15 — 08.45	08:15 — 08.45
Перемена	08.45 — 08.55	08.45 — 08.55	08.45 — 08.55
1-й урок	08.55-09.25	08.55-09.25	08.55 — 09.35
Динамическая пауза	09.25-10.05	09.25-10.05	09.35 — 10:15
2-й урок	10.05-10.35	10.05-10.35	10.15 — 10:55
Перемена	10.35-10.45	10.35-10.45	10:55 — 11.05
3-й урок	10.45-11.15	10.45-11.15	11:05 — 11:45
Перемена	—	11.45-11.55	11.45 — 12:25
4-й урок	—	11.55-12.30	12:25 — 13.05
Внеурочная деятельность	с 11.00	с 12:00	с 12:25

#### 2–11 классы

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
<b>1 смена</b>		
«Разговор о важном»	8.15-8.45	10 минут
1	8:55–9.35	15 минут
2	09:50–10:30	20 минут
3	10:50–11:30	20 минут
4	11:50–12:30	10 минут
5	12:40–13:20	10 минут
6	13:30-14.10	10 минут
7	14:20-15.00	
Внеурочная деятельность	с 13:30	-
<b>2 смена</b>		
«Разговор о важном»	12:50–13:20	10 минут
1	13:30-14.10	10 минут
2	14:20-15:00	20 минут
3	15:20-16:00	10 минут

4	16:10-16:50	10 минут
5	17:00-17:40	10 минут
6	17:50-18.30	10 минут

## Вторник-пятница

1 классы

Образовательная деятельность	Сентябрь – октябрь	Ноябрь – декабрь	Январь – май
1-й урок	08:00 — 08.35	08:00 — 08.35	08:00 — 08.40
1-я перемена	08.35— 08.45	08.35 — 08.45	08.40 — 08.50
2-й урок	08.45 — 09:20	08.45 — 09:20	08:50 — 09.30
Динамическая пауза	09:20 — 10:00	09:20 — 10:00	09.30 — 10:10
3-й урок	10:00 — 10:35	10:00 — 10.35	10.10 — 10:50
3-я перемена	—	10.35 — 10.55	10:50 — 11.00
4-й урок	—	10.55 — 11:30	11:00 — 11:40
4-я перемена	—	—	11.40 — 12:20
5-й урок	—	—	12:20 — 13.00
Внеурочная деятельность	с 11.00	с 12:00	с 12:20

2-11 классы

### 1. Расписание звонков и перемен

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
<b>1 смена</b>		
«Разговор о важном» / «Россия-мои горизонты»	8.00-8.40	10 минут
2	8:50–9.30	20 минут
3	09:50–10:30	20 минут
4	10:50–11:30	20 минут
5	11:50–12:30	10 минут
6	12:40–13:20	10 минут
7	13:30-14.10	20 минут
8	14:30-15.10	
Внеурочная деятельность	с 13:30	-
<b>2 смена</b>		
«Разговор о важном»1-11/ «Россия-мои горизонты» 6-11	12:40–13:20	10 минут
2	12:40–13:20	10 минут
3	13:30-14:10	20 минут
4	14:30-15:10	15 минут
5	15:25-16:05	10 минут
6	16:15-16.55	10 минут
7	17:05-17:45	10 минут
8	17:55-18:35	

Вторник, среда, четверг, пятница

2-4 классы

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
<b>1 смена</b>		

1	8:00–8:40	10 минут
2	8:50–9:30	20 минут
3	09:50–10:30	20 минут
4	10:50–11:30	20 минут
5	11:50–12:30	10 минут
6	12:40–13:20	10 минут
7	13:30-14.10	20 минут
8	14:30-15.10	
Внеурочная деятельность		с 13:30
<b>2 смена</b>		
Внеурочная деятельность		с 12.40
0	12:40–13:20	10 минут
1	13:30-14:10	20 минут
2	14:30-15:10	15 минут
3	15:25-16:05	10 минут
4	16:15-16.55	10 минут
5	17:05-17:45	10 минут
6	17:55-18:35	10 минут

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;
- 7 – 11-х классах – семи.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

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

4.3. 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 занятии 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.

4.4. 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, 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%.

4.5. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты

времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3-х классах – 1,5 ч, в 4-5-х классах – 2 ч, в 6-8-х классах – 2,5 ч, в 9-11-х классах – 3,5 ч. Домашние задания в 1-м классе не задаются.

#### **Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

4.6. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

4.7. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не превышает 40 минут.

#### **5. Режим внеурочной деятельности**

5.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

5.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе.

5.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.

#### **6. Об организации учебного процесса в активированные дни**

В дни, в которые возможно непосещение учебных занятий учащимися Лицея по неблагоприятным погодным условиям, карантинные дни, дни в которые происходит отмена занятий по причинам аварий в системах жизнеобеспечения здания Лицея и т.п. (далее - активированные дни).

С целью обеспечения реализации содержания образовательных программ выполнения государственных образовательных стандартов учителя-предметники осуществляют дистанционное или электронное обучение.

Дистанционное обучение-взаимодействие учителя и учащихся между собой на расстоянии, отражающее все присущие учебному процессу компоненты (цели, содержание, методы, организационные формы, средства обучения) и реализуемое специфическими средствами Интернет-технологий или другими средствами, предусматривающими интерактивность

Электронным обучением признается организация образовательной деятельности с применением:

- данных, содержащихся в базах;
- информации, используемой при реализации образовательных программ;
- информационных технологий, технических средств, обеспечивающих обработку информации;
- информационно-телекоммуникационных сетей, помогающих передавать по линиям связи указанную информацию.

#### **Деятельность учителя-предметника в активированные дни**

Учителя-предметники:

-вносят темы уроков согласно тематическому планированию в электронный журнал;

- проводят уроки согласно расписанию дистанционно (по Skype, Zoom или в режиме

видеоконференции);

-размещаются номера заданий, которые необходимо выполнить, ссылки для просмотра учащимися видео – уроков, электронные образовательные ресурсы (презентации, материалы банка ЦОР и т.п.) в разделе «Домашнее задание» на предметных страницах электронного журнала;

Лабораторные, практические занятия, контрольные работы при условии невозможности их выполнения в домашних условиях переносятся на поздние сроки, о чем делается запись в Листе коррекции рабочих программ, с утверждением внесенных изменений приказом директора Лицея.

-после активированных дней учителя-предметники при необходимости проводят дополнительные занятия (консультации, занятия различного типа и т.д.) с учащимися.

Деятельность учащихся в такие дни оценивается в соответствии с Положением о периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБОУ «Лицей №122» города Барнаула.

Оценка может быть дана только в части достижения учащимися положительных результатов и в этом случае выставляется в журнал.

Отметка учащемуся за работу, выполненную самостоятельно в активированный день, выставляется в графу журнала, соответствующую теме учебного занятия.

-проводит корректировку календарно-тематического планирования в случае невыполнения программ, о чем делает запись в Листе коррекции рабочих программ с утверждением внесенных изменений приказом директора Лицея.

-в случае невозможности изучения учебных тем учащимися самостоятельно организует прохождение материала (после отмены карантинных мероприятий) при помощи блочного подхода к преподаванию учебного материала.

### **Деятельность классных руководителей в активированные дни**

#### Классные руководители

-информируют родителей (законных представителей) об итогах учебной деятельности их детей в активированные дни;

-в случае объявления штормового предупреждения или резкого понижения температуры воздуха обеспечивают связь с родителями (законными представителями) учащихся для принятия мер по сопровождению учащихся домой.

-размещают в разделе «Объявления» для учащихся в «Сетевом регионе. Образование» (1-11 классы) - задание для учащихся своего класса по всем предметам с пометкой «Задание для ...класса, находящегося на карантине».

-обеспечивают сопровождение учащихся начальных классов после уроков;

- особое внимание обращают на посещаемость занятий учащимися, состоящими на различных формах учета, и организацию индивидуальной работы с их родителями.

Уроки, пропущенные из-за погодных условий, не считаются пропусками по неуважительной причине.

### **Деятельность учащихся в активированные дни**

Решение о возможности непосещения учащимися занятий в Лицее в активированный день принимают родители (законные представители).

#### Учащийся:

-в случае прихода в Лицей в активированный день посещает учебные занятия согласно расписанию;

- в случае отсутствия на учебных занятиях в активированный день проходит обучение дистанционно (по Skype, Zoom или в режиме видеоконференции).

При невозможности обучения дистанционно применяется электронное обучение: учащийся самостоятельно выполняет задания, которые установлены Лицеом и размещены на страницах электронного журнала,

-предоставляет выполненные в активированные дни задания в соответствии с требованиями педагогов по личной электронной почте учителя или электронной почте информационной системе «Сетевой регион. Образование» или

- предоставляет выполненные задания, взятые у учителя-предметника при посещении занятий в первый учебный день.

**Деятельность родителей (законных представителей) учащихся в активированные дни**  
**Родители (законные представители)**

- самостоятельно принимают решение о возможности непосещения ребенком Лицея в активированные дни.

-информируют классного руководителя о своем решении;

- осуществляют контроль выполнения ребенком заданий в активированные дни, предоставления их для проверки;

- в случае принятия решения о посещении ребенком Лицея в активированный день обеспечивают безопасность ребенка по дороге в Лицей и обратно.