

Государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«ЦЕНТР ДИСТАНЦИОННОГО
ОБУЧЕНИЯ»



С.Р.Усманов

ПОЛОЖЕНИЕ

27.08.2026 г. № 71-п

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете

Протокол № 1 от «25» 08 20 26 г.

г. Грозный

о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учеников ГБОУ «Центр дистанционного обучения» (далее – Центр) разработан в соответствии:

с Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 02.06.2026 № 19;

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 28.01.2021г. № 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 22.03.2021г. № 115.

1.2. Основные и адаптированные 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 Центре начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной или адаптированной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель во 2-11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды:

- trimestры в 1 доп. - 9 классах, количество - 3;
- семестры в 10-11 классах, количество - 2.

2.4. Триместры и семестры чередуются с каникулами.

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 конце третьего триместра.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместра, семестра, 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.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в Центре ведется по пятидневной учебной неделе для всех категорий обучающихся, в субботу возможно проведение коррекционно-развивающих занятий для обучающихся с ОВЗ.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

35 минут в сентябре–декабре;

40 минут в январе–мае.

3.3. Учебные занятия в Центре организованы в одну смену. В том числе и для детей с ОВЗ.

3.3.1. Начало уроков в 9:00 и заканчиваются не позднее 17:10.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 минут, после пятого урока – 1 час.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса

1 доп. - 1-е классы				
Образовательная деятельность	Сентябрь – декабрь	Продолжительность перемены	Январь – май	Продолжительность перемены
1-й урок	9.00 - 9.35	10 минут	9.00 - 9.40	10 минут
2-й урок	9.45 - 10.20	10 минут	9.50 - 10.30	10 минут
3-й урок	10.30 - 11.05	30 минут	10.40 - 11.20	30 минут
4-й урок	11.35 - 12.10	10 минут	11.50 - 12.30	10 минут
5-й урок	12.20 - 12.55	1 час	12.40 - 13.20	1 час

2-11-е классы		
Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й урок	9.00 - 9.40	10 минут
2-й урок	9.50 - 10.30	10 минут
3-й урок	10.40 - 11.20	10 минут
4-й урок	11.30 - 12.10	10 минут
5-й урок	12.20 - 13.00	1 час
6-й урок	14.00 - 14.40	10 минут
7-й урок	14.50 - 15.30	10 минут
8-й урок	15.40 - 16.20	10 минут

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников и шкалой трудности учебных предметов.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) обучающиеся класса делятся на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации тоже происходит деление класса на группы.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день.

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 дистанционно.

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 17.10. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы Центра.

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.

7. Освобождение обучающихся от занятий

7.1. Освобождение по болезни, по причине прохождения обследования, лечения или реабилитации, выезда на иногороднее лечение, иные причины.

7.1.1. Родители (законные представители) обучающегося обязаны написать заявление о приостановлении обучения своего ребенка на период прохождения обследования, лечения или реабилитации, выезда на иногороднее лечение, по окончании которых необходимо предоставить в Центр соответствующий документ, выданный медицинским учреждением либо написать заявление о возобновлении образовательного процесса.

7.1.2. В иных случаях (краткосрочное течение болезни и другие объективные причины, в том числе семейные) факт отсутствия ребенка на занятиях может быть подтвержден заявлением родителей (законных представителей).

8. Заключительные положения

8.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом Центра, принимается на Педагогическом совете Центра и утверждается (либо вводится в действие) приказом директора Центра.

8.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

8.3. Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.8.1. настоящего Положения.

8.4. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.