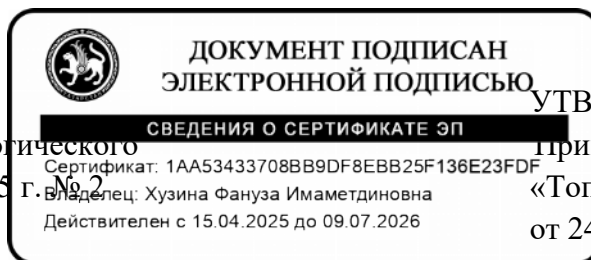


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Топасевская начальная общеобразовательная школа»
Мензелинского муниципального района РТ**

ПРИНЯТ

Протоколом педагогического
совета от 24.10.2025 г. № 2



УТВЕРЖДЕН

Приказом МБОУ
«Топасевская НОШ»
от 24.10.2025 г. № 146

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧЕНИКОВ

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учеников МБОУ «Топасевская НОШ» (далее – школа) 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 условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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 от 22.03.2021 № 115.

1.2. Адаптированная образовательная программа начального 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 нормами и правилами.

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. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.
- 2.2. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального не менее 34 недель в 1-м классе – 33 недели.
- 2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – четыре.
- 2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.
- 2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, 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 – в 1–4-х классах;
- 3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–4-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.
- 3.3.1. Начало уроков в первую смену – 8:00.
- 3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 минут, после третьего урока проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут
- 3.5. Расписание звонков
для 1-го класса

№ урока	Расписание звонков (сентябрь-октябрь)	Перемена	Расписание звонков (Январь-май)	Перемена
1.	8.00-8.35	10 минут	8.00 - 8.40	10 минут
2.	8.45-9.20	10 минут	8.50 - 9.30	10 минут
3.	9.30-10.05	40 минут (динамическая пауза)	09.40 - 10.20	40 минут (динамическая пауза)
4.	10.45-11.20	30 минут (обед)	10.50 - 11.30	30 минут (обед)
5.	11.50-12.25	40 минут динамическая пауза (до занятий внеурочной деятельности)	12.00-12.40	40 минут динамическая пауза (до занятий внеурочной деятельности)

Для учащихся 2-4 классов:

Понедельник

№ урока	Расписание звонков	Перемена
1.	8.50 - 9.30	10 минут
2.	09.40 - 10.20	40 минут (динамическая пауза)
3.	10.50 - 11.30	30 минут (обед)
4.	12.00-12.40	10 минут
5	12.50-13.30	40 минут динамическая пауза (до занятий внеурочной деятельности)

Вторник-пятница

№ урока	Расписание звонков	Перемена
1.	8.00 - 8.40	10 минут
2.	8.50 - 9.30	10 минут
3.	09.40 - 10.20	40 минут (динамическая пауза)
4.	10.50 - 11.30	30 минут (обед)
5.	12.00-12.40	40 минут динамическая пауза (до занятий внеурочной деятельности)

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

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.

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах:

Классы	5-дневная учебная неделя, не более
1	21
2-4	23

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 - не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 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 при 6-ти дневной учебной неделе;

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей до 7 лет не позднее 19.30, для детей 8–12 лет не позднее 20.00.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две группы и более.

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

5. Особенности организации образовательного процесса при электронном и дистанционном формате

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. 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.

6. Режим внеурочной деятельности

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

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

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


6.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 40 минут.

7.Заключительные положения

7.1.Режим принят с учетом мнения Совета родителей, а также представительного органа работников организации, осуществляющей образовательную деятельность.

7.2.Изменения в Режим могут внесены только с учетом мнения Совета родителей, а также представительного органа работников организации, осуществляющей образовательную деятельность.

Лист согласования к документу № 267реж от 09.04.2026
Инициатор согласования: Хузина Ф.И. Директор
Согласование инициировано: 09.04.2026 15:55

Лист согласования		Тип согласования: последовательное		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Хузина Ф.И.		 Подписано 09.04.2026 - 15:55	-