

Подписано цифровой подписью  
Подписано цифровой подписью  
Серийный номер: 697b5e20045bd417a2b2d2b7c0453d3d  
Владелец: Кирзенкова Юлия Алексеевна  
Действителен с 17 октября 2025 г. 8:52:28  
Действителен по 10 января 2027 г. 8:52:28  
Дата: 2026.09.01 10:37:11+03:00

Утверждено  
приказом директора МБОУ «СОШ №36»  
г.Чебоксары  
приказ №137-о от 01.09.2026 года  
принято на педагогическом совете  
(протокол №01 от 31.08.2026 года)  
принято советом обучающихся,  
(протокол №01 от 31.08.2026)  
принято советом родителей  
(протокол №01 от 19.01.2026)

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о режиме занятий обучающихся**

**МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №36» г.Чебоксары**

**г.Чебоксары -2026**

## **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий (далее – Положение) МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №36» г.Чебоксары (далее - школа) разработано в соответствии с нормативными документами:

- 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 от 28.01.2021 № 2;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 18 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача России от 02 июня 2026 г. №19 "Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача России от 02 июня 2026 г. №15 "Об утверждении санитарных правил СП 2.2.4285-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда";
- 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 школы.

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами. Временное изменение режима занятий возможно на основании приказа директора школы.

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

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

## **2. УЧЕБНЫЙ ГОД**

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

2.2. 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 – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды:

- для обучающихся 1х-4х классов – четверти;
- для обучающихся 5х-9х классов – четверти;
- для обучающихся 10х-11х классов – полугодия.

Количество четвертей в учебном году – четыре, полугодий – два.

2.4. 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 – 33 недели.

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

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. Продолжительность каникул может быть увеличена приказом директора школы, изданного на основании распорядительных актов федеральных или региональных организаций в сфере образования.

### 3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучение в школе ведется в одну смену:

- по пятидневной учебной неделе – в 1–4-х классах;
- по шестидневной учебной неделе – в 5–11-х классах.

3.1.1. Образовательная недельная нагрузка устанавливается в соответствии с учебным планом основной образовательной программой начального общего, основного общего и среднего общего образования школы, распределяется равномерно в течение учебной недели.

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

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

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

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало занятий в 8.00, продолжительность урока – 40 минут, продолжительность занятий внеурочной деятельности – 40 минут. Во второй половине дня для учащихся начальных классов организованы группы продленного дня (ГПД). Для обучающихся, посещающих ГПД, предусмотрено не менее 2-х разовое питание (завтрак, обед).

3.4. Продолжительность всех перемен устанавливается по 20 минут для координации учебного процесса и питания.

3.5. Расписание звонков:

#### 1 классы:

| Номер урока                                               | Сентябрь -октябрь | Ноябрь -декабрь   | Январь -май       |
|-----------------------------------------------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 1                                                         | 8.00-8.35         | 8.00-8.35         | 8.00-8.40         |
| 2                                                         | 8.55-9.30         | 8.55-9.30         | 9.00-9.40         |
| Динамическая пауза                                        | 9.30-10.10        |                   | 9.40-10.20        |
| 3                                                         | 10.10-10.45       | 10.10-10.45       | 10.20-11.00       |
| 4                                                         |                   | 11.05-11.40       | 11.10-11.50       |
| 5                                                         |                   |                   | 12.10-12.50       |
| Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности | не менее 30 минут | не менее 30 минут | не менее 30 минут |

**2-4 классы**

| Урок                                                                 | Продолжительность урока | Продолжительность перемен (мин.) |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------|
| 1                                                                    | 8.00.-8.40              | 20                               |
| 2                                                                    | 9.00-9.40               | 20                               |
| 3                                                                    | 10.00-10.40             | 20                               |
| 4                                                                    | 11.00-11.40             | 20                               |
| 5                                                                    | 12.00-12.40             |                                  |
| Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности - 30 минут |                         |                                  |

**5 -11 классы**

| Урок                                                                 | Продолжительность урока | Продолжительность перемен (мин.) |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------|
| 1                                                                    | 8.00.-8.40              | 20                               |
| 2                                                                    | 9.00-9.40               | 20                               |
| 3                                                                    | 10.00-10.40             | 20                               |
| 4                                                                    | 11.00-11.40             | 20                               |
| 5                                                                    | 12.00-12.40             | 10                               |
| 6                                                                    | 12.50-13.30             | 10                               |
| 7                                                                    | 13.40-14.20             |                                  |
| Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности - 30 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 – в сентябре-октябре количество уроков не превышает трех, с ноября не превышает четырех уроков, с января не превышает четырех уроков и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – не превышает пяти уроков и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – не превышает шести уроков;
- 7 – 11-х классах – не превышает семи уроков.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей до 7 лет не позднее 19.30, для детей 8–15 лет не позднее 20.00, для детей 16–18 лет не позднее 21.00.

#### **4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

4.1. Основной формой организации обучения в 1 – 11 классах является классно-урочная форма.

4.2. Текущий контроль и промежуточная аттестация обучающихся проводятся согласно Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

4.3. Итоговая аттестация обучающихся 9 и 11 классов проводится в соответствии с нормативными документами Министерства просвещения Российской Федерации и Министерства образования Чувашской Республики.

4.4. 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).

4.5. 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.

4.6. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры воздуха, относительной влажности и скорости движения воздуха). 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 процентов.

## **5. ОСОБЕННОСТИ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ ПРИ ОБУЧЕНИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕКТРОННЫХ СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ И ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ.**

При использовании электронных средств обучения (далее-ЭСО) с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию тетрадях обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для учащихся 1-4 классов -10 минут, для 5-9 классов -15 минут.

Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски -для детей до 10 лет -20 минут, старше 10 лет -30 минут, компьютера - для детей 1-2 классов -20 минут, 3-4 классов -25 минут, 5-9 классов -30 минут, 10-11 классов - 35 минут.

Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся. Расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий (далее -ДОТ), электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение заканчивается не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не превышает 40 минут.

## **6. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

6.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием занятий внеурочной деятельности.

6.2. 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 развития.

6.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

6.4. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

6.5. Продолжительность занятий внеурочной деятельности – 40 минут. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

6.6. Занятия внеурочной деятельности начинаются не ранее, чем через 30 минут после окончания уроков.

6.7. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены для отдыха со сменой вида деятельности.

## **7. ОСВОБОЖДЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОТ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ.**

### **7.1. Освобождение по болезни.**

7.1.1. Родители (законные представители) обучающегося обязаны в день заболевания известить о болезни ребенка классного руководителя или администрацию школы (телефонный звонок, по электронной почте или лично).

7.1.2. По окончании болезни необходимо предоставить в школу справку о болезни обучающегося, выданную медицинским учреждением.

7.2. Освобождения в связи с участием обучающихся в районных, региональных, всероссийских олимпиадах, смотрах, конкурсах, соревнованиях и других мероприятиях: обучающиеся освобождаются от занятий приказом директора школы, который издается на основании:

- плана проведения мероприятий;
- на основании представления заместителя директора
- заявления родителей (законных представителей) о согласии участия обучающегося в данном мероприятии и об освобождении от занятий на данное время (не позднее даты пропуска занятий);

7.3. Освобождение в связи с участием обучающихся в мероприятиях, проводимых сторонними учреждениями дополнительного образования, иными учреждениями обучающиеся освобождаются от учебных занятий на основании письма вышеуказанных организаций.

7.4. Родители (законные представители) освобождение от занятий доводят информацию директору школы в письменном виде. Администрация школы оставляет за собой право отказать родителям (законным представителям) в освобождении обучающегося от учебных занятий для участия в мероприятиях других организаций, в случае если обучающийся не справляется с освоением учебной программы. В случае пропусков уроков обучающимся по заявлению родителей (законных представителей) ответственность за усвоение пропущенного учебного материала и ликвидацию пробелов в знаниях несут родители (законные представители).

7.5. Освобождение в связи с экскурсионными поездками в другой город, страну (автобус, поезд, самолет), экскурсии по городу (автобус, пешие).

Обучающиеся освобождаются от учебных занятий приказом директора школы, на основании:

- письменного заявления родителей (законных представителей) о согласии (не позднее 10 дней до организуемого мероприятия);
- на основании представления работника, организующего поездку, поход, экскурсию;
- разрешения Управления образования (при необходимости).

### **7.6. Освобождение по заявлению родителей (законных представителей).**

#### **7.6.1. Обучающиеся освобождаются от учебных занятий на основании:**

- заявление с просьбой об освобождении обучающегося от нескольких дней учебных занятий (обязательно указывается причина) лично не позднее даты пропуска занятий;
- заявление с просьбой об освобождении от нескольких уроков в течение учебного дня (обязательно указывается причина).

7.6.2. Администрация школы вправе отклонить заявление родителей (законных представителей), если пропуски занятий обучающимся влекут за собой нарушения в работе образовательного учреждения, а также нарушение ст. 34,43, 44 Закона № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», где прописано, что «родители (законные представители) обучающихся обязаны соблюдать правила внутреннего распорядка образовательной организации, требования локальных нормативных актов, которые устанавливают режим занятий обучающихся», соблюдать Устав школы.

7.6.3. В случае отсутствия обучающегося в школе 3 дня и более по заявлению родителей (законных представителей), необходимо предоставить в школу справку о здоровье обучающегося, выданную медицинским учреждением.

## **8. РЕЖИМ ОКОНЧАНИЯ ЗАНЯТИЙ.**

8.1. Школа несёт ответственность за жизнь и здоровье обучающихся в течение всего периода их нахождения в школе во время учебного процесса, предусмотренный расписанием уроков и внеурочных занятий (ст. 28 закона № 273-ФЗ).

8.2. Обучающийся имеет право покинуть школу до окончания учебного процесса на основании заявления и в сопровождении родителя (законного представителя).

8.3. Обучающийся имеет право покинуть школу после окончания учебного процесса, предусмотренного расписанием уроков, внеурочных занятий самостоятельно на основании отметки времени ухода обучающегося и пути следования домой в маршрутном листе, оформленном родителем (законным представителем) на весь период обучения в текущем учебном году.

8.4. Во избежание ситуации безнадзорности несовершеннолетних не допускается нахождение обучающихся после окончания всех видов занятий на территории школы.

## **9. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ.**

9.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом школы, принимается решением Педагогического совета с учетом мотивированного мнения Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и Совета обучающихся и утверждается приказом директора школы.

9.2. Действие настоящего Положения распространяется на всех обучающихся, принятых в школу на обучение по основным общеобразовательным 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.

9.3. Положение доводится до сведения обучающихся, родителей (законных представителей) обучающихся и педагогических работников, участвующих в реализации указанных образовательных программ.

9.3.1. О случаях нарушении обучающимися режима занятий школы родителям (законным представителям) направляется письменное уведомление. Копия уведомления с подписью родителей (законных представителей) обучающихся хранится в школе.

9.4. Положение принимается на неопределенный срок.

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