УТВЕРЖДАЮ
Директор ОЧУ «Наро-Фоминская школа «Направление»
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 020F7287001DB41DA469BA6695B14AA015
Владелец: ЗАХАРОВА НАТАЛЬЯ НИКОЛАЕВНА
Действителен: с 30.03.2026 до 30.06.2027
_____ /*Захарова Н.Н./*
«10» апреля 2026 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о режимах пребывания обучающихся в школе.

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», СанПиН 1.2.3685-21 (действующими санитарными правилами по организации режима дня), Уставом школы и локальными актами.

1.2. Положение определяет режимы пребывания обучающихся в школе полного дня, обеспечивающие сочетание учебной, внеурочной деятельности, самоподготовки, отдыха и питания.

1.3. Школа полного дня функционирует в режиме, обеспечивающем безопасность, сохранение здоровья и развитие обучающихся.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2. Учебный год составляют учебные периоды: в режиме «Модульного обучения».

2.3. При обучении по «Модульному режиму» после каждого учебного периода следуют каникулы.

2.4. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком. Календарный учебный график утверждается приказом директора Школы.

2.5. В Школе определена 5 (пяти) дневная учебная неделя для обучающихся 1-11 классов.

2.6. Время продолжительности одного урока составляет: – в 1 классе – 35 (тридцать пять) минут; – во 2-11 классах – 40 (сорок) минут.

2.7. Для облегчения процесса адаптации обучающихся к требованиям Школы в 1 классах применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки: сентябрь-октябрь – 3 урока по 35 (тридцать пять) минут каждый;

ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 (тридцать пять) минут каждый;

январь - май – по 4 урока по 40 (сорок) минут каждый.

В середине учебного дня для обучающихся 1 классов организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 (сорока) минут.

2.8. Для обучающихся 9, 11 классов учебный год завершается в соответствии с расписанием экзаменов государственной итоговой аттестации.

2.9. Учебные занятия в Школе начинаются в 8 часов 00 минут. Опоздание на уроки недопустимо.

Школа создает условия для обеспечения обучающихся и работников горячим питанием, включая специальные помещения для организации питания. Отпуск горячего питания обучающимся организован по классам на переменах, продолжительностью не менее 20 минут.

2.10. В Школе установлено следующее расписание звонков в течение учебной недели:

№ урока	Время
1-ый урок	08.30 - 09.10
2-ой урок	09.25 -10.05
3-ий урок	10. 20- 11.00
4-ый урок	11.15 - 11.55
5-ый урок	12.10 – 12.50
6-ой урок	13.10 – 13.50
7-ой урок	14.10 - 14.50
8- ой урок	15.10 - 15.50
9-й урок	16.00 - 16.40

2.11. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана Школы, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не превышает в совокупности величину максимально допустимой недельной нагрузки.

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 5-ти дневной неделе
1 класс	21 час
2-4 классы	23 часа
5 класс	29 часов
6 класс	31 часов
7 класс	33 часа
8-9 класс	33 часа

10-11 класс	33 часа

2.12. Расписание уроков составлено в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков, с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.13. Образовательная недельная нагрузка обучающихся равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

-для обучающихся 1-х классов - 4 урока и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;

-для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;

-для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;

-для обучающихся 8 - 11 классов - не более 8 уроков.

2.14. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам составляет 60- 80 %.

2.15. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.16. Во время урока организуется чередование различных видов учебной деятельности обучающихся (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.)

в 1-4 классах не превышает 7-10 минут,

в 5-11 классах – 10-15 минут.

2.17. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. Классы одного года обучения образуют учебную параллель и обозначаются в документации Школы номером, отражающим год обучения, и литерой (1А, 1Б, и т.д.). За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников.

2.18. 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 классах – до 3,5 ч.

2.19. Учащихся допускают к занятиям в Школе после перенесенного заболевания только при наличии справки (бумажной или электронной), выданной медицинской организацией.

2.20. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы занятий внеурочной деятельности.

2.21. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с планом воспитательной работы.

2.22. Выход за пределы Школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несет педагогический работник, назначенный приказом директора.

2.23. Групповые, индивидуальные занятия, занятия дополнительного образования, внеурочной деятельности начинаются через 20 минут после окончания уроков.

2.24. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

2. Режим полного дня для обучающихся 1–4 классов.

2.1. Время пребывания в школе: **с 08:00 до 18:00** в учебные дни.

2.2. Компоненты режима:

- Обучение (уроки согласно расписанию);
- Самоподготовка (выполнение домашних заданий) – *кроме 1-х классов*;
- Досуговая деятельность: соревнования по разным направлениям, конкурсы, лаборатории развития, экскурсии, проектная деятельность, занятия в кружках;
- Активный отдых, включая пребывание на свежем воздухе (прогулки, подвижные игры);
- Четырехразовое питание:
    - завтрак (до уроков),
    - второй завтрак (после 2 урока для 1х -4х классов, после 3 урока для 5х-11х классов),
    - обед (12:50 для 1х-4х классов, 13:50 для 5х-11х классов),
    - ужин (15:50–16.10).

2.3. Режим пребывания для 1-4 классов. Примерная структура дня :

Время	Деятельность
08:00–08:30	Прием детей, завтрак
08:30–10:00	Учебные занятия
10:00–10:20	Второй завтрак
10:20-12.50	Учебные занятия/ Внеурочная деятельность

Время	Деятельность
12:50–13:10	Обед
13:10–13:50	Внеурочная деятельность
13:50-15:50	Самоподготовка (2–4 кл.) / прогулка (1 кл.)
15:50- 16:10	Ужин
16:10–18:00	Спортивные соревнования, активный отдых на воздухе, лаборатории, досуг и т.д. Уход домой.

2.4. Для первоклассников самоподготовка не проводится, вместо нее предусмотрены дополнительные игровые и двигательные активности.

3. Режим пребывания для обучающихся 5–8 классов.

Время	Деятельность
08:00–08:30	Прием детей, завтрак
08:30–10:00	Учебные занятия
10:00–10:20	Второй завтрак
10:20-13.50	Учебные занятия
13:50–14:10	Обед
14:10–15:50	Внеурочная деятельность
15:50-16:10	Ужин
16:10-18:00	Самоподготовка, спортивные соревнования, активный отдых на воздухе, досуг и т.д. Уход домой.

4. Режим пребывания для обучающихся 9–11 классов

4.1. Время пребывания в школе (в зависимости от расписания):
с 08:00 до 17:00 в учебные дни.

4.2. Компоненты режима:

- Обучение (уроки);
- Консультационные часы по подготовке к государственной итоговой аттестации (ОГЭ, ЕГЭ);
- Досуговая деятельность (факультативы, проекты, дебаты, конкурсы);
- Трехразовое питание:
    - завтрак,
    - второй завтрак,
    - обед.

4.3. Примерная структура дня (9–11 кл.):

Время	Деятельность
08:00–08:20	Завтрак
08:30–10:00	Учебные занятия
10:00–10:20	Второй завтрак
10:20–13:50	Учебные занятия
13:50–14:10	Обед
14:10–15:50	Внеурочная деятельность
15:50–17:00	Консультации по подготовке к ГИА / спецкурсы, проектная деятельность.

5. Организация самоподготовки (для 2–8 классов)

5.1. Самоподготовка проводится в закрепленном кабинете в присутствии учителя/воспитателя.

5.2. Продолжительность – не более 1,5-2 часов (с перерывами).

5.3. Цель – формирование навыков самостоятельной учебной работы.

6. Активный отдых и досуг

6.1. Ежедневно предусматривается пребывание на свежем воздухе.

6.2. Проводятся соревнования, конкурсы, экскурсии, работа лабораторий развития.

6.3. Расписание досуговой деятельности утверждается на триместр.

7. Права и обязанности участников образовательного процесса

7.1. Обучающиеся обязаны соблюдать режим пребывания, правила внутреннего распорядка.

7.2. Учителя несут ответственность за жизнь, здоровье и организацию режима обучающихся в закрепленное время.

8. Заключительные положения

8.1. Изменения в Положение вносятся приказом директора.

8.2. Настоящее Положение вступает в силу с момента утверждения и размещается на официальном сайте школы.

СОГЛАСОВАНО

с педагогическим советом ***«10»*** апреля 2026 г.
с общим собранием работников ОЧУ «Наро-Фоминская школа «Направление» ***«10»*** апреля 2026 г.