

## **ПРИНЯТО**

на заседании Педагогического совета  
протокол № 11 от 28 августа 2025 г.

## **УТВЕРЖДЕНО**

Директором  
бюджетного  
учреждения  
муниципального  
общеобразовательного  
средней  
общеобразовательной школы № 12  
г. Пензы имени В.В. Тарасова  
\_\_\_\_\_ Е.С.Куликова  
Приказ № 247.2-ОД от 29.08.2025 г.



## **Положение**

### **о режим занятий учеников**

Муниципального бюджетного общеобразовательного  
учреждения средней общеобразовательного учреждения  
средней общеобразовательной школы №12 г. Пензы  
имени В.В. Тарасова

## **РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧЕНИКОВ**

### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящий режим занятий учеников МБОУ СОШ № 12 г. Пензы (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. 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 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. Учебный год для учеников очно-заочной формы обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для учеников 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.

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

2.5. 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.

2.6. 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

В соответствии Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СП 2.4.3648-20), Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (далее – СанПиН 1.2.3685-21) с изменениями от 17.03.2025 № 2 устанавливается следующий режим работы общеобразовательного учреждения:

<b>Режимные моменты</b> <b>Класс</b>	<b>Продолжительность учебной недели (дней)</b>	<b>Продолжительность уроков (мин.)</b>	<b>Периодичность проведения промежуточной аттестации учащихся</b>
1 класс	5	35 – I полугодие 40 – II полугодие	
2 – 4 класс	5	40	четверти, год
5 – 8 класс	5	40	четверти, год
9 класс	5	40	четверти, год
10 – 11 класс	5	40	полугодия, год

Для 9-х и 11-х классов окончание учебного года определяется в соответствии с расписанием ГИА.

<b>Класс</b>	<b>Количество недель</b>
1 класс	33
2 – 4 класс	34
5 – 9 класс	34
10 – 11 класс	34

2025 – 2026 учебный год представлен следующими учебными периодами: учебные четверти (1 – 4 классы, 5 – 9 классы), полугодия (10 – 11 классы).

**Учебный год в I классах делится на четыре четверти:**

<b>Период</b>	<b>Дата</b>		<b>Продолжительность (количество учебных недель)</b>
	<b>Начало</b>	<b>Окончание</b>	
1 четверть	1 сентября 2025	24 октября 2025	8 недель
2 четверть	5 ноября 2024	30 декабря 2025	8 недель

3 четверть	12 января 2026	27 марта 2026	11 недель (с учетом дополнительных каникул)
4 четверть	6 апреля 2026	26 мая 2026	7 недель

**Учебный год во 2-х – 9-х классах делится на четыре четверти:**

Период	Дата		Продолжительность (количество учебных недель)
	Начало	Окончание	
1 четверть	1 сентября 2025	24 октября 2025	8 недель
2 четверть	5 ноября 2024	30 декабря 2025	8 недель
3 четверть	12 января 2026	27 марта 2026	11 недель
4 четверть	6 апреля 2026	26 мая 2026	7 недель

**Учебный год в 10-х – 11-х классах делится на полугодия:**

Период	Дата		Продолжительность (количество учебных недель)
	Начало	Окончание	
I полугодие	01.09.2025	30.12.2025	16 недель
II полугодие	12.01.2026	26.05.2026	18 недель

**Продолжительность каникул в течение учебного года:**

Осенние каникулы — с 25 октября по 2 ноября 2025 года (с учетом праздничных дней 3 и 4 ноября) (10 дней)

Зимние каникулы — с 31 декабря 2025 года по 11 января 2026 года (12 дней)

Весенние каникулы — с 28 марта 2026 года по 05 апреля 2026 года (9 дней)

Летние каникулы — с 27 мая 2026 года по 31 августа 2026 года.  
 Дополнительные каникулы для первоклассников — с 16 февраля 2026 года по 22 февраля 2026 года (7 дней).

**Регламентирование образовательного процесса на неделю**

**Продолжительность рабочей недели:**

1 – 11 классы – **пятидневная рабочая** неделя.

Максимально допустимая аудиторная нагрузка в неделю составляет:

<b>Классы</b>	<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>	<b>IV</b>	<b>V</b>	<b>VI</b>	<b>VII</b>	<b>VIII</b>	<b>IX</b>	<b>X</b>	<b>XI</b>
Максимальная нагрузка, часов	21	23	23	23	29	30	32	33	33	34	34

В субботу, воскресенье и в праздничные дни (установленные законодательством Российской Федерации) МБОУ СОШ №12 г. Пензы **не работает**.

**Регламентирование образовательного процесса на день**

**Сменность:** МБОУ СОШ №12 г. Пензы работает в **1 смену**.

**Начало занятий в 8:30 часов.**

Проведение «нулевых» уроков в школе не допускается.

**Особенности организации обучения в 1 классе:**

<b>Расписание звонков для 1 класса I – II четверти</b>	<b>Продолжительность перемен</b>
1 урок – 8:30 – 9:05	15
2 урок – 9:20 – 9:55	
Динамическая пауза 9:55 – 10:35	40
3 урок – 10:35 – 11:10	
4 урок – 11:30 – 12:05 (со II четверти)	20
<b>Расписание звонков для 1 класса III – IV четверти</b>	<b>Продолжительность перемен</b>
1 урок – 8:30 – 9:10	

2 урок – 9:30 – 10:10	20
Динамическая пауза 10:10 – 10:50	40
3 урок – 10:50 – 11:30	20
4 урок – 11:50 – 12:30	

В первом классе применяется обучение по особому графику: в сентябре – октябре проводится по 3 урока по 35 минут, в ноябре – декабре: 4 урока по 35 минут, в январе – мае: 4 урока по 40 минут. Один раз в неделю проводится пятый урок за счет физической культуры. В середине дня в 1 классе проводится динамическая пауза. Обучение осуществляется без балльного оценивания.

<b>Расписание звонков для 2-х – 11-х классов</b>	<b>Продолжительность перемен</b>
1 урок – 8:30 – 9:10	10
2 урок – 9:20 – 10:00	15
3 урок – 10:15 – 10:55	15
4 урок – 11:10 – 11:50	15
5 урок – 12:05 – 12:45	20
6 урок – 13:05 – 13:45	5
7 урок – 13:50 – 14:30	5

Для обучающихся 2-4 классов в день проводится не более 5 уроков, для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков, 7-11 классов – не более 7 уроков. Внеурочная деятельность не входит в общий объем аудиторной нагрузки.

#### **Работа групп продленного дня:**

Режим работы ГПД общеобразовательных классов:

После последнего урока в каждом классе 1.5 часа – обед и прогулка.

#### **Количество классов в параллели:**

1 класс – 5	5 класс – 4	10 класс – 2
2 класс – 4	6 класс – 4	11 класс – 2
3 класс – 4	7 класс – 4	
4 класс – 4	8 класс – 4	
	9 класс – 5	
<b>Итого: 17 классов</b>	<b>Итого: 21 класс</b>	<b>Итого: 4 класса</b>
<b>Всего: 42 класса</b>		

#### **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.

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 30 минут.

6.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.