

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА НОВОСИБИРСКА
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 160»**

630078, г.Новосибирск,
ул. Выставочная, 8

ОКПО 23642468

Сайт: <https://s-160.edusite.ru>

e-mail: s_160@edu54.ru

ИНН/КПП

5404141415/540401001

Тел./факс: (383) 351-57-46; 351-57-44

тел: 351-57-47

ОГРН 1025401498550

ПРИНЯТО

советом Учреждения
протокол № 1 от 24.08.2026

ПРИНЯТО

педагогическим советом
протокол № 1 от 31.08.2026



УТВЕРЖДЕНО

приказом от 01.09.2026 № 01-10-398

директор

Медведева В.А.

ПОЛОЖЕНИЕ

О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ МБОУ СОШ № 160

1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила внутреннего распорядка обучающихся в школе разработаны и приняты для определения правового положения участников отношений в сфере образования в соответствии с требованиями статьи 30 п.2 Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.12 г «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями от 4 августа 2023 года, приказа Министерства просвещения Российской Федерации № 115 от 22 марта 2021 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» с изменениями на 7 октября 2022 года, а также в соответствии с:

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 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";

- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 17 марта 2025 г. № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Уставом МБОУ СОШ № 160.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и режим занятий обучающихся МБОУ СОШ № 160 (далее – школа).

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися школы и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получения обучающимися общего образования.

1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте школы в сети Интернет.

1.5. Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Организация образовательного процесса в школе регламентируется учебным планом, годовым учебным календарным графиком, расписанием учебных занятий, расписанием внеурочной деятельности, расписанием звонков.

2.2. Учебный год в школе начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня, учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком. Календарный график на каждый учебный год утверждается приказом директора школы.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: триместры. Количество триместров – 3 (5 или 6 модулей). После каждого учебного периода следуют каникулы.

2.5. Обучение в школе ведется в режиме пятидневной учебной недели для обучающихся 1-7, 10-11 классов и шестидневной для обучающихся 8-9 классов.

2.6. Продолжительность всех видов аудиторных (классных) занятий определяется академическим часом. Продолжительность академического часа (урока) во 2-11 классах – не более 40 минут.

2.7. Для обучающихся 1 классов для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- в сентябре-октябре - 3 занятия продолжительностью по 35 минут каждое (для прохождения учебной программы четвертые уроки заменяются целевыми прогулками на свежем воздухе, уроками физической культуры, уроками-играми, уроками-театрализациями, уроками-экскурсиями;

- в ноябре-декабре – 4 занятия продолжительностью по 35 минут;

- в январе-мае – 4 занятия продолжительностью по 40 минут;

- в середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

2.8. Занятия проводятся в две смены в следующем режиме:

ПОНЕДЕЛЬНИК

08.00-08.10		Подъем государственного флага
1	08.10-08.50	Урочное время
2	09.00-09.40	
3	10.00-10.40	
4	11.00-11.40	
5	11.50-12.30	
6	12.40-13.20	
7	13.40-14.20	
8	14.40-15.20	
9	15.40-16.20	
10	16.40-17.20	
11	17.30-18.10	
12	18.20-19.00	

ВТОРНИК-ПЯТНИЦА

1	08.00-08.40	Урочное время
2	08.50-09.30	
3	09.50-10.30	
4	10.50-11.30	
5	11.40-12.20	
6	12.30-13.10	
7	13.20-14.00	
8	14.10-14.50	
9	15.10-15.50	
10	16.10-16.50	
11	17.00-17.40	
12	17.50-18.30	

2.9. Продолжительность перемен между занятиями составляет:

- 10 минут;

- после второго и третьего уроков первой и второй смены – 20 минут.

2.10. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 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,

для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков,

для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

2.11. Расписание учебных занятий составляется в соответствии с требованиями Санитарно-эпидемиологических правил.

2.12. Образовательная организация несет ответственность за безопасность обучающихся в течение 20 минут до начала и 20 минут после окончания учебных занятий (мероприятий).

2.13. В школе установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, контрольная работа, урок-конференция, консультация, экскурсия, урок с применением дистанционных образовательных технологий и другие.

2.14. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках предусмотрены физкультминутки, динамические паузы, гимнастика для глаз (на всех уровнях образования).

В оздоровительных целях в школе создаются условия для дополнительной двигательной активности обучающихся в движении:

- 2 урока физической культуры в 1-9 классах и один час модуля физической культуры, 3 часа в универсальном профиле 10-11 класса, 2 урока физической культуры и один час модуля физической культуры в естественнонаучном профиле;
- 1 час модуля физической культуры во 2-3, 5-9 классах;
- физкультминутки во время занятий;
- подвижные перемены;
- внеклассные спортивные занятия и соревнования.

2.15. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для учащихся 1-4-х классов - 10 минут, для 5-9-х 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.

2.15.1. При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов.

3. Режим каникулярного времени

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель, между периодами обучения - не менее 7 дней.

3.3. Сроки каникул регламентированы годовым учебным календарным графиком.

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием спецкурсов, кружков, секций, объединений. Время проведения экскурсий, походов, внеклассных мероприятий устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Проведение внеклассных мероприятий за пределами образовательного учреждения разрешается только на основании приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении мероприятий несет педагогический работник, назначенный приказом директора школы.

4.2. Работа спортивных секций, кружков, спецкурсов, творческих объединений допускается только по расписанию, утвержденному директором школы.

4.3. Курсы внеурочной деятельности, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее чем через 20-30 минут после окончания обязательных занятий.

4.4. Часы курсов по выбору входят в объем максимально допустимой нагрузки.

4.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 45 минут, организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

4.6. Программа внеурочной деятельности для обучающихся 1-4 классов является частью основной образовательной программы начального общего образования и утверждается директором школы.

4.7. Программа внеурочной деятельности для обучающихся 5-9 классов является частью основной образовательной программы основного общего образования и утверждается директором школы.

4.8. План внеурочной деятельности для обучающихся 10-11 классов является частью основной образовательной программы среднего общего образования школы.

4.9. Для организации различных видов внеурочной деятельности используются общешкольные помещения: учебные кабинеты, актовый и спортивный залы, библиотека, прилегающая территория к зданию школы.

4.10. Внеурочная деятельность организуется преимущественно в очном режиме. При необходимости введения обучения с применением дистанционных образовательных технологий внеурочная деятельность руководствуется п 2.15 настоящего положения.

5. Промежуточная итоговая аттестация

5.1. Оценка индивидуальных достижений обучающихся осуществляется по окончании учебного периода. Формы, периодичность и порядок проведения промежуточной аттестации регламентированы локальным актом образовательного учреждения.

5.2. Государственная итоговая аттестация в 9 и 11 классах проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Министерства образования РФ, Министерства образования, науки и инновационной политики Новосибирской области.

6. Занятость обучающихся в период летнего отдыха

6.1. Летняя кампания проводится с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, бережного отношения к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в летнее время.

6.2. Организация воспитательного процесса в летний период регламентируется приказом директора образовательного учреждения.

7. Срок действия

7.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента утверждения приказом директора школы.

7.2. Срок действия данного Положения неограничен.

7.3. При необходимости в Положение могут быть внесены изменения, дополнения, подлежащие аналогичной процедуре принятия и утверждения.