

- 2.9. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 45 минут.
- 2.10. В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:
- сентябрь, октябрь - 3 урока по 35 минут каждый;
 - ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый;
 - январь - май – по 4 урока по 45 минут каждый.
- 2.11. Учебные занятия в ОО начинаются в 8 часов 00 минут. Обучение в 1 смену.
- 2.12. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 5 минут
- 2.13. Расписание звонков:

№	Летний период		Зимний период	
	I- Смена	II-Смена	I- Смена	II-Смена
1	8:00-8:45	13:00-13:45	8:00-8:40	12:30-13:10
2	8:50-9:35	13:50-14:35	8:45-9:25	13:15-13:55
3	9:40-10:25	14:40-15:25	9:30-10:10	14:00-14:40
4	10:30-11:15	15:30-16:15	10:15-10:55	14:45-15:25
5	11:20-12:05	16:20-17:05	11:00-11:40	15:30-16:10
6	12:10-12:55	17:10-17:55	11:45-12:25	16:15-16:55

2.14. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана ОО, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает в совокупности величину недельной образовательной нагрузки.

Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

классы	6-дневная учебная неделя не более	5-дневная учебная неделя не более
1		21
2 - 4	26	
5	32	
6	33	
7	35	
8 - 9	36	
10 - 11	37	

2.15. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков, с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.16. При проведении занятий по технологии на всех уровнях образования, физической культуре, на элективных курсах допускается объединение классов к классы-комплекты.

2.17. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

2.18. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.