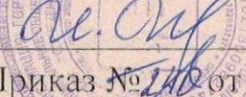


УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Средняя школа № 9»

  
И.М.Иконникова  
Приказ № 416 от 30.08.2022 г.

**РЕЖИМ РАБОТЫ**  
**МОУ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №9»**  
**на 2022-2023 учебный год**

1. Школа работает в одну смену.
2. Начало учебных занятий: 8.20
3. Расписание режима занятий:

<i>Занятия</i>	<i>Понедельник</i>	
	<i>Время</i>	<i>Перемена</i>
Поднятие флага	08.00.-08.15	5 минут
Урок «Разговоры о важном»	08.20-09.00	10 минут
1 урок	09.10-09.50	20 минут
2 урок	10.10-10.50	15 минут
3 урок	11.05-11.45	20 минут
4 урок	12.05-12.45	15 минут
5 урок	13.00-13.40	10 минут
6 урок	13.50-14.30	
	<i>Вторник-пятница</i>	
	<i>Время</i>	<i>Перемена</i>
1 урок	08.20-09.00	10 минут
2 урок	09.10-09.50	20 минут
3 урок	10.10-10.50	15 минут
4 урок	11.05-11.45	20 минут
5 урок	12.05-12.45	15 минут
6 урок	13.00-13.40	10 минут
7 урок	13.50-14.30	

#### 4. 1-4 классы

При пятидневной рабочей неделе максимальная величина недельной образовательной нагрузки для первого класса не превышает 21 час.; 2-4 классы – 23 часа.

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объём максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет для обучающихся 1-х классов – не более 4 уроков и 1 день в неделю – не более 5 уроков, за счёт уроков физкультуры; для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков.

Расписание составлено с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. Наибольший объём учебной нагрузки в начальном звене приходится на вторник и среду.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь – май – по 4 урока в день по 40 минут каждый).
- рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 20 минут;
- обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

#### 5-11 классы

При пятидневной рабочей неделе максимальная величина недельной образовательной нагрузки не превышает:

5 класс - 29 часов, 6 класс - 30 часов, 7 класс - 31 час, 8-9 классы – 33 часов, 10-11 классы - 34 часов. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объём максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет

- для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов не более 7 уроков.

4. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком установлен перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

Расписание уроков составлено с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. Наибольший объём учебной нагрузки в 5-11 классах приходится на вторник и среду, когда в расписание включены наиболее трудные

предметы. В расписании учтена рекомендация о чередовании предметов естественно-математического профиля с гуманитарным.

5. Продолжительность урока в 5-11 классах не превышает 40 минут. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам составляет 60 - 80%.

Оптимальный возраст начала школьного обучения - не ранее 7 лет. В 1-х классах обучаются дети 8-го или 7-го года жизни. Прием детей 7-го года жизни осуществляется при достижении ими к 1 сентября учебного года возраста не менее 6 лет 6 месяцев.

Наполняемость классов в 2022-2023 уч.г.: 1а-28, 1б-29, 1в-27, 2а-35, 2б-29, 3а-29, 3б-29, 4а-36, 4б-36, 5а-32, 5б-31, 6а-30, 6б-25, 6в - 25, 7а-30, 7б-27, 8а-28, 8б-30, 9а-29, 9б-26, 10а-17, 11а-19.

**Итого: 627 человек.**

6. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз (приложение 4 и приложение 5 настоящих санитарных правил).

Во время урока чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не превышает 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги составляет не менее 25 - 35 см у обучающихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45 см - у обучающихся 5 - 11 классов.

7. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблице 5 настоящих санитарных правил

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, проводится комплекс упражнений для профилактики утомления глаз (приложение 5), а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления (приложение 4 настоящих санитарных правил).

8. Внеурочная деятельность с учащимися организуется согласно расписанию.

Для обеспечения максимально возможного оздоровительного влияния и сохранения работоспособности обучающихся, составлена рациональная организация режима дня, начиная с момента прихода в общеобразовательное учреждение, и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

В режиме сочетаются различные виды деятельности с двигательной активностью на свежем воздухе.

В режиме дня обязательно предусмотрены: питание, прогулка, общественно-полезный труд, кружковая работа и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Прогулки проводятся до обеда, длительностью не менее 1 часа.

Прогулки сопровождаются спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В теплое время года организовываются занятия легкой атлетикой и другими спортивными видами на открытом воздухе.

Обучающиеся, отнесенные к специальной медицинской группе или перенесшие острые заболевания, во время спортивных и подвижных игр выполняют упражнения, не связанные со значительной нагрузкой.

Одежда обучающихся во время занятий на открытом воздухе предохраняет их от переохлаждения и перегревания и не стесняет движений.

В непогоду подвижные игры переносятся в хорошо проветриваемые помещения.

Местом для отдыха на свежем воздухе и проведения спортивного часа является специально оборудованная площадка.

Внеурочную деятельность реализуют в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований и т.п.

Длительность занятий зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности, как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры составляет не более 50 минут в день для обучающихся 1 - 2 классов, и не более полутора часов в день - для остальных классов. На музыкальных занятиях используются элементы ритмики и хореографии. Для организации различных видов внеурочной деятельности используются общешкольные помещения: читальный, актовый и спортивный залы, библиотека, а также помещения близко расположенных домов культуры, центры детского досуга, спортивные сооружения, стадионы.

9. Уборка кабинетов производится согласно графику.

График санитарной обработки помещений и проветривания

2 этаж	
1 перемена	Каб. №7, №14
2 перемена	Каб. №8, №13
3 перемена	Каб. №9, №12
4 перемена	Каб. №10, №11
3 этаж	
1 перемена	Каб. №18, №25
2 перемена	Каб. №19, №24
3 перемена	Каб. №20, №23
4 перемена	Каб. №22
4 этаж	
1 перемена	Каб. №26, №32
2 перемена	Каб. №27, №31
3 перемена	Каб. №28, №29
4 перемена	Каб. №30
Спортивные залы и столовая - каждую перемену	

10. Время начала работы учителя – за 10 минут до начала урока.

пребывание учителей, учеников, сотрудников в здании школы допускается до 19 часов. Пребывание в школе фиксируется в журнале на посту.

12. Вход в школу посторонних лиц допускается только при предъявлении документа, удостоверяющего личность, регистрации в журналах на посту охраны школы и термометрии.

13. Присутствие посторонних лиц на уроке разрешается только с согласия директора.