

для посещающих группу по присмотру и уходу за детьми, группу школы полного дня организуется 3-х разовое питание и прогулки;

дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

«Ступенчатый» режим обучения позволяет достичь показателя по количеству учебных занятий за 4 года обучения, определенных ФГОС НОО. Если учесть, что для учащихся 1-х классов продолжительность учебной недели составляет 5 дней, продолжительность учебного года – 33 недели, а количество учебных занятий за 4 учебных года не может составлять менее 2904 часов и более 3345 часов, то с учетом «ступенчатого» режима обучения в первом классе обязательная часть учебного плана будет реализована за 645 часов в год (15 часов x 8 недель = 120 часов, 21 час X 25 недель = 525 часов), а за четыре года обучения основная образовательная программа начального общего образования в полном объеме будет реализована за 2991 час учебного времени (2,3,4 класс: 23 часа X 34 недели X 3 = 2346 часов).

Домашние задания в адаптационный период и в течение всего первого класса не задаются.

В течение всего адаптационного периода и первого класса исключена система балльного (отметочного) оценивания. Недопустимо использовать любые символы и знаки, заменяющие отметки.

Расписание звонков уроков

№ урока	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	8:30	9:10	15 минут
2.	9:25	10:05	15 минут
3.	10:20	11:00	20 минут
4.	11:20	12:00	20 минут
5.	12:20	13:00	

Расписание звонков для обучающихся 1-х классов

(1-я четверть)	Продолжительность перемены	(2-я четверть)	Продолжительность перемены	(2-е полугодие)	Продолжительность перемены
1 урок – 8.30 – 9.05	20 мин	1 урок – 8.30 – 9.05	20 мин	1 урок – 8.30 – 9.10	15 мин
2 урок – 9.25 – 10.00	динамическая пауза 50 мин	2 урок – 9.25 – 10.00	динамическая пауза 50 мин	2 урок – 9.25 – 10.05	динамическая пауза 50 мин
3 урок – 10.50 – 11.25		3 урок – 10.50 – 11.25	10 мин	3 урок – 10.55 – 11.35	10 мин
		4 урок – 11.35 – 12.10		4 урок – 11.45 – 12.25	

С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

При проведении учебных занятий по «Иностранному языку» (2-4 классы) осуществляется деление классов на две группы: при наполняемости класса 25 и более человек.

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. Расстояние от глаз до тетради или книги составляет не менее 25-35 см у обучающихся 1-4 классов.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и дополнительных кружковых занятий, секций и т.д. Дополнительные кружковые занятия, секции и т.д. проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

Примерное начало дополнительных кружковых занятий, секций и т.д. - с 13-35.

Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;

- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных с портивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

Уроки физической культуры по возможности проводятся на открытом воздухе, а также подвижные игры. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

Объем домашних заданий оптимальный, затраты времени на его выполнение не превышают (в астрономических часах): во 2-3 классах - 1,5 ч, в 4 классах - 2 ч.

Занятость по интересам в группах по присмотру и уходу за детьми, группах школы полного дня учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивать баланс между двигательными- активными и статическими занятиями, и организована в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей.

Школьная библиотека работает с 09.00 до 13.00.

Медосмотры проводятся 1 раз в год (по графику детской поликлиники ЦРБ г. Старый Оскол). Осмотр классов фельдшером проводится по графику ФАП.

Санитарная уборка классов производится ежедневно. Генеральная уборка школы и прилегающих территорий проводится 1 раз в месяц.

Школьная столовая работает с 8.00 до 16.00. Обслуживание учащихся начинается с 8.00 ч.

График питания и дежурства учащихся разрабатывается ответственным за организацию питания. В спортивном зале уроки проводятся с 8.00 до 15.00. Занятия спортивных секций,

внеурочной деятельности проводятся с 15.30 ч. до 19.00 ч.

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, составляет:

Класс	Режим работы	Максимально допустимая недельная нагрузка в часах
5	5-дневная неделя	29
6	5-дневная неделя	30
7	5-дневная неделя	32
8-9	5-дневная неделя	33

Продолжительность урока (академический час) в 5-9 классах 40 минут.

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

- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-9 классов - не более 7 уроков.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и дополнительных занятий. Дополнительные занятия планируются на дни с наименьшим количеством

обязательных уроков. Между началом дополнительных занятий и последним уроком устраивается перерыв продолжительностью 30 минут.

При составлении расписания уроков учитывается дневная и недельная умственная работоспособность обучающихся и измеряется шкалой трудности учебных предметов (СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"). При составлении расписания уроков осуществляется чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся уровня основного общего образования предметы естественно-математического направления чередуются с гуманитарными предметами.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели учащимся организуется облегченный учебный день в среду или четверг.

Для 5-9 классов продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут. После 3 и 4 уроков – большая перемена 30.

Расписание звонков уроков

№ урока	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	8:30	9:10	15 минут
2.	9:25	10:05	15 минут
3.	10:20	11:00	20 минут
4.	11:20	12:00	20 минут
5.	12:20	13:00	10 минут
6.	13:10	13:50	10 минут
7.	14:00	14:40	30 минут
Внеурочная деятельность	15.10	15.50	

С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

При проведении учебных занятий по «Иностранному языку» (5-9 классы), «Технологии» (5-8 классы), «Информатике» (7-9 классы) осуществляется деление классов на две группы: при наполняемости класса 25 и более человек.

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.) не превышает в 5-9 классах – 10-15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги составляет не менее 30-45 см - у обучающихся 5-9 классов.

Примерное начало дополнительных кружковых занятий, секций и т.д. - с 15-00.

Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их

возрастом. С учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

Уроки физической культуры по возможности проводятся на открытом воздухе, а также подвижные игры. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

Объем домашних заданий оптимальный, затраты времени на его выполнение не превышают (в астрономических часах): в 5 классах – 2 ч, в 6-8 классах - 2,5 ч, в 9 классах – до 3,5 ч.

Школьная библиотека работает с 09.00 до 13.00.

Медосмотры проводятся 1 раз в год (по графику детской поликлиники).

Санитарная уборка классов производится ежедневно. Генеральная уборка школы и прилегающих территорий проводится 1 раз в месяц.

Школьная столовая работает с 8.00 до 16.00. Обслуживание учащихся начинается с 8.00.

График питания и дежурства учащихся разрабатывается ответственным за организацию питания.

В спортивном зале уроки проводятся с 8.30 до 14.40. Занятия спортивных секций, внеурочной деятельности проводятся с 15.10 ч. до 19.00.