

**ЧАСТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДОБРАЯ ШКОЛА НА СОЛЬБЕ»**

СОГЛАСОВАНО

Управляющим советом
Протокол № 2 от 12.10.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЧОУ

«Добрая школа на Сольбе»


игуменья Еройтида (Е.М. Гажу)
«12» октября 2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме занятий обучающихся частного общеобразовательного учреждения
«Добрая школа на Сольбе»**

1. Общие положения.

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся частного общеобразовательного учреждения «Добрая школа на Сольбе» (далее соответственно Положение, Школа) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2; СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утверждёнными постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19; Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения от 22.03.2021 № 115; Уставом ЧОУ «Добрая школа на Сольбе».

1.2. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Школы, регулирующим образовательные отношения в части установления режима занятий обучающихся. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

1.3. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с учебным планом, годовым календарным учебным графиком, расписанием занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми Школой самостоятельно.

1.4. Действие настоящего Положения распространяется на всех обучающихся, принятых в школу на обучение по основным образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, а также на родителей (законных представителей) обучающихся и педагогических работников, участвующих в реализации указанных образовательных программ.

2. Учебный год и учебная неделя.

2.1. Календарный учебный график определяет даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года и учебных периодов, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточной аттестации. Время начала и окончания учебных занятий и перемен, а также чередование урочной и внеурочной деятельности устанавливаются расписанием занятий.

2.2. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком основной образовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

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

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти для обучающихся 1-9 классов, полугодия для обучающихся 10-11 классов. Количество четвертей в учебном году – 4, количество полугодий – 2.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

2.6. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе.

3. Режим занятий.

3.1. 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.

3.2. В соответствии с требованиями СП 2.4.2.4283-26 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки: в первой четверти - 3 урока по 35 минут каждый, во второй четверти - 4 урока по 35 минут каждый, с третьей четверти - 4 урока по 40 минут каждый и 1 день в неделю – 5 уроков за счет урока физической культуры.

3.3. Учебные занятия в Школе для обучающихся всех классов организуются в одну смену. Начало уроков в 8.30. Учебным занятиям предшествует утренняя молитва, продолжительность которой составляет 10 минут.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрены 2 перемены, продолжительностью не менее 20 минут.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

	1 класс	
Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – март
1	8:30–9:05	8:30–9:10
2	9:15–9:50	9:20–10:00
3	10:10–10:45	10:20–11:00
4	10:55–11:30	11:10–11:50

Расписание звонков для 2-11 классов:

Урок	2-11 классы
1	8:30–9:10
2	9:20–10:00
3	10:20–11:00
4	11:10–11:50
5	12:00–12:45

6	13:30–14:10
7	14:20–15:00

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. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объём максимально допустимой дневной нагрузки составляет: для обучающихся 1-го класса не превышает 4 уроков и один раз в неделю – 5 уроков, за счёт урока физической культуры; для обучающихся 2-4 классов не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков, за счёт урока физической культуры; для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков; для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

3.7. Объём 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 часа, в 4-5 классах – 2 часа, в 6-8 классах – 2,5 часа, в 9-11 классах – до 3,5 часов. Домашние задания в 1 классе не задаются.

4. Режим внеурочной деятельности.

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

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора школы.

4.3. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий внеурочной деятельности, утверждаемым Школой самостоятельно.

4.4. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут.

4.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха.

5. Особенности организации образовательной деятельности.

5.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

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

5.3. 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).

5.4. 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 спортивном зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

5.5. Все учебные классы, помещения, места и зоны общего пользования Школы адаптированы и приспособлены для реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования в соответствии с требованиями, предъявляемыми к данному типу и виду образовательных организаций. Учебная мебель и оборудование подбираются с учётом возрастных и физических особенностей обучающихся.

5.6. Режим освещённости и температурный режим во всех учебных классах и помещениях Школы соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям.

6. Особенности организации образовательного процесса при электронном и дистанционном формате.

6.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами установленные СП 2.4.2.4283-26 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

6.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

6.4. 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.

6.5. 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 должна превышать 40 минут.

7. Заключительные положения.

7.1. Настоящее Положение принимается на неопределенный срок.

7.2. Изменения и дополнения в настоящее Положение вносятся в связи с изменением законодательства Российской Федерации, нормативных правовых актов Ярославской области, санитарно-эпидемиологических требований, основных образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, Устава Школы либо по иным основаниям в установленном порядке.

7.3. Изменения и дополнения в настоящее Положение согласовываются управляющим советом и утверждаются приказом директора Школы.

7.4. После принятия Положения, изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

7.5. Настоящее Положение подлежит размещению на официальном сайте Школы.