

Локальный нормативный акт
Муниципальное общеобразовательное учреждение «Санаторная школа-интернат №6»

РАССМОТРЕНО

Медико-педагогический совет от 15.01.26г.,
протокол №3

СОГЛАСОВАНО

Совет родителей от 16.01.26г.
протокол №3

СОГЛАСОВАНО

Совет обучающихся от 16.01.26г.
протокол №3

СОГЛАСОВАНО

Попечительский Совет от 16.01.26г.
протокол №3



**Положение о режиме занятий обучающихся
муниципального общеобразовательного учреждения
«Санаторная школа-интернат № 6»**

1. Общие положения

Настоящее положение определяет режим занятий учащихся в муниципальном общеобразовательном учреждении «Санаторная школа-интернат № 6» (Далее - Учреждение) и разработано в соответствии с:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (ред. от 29.12.2025);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 04.03.2025 № 169;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 08.10.2020 № 1631, Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24.12.2025 №19 "О внесении изменений в санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (ред. от 30.08.2024 N 10) и санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (ред. от 30.08.2024 N 10);

2. Режим занятий

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей образовательной программы. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенья), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня. Начало учебного года может переноситься в очно-заочной форме обучения не более чем на месяц.

2.2. Продолжительность учебных периодов, каникул определяются календарным учебным графиком. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 30 календарных дней. Для обучающихся 1-х классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года устанавливается в 1 классе – 33 учебных недели, во 2 - 9 классах – 34 учебные недели.

2.4. Учреждение работает по пятидневной учебной неделе для обучающихся 1 классов и шестидневной учебной неделе для обучающихся 2-9 классов. В Учреждении осуществляется односменный режим занятий.

2.5. Начало уроков – в 8 час.30 мин. Продолжительность урока составляет 40 минут. 2.6. В первом классе обучение ведется с соблюдением следующих требований:

- использование «ступенчатого режима обучения»:
- в сентябре – октябре по 3 урока, 35 минут каждый;
- в ноябре-декабре – по 4 урока, 35 минут каждый;
- январь-май – по 4 урока, 40 минут каждый;
- обучение без домашних заданий и балльного оценивания знаний обучающихся.

2.7. Продолжительность урока для обучающихся 2-9 классов – 40 минут.

2.8. Домашние задания даются обучающимся следующим образом:

- во 2 – 4 классах - до 1 часа;
- в 5 – 7 классах - до 1, 5 часов;
- в 8 – 9 классах - до 2 часов.

2.9. После второго урока организуется динамическая пауза;

2.10. Продолжительность ночного сна для обучающихся Учреждения составляет:

- на уровне начального образования - не менее 10 часов,
- на уровне основного общего образования - 9 – 9,5 часов.

2.11. Повышению общего тонуса и работоспособности обучающихся способствует рационально организованный отдых на открытом воздухе (прогулки). Продолжительность прогулок в течение дня составляет:

- для обучающихся начального уровня образования - не менее 3,5 часов;
- для обучающихся основного общего образования - не менее 2, 5 - 3 часов;

2.12. Время прогулки распределено в течение дня следующим образом:

- до начала занятий - 20-30 минут;
- после учебных занятий - от 1-го до 1,5 часов;
- до и после ужина - по 1 часу.

2.13. Прогулка проводится в сочетании с подвижными играми, экскурсиями на природу, занятиями внеурочной деятельности.

2.14. Наряду с уроками физкультуры в режиме дня Учреждения используются и малые средства физического воспитания: утренняя гимнастика, физкультпауза на уроках и при самоподготовке, подвижные игры на переменах и во время прогулки, занятия в спортивных секциях и кружках, система закаливающих процедур.

2.15. Просмотр телевизионных передач, сопряженный со значительной зрительно - психической нагрузкой, не превышает в день

- для обучающихся на уровне начального общего образования - 1 час,
- для обучающихся на уровне основного общего образования - 1,5 часа в неделю.

2.16. Массовые общешкольные праздники, экскурсии проводятся в основном в середине недели (среда, четверг), а также в субботу.

3. Режим дня

Режим дня	1-4 классы	5-9 классы
Подъем	7:00	7:00
Уборка спален, утренний туалет	7:05 - 7:20	7:05 - 7:20
Зарядка, прогулка на улице	7:20 - 7:50	7:20 - 7:50
Завтрак	7:55 - 8:20	8:05 - 8:20
Подготовка к школе	8:20 - 8:25	8:20 - 8:25
Учебные занятия	8:30 - 10:00	8:30 - 10:00
Второй завтрак	10:00 - 10:20	10:00 - 10:20
Динамическая пауза на свежем воздухе	10:20 - 10:40	10:20 - 10:40
Учебные занятия	10:40 - 12:10	10:40 - 13:50
Обед	13:30 - 14:00	14:00 - 14:30
Прогулка, внеурочная деятельность, внеклассные занятия кружки, секции прогулки на свежем воздухе.	14:00 - 15:50	14:30 - 16:00
Полдник	16:00 - 16:20	16:10 - 16:30
Занятия самоподготовки	16:20 - 17:45	16:30 - 18:30
Внеклассные мероприятия, прогулка на свежем воздухе, свободное время	17:45 - 19:00	18:30 - 19:30
Ужин	19:00 - 19:30	19:30 - 20:00
Свободное время, прогулка на свежем воздухе	19:30 - 20:30	20:00 - 21:00
Вечерний туалет	20:30 - 21:00	21:00 - 21:30
Сон	21:00 - 7:00	21:30 - 7:00