Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Усть–Камыштинская средняя общеобразовательная школа

ПРИКАЗ

31.08.2026 № 133

с. Усть – Камышта

Об организации ступенчатого режима обучения обучающихся первых классов в 2026/2027 учебном году

В соответствии со статьями 28, 30, 34 и 41 Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 286, с учетом внесенных в него изменений, федеральной образовательной программой начального общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 года № 372, с учетом внесенных в нее изменений, СП м2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 июня 2026 года № 19,, Уставом [полное наименование образовательной организации], учебным планом начального общего образования и календарным учебным графиком на 2026/2027 учебный год, в целях создания благоприятных условий для адаптации обучающихся первых классов к систематическому обучению, предупреждения переутомления, сохранения и укрепления их физического и психологического здоровья

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Организовать в 2026/2027 учебном году обучение учащихся 1 класс применением ступенчатого режима учебных занятий.
2. Утвердить:

2.1. Режим учебного дня обучающихся первых классов на 2026/2027 учебный год согласно приложению 1 к настоящему приказу.

2.2. План контроля адаптации обучающихся первых классов к школьному обучению согласно приложению 2 к настоящему приказу.

3. Установить для обучающихся первых классов:

3.1. Пятидневную учебную неделю.

3.2. Обучение только в первую смену.

3.3. Начало учебных занятий в [08 часов 00 минут / указать время].

3.4. Проведение учебных занятий без организации нулевых уроков.

3.5. Равномерное распределение учебной нагрузки в течение учебного дня и учебной недели с учетом возрастных особенностей обучающихся.

4. Установить следующий ступенчатый режим учебных занятий:

4.1. В сентябре и октябре — не более трех уроков в день продолжительностью 35 минут каждый.

4.2. В ноябре и декабре — не более четырех уроков в день продолжительностью 35 минут каждый.

4.3. С января по май — не более четырех уроков в день продолжительностью 40 минут каждый.

4.4. Один раз в неделю допускается проведение пятого урока физической культуры при условии его соответствия учебному плану, расписанию занятий и действующим санитарно-эпидемиологическим требованиям.

5. Учебную нагрузку обучающихся первых классов организовать в пределах, установленных учебным планом начального общего образования и действующими санитарными требованиями.
6. Установить продолжительность перемен между уроками не менее 10 минут.
7. Предусмотреть большую перемену продолжительностью не менее 20 минут для организации горячего питания обучающихся.
8. Организовать в середине учебного дня динамическую паузу продолжительностью не менее 40 минут.
9. Динамическую паузу проводить преимущественно на открытом воздухе. При неблагоприятных погодных условиях организовывать двигательную активность обучающихся в спортивном или рекреационном помещении с соблюдением требований безопасности.
10. Обучение в первых классах осуществлять:

10.1. Без балльного оценивания результатов освоения обучающимися образовательной программы.

10.2. Без выставления отметок в электронный и бумажный журналы.

10.3. Без обязательных домашних заданий.

10.4. С применением словесной, содержательной, критериальной оценки, направленной на поддержку учебной мотивации и индивидуального прогресса обучающихся.

11. Предоставить обучающимся первых классов дополнительные недельные каникулы в период с 22 по 27 февраля 2027 г. включительно в соответствии с календарным учебным графиком [полное наименование образовательной организации] на 2026/2027 учебный год.
12. Заместителю директора по учебно-воспитательной работе Табурчиновой Е.К.:

12.1. Составить расписание учебных занятий обучающихся первых классов с учетом ступенчатого режима, чередования учебных предметов различной сложности, динамики работоспособности детей и требований санитарного законодательства.

12.2. Обеспечить соответствие расписания учебных занятий учебному плану начального общего образования на 2026/2027 учебный год.

12.3. Не допускать включения в расписание нулевых уроков.

12.4. Обеспечить ежедневное проведение динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут.

12.5. Организовать контроль продолжительности уроков, перемен, динамической паузы и соблюдения режима питания обучающихся.

12.6. Совместно с педагогом-психологом организовать мониторинг адаптации обучающихся первых классов.

12.7. Провести анализ соблюдения ступенчатого режима по итогам сентября, октября и первого полугодия.

12.8. Представить директору аналитическую справку о соблюдении ступенчатого режима и результатах адаптации первоклассников в срок до [дата].

13. Классному руководителю первого класса Чебодаевой А.В.:

13.1. Обеспечить соблюдение установленной продолжительности уроков и перемен.

13.2. Организовывать образовательную деятельность с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся.

13.3. Чередовать в ходе уроков различные виды учебной деятельности, включая устную, письменную, практическую, творческую и двигательную деятельность.

13.4. Проводить на уроках физкультурные минутки, гимнастику для глаз и иные мероприятия, направленные на профилактику утомления.

13.5. Использовать игровые методы и формы обучения, особенно в период адаптации обучающихся.

13.6. Не допускать перегрузки обучающихся учебными и дополнительными заданиями.

13.7. Не задавать обязательные домашние задания.

13.8. Не применять балльное оценивание учебных достижений обучающихся.

13.9. Использовать содержательную оценку, словесную обратную связь, листы индивидуального продвижения, портфолио и другие формы безотметочного оценивания.

13.10. Осуществлять наблюдение за эмоциональным состоянием, работоспособностью, поведением и особенностями адаптации обучающихся.

13.11. Своевременно информировать педагога-психолога, заместителя директора по учебно-воспитательной работе и родителей (законных представителей) о выявленных трудностях адаптации.

13.12. Ознакомить родителей (законных представителей) обучающихся с особенностями ступенчатого режима, безотметочного обучения, организации динамической паузы и дополнительных каникул.

13.13. Представить заместителю директора по учебно-воспитательной работе информацию об особенностях адаптации обучающихся в сроки, установленные приложением 2 к настоящему приказу.

14. Учителям, работающим в первых классах:

14.1. Соблюдать установленную настоящим приказом продолжительность учебных занятий.

14.2. Не задерживать обучающихся после окончания урока.

14.3. При планировании уроков учитывать необходимость смены видов деятельности обучающихся.

14.4. Обеспечивать доброжелательную, психологически безопасную и поддерживающую образовательную среду.

14.5. Исключить использование отметок, баллов и иных форм ранжирования обучающихся, создающих избыточное психологическое напряжение.

14.6. При выявлении признаков переутомления незамедлительно корректировать содержание, объем и темп учебной деятельности.

15. Педагогу-психологу Артоновой Н.И.:

15.1. Организовать психолого-педагогическое сопровождение обучающихся первых классов в адаптационный период.

15.2. Провести первичную диагностику адаптации обучающихся в сентябре — октябре 2026 года.

15.3. Провести повторное изучение состояния адаптации обучающихся в декабре 2026 года и при необходимости в феврале — марте 2027 года.

15.4. Выявить обучающихся, испытывающих трудности адаптации, и разработать индивидуальные или групповые меры сопровождения.

15.5. Провести консультации для классных руководителей, учителей и родителей по вопросам школьной адаптации первоклассников.

15.6. Подготовить аналитическую информацию о результатах адаптации обучающихся и представить ее заместителю директора по учебно-воспитательной работе до [дата].

15.7. Обеспечить конфиденциальность результатов психологической диагностики и соблюдение требований законодательства о персональных данных.

16. Медицинскому работнику Боргояковой С.Г.

16.1. Осуществлять наблюдение за состоянием здоровья обучающихся первых классов.

16.2. Контролировать соблюдение санитарно-гигиенических требований в учебных помещениях.

16.3. Участвовать в анализе причин повышенной утомляемости, ухудшения самочувствия или увеличения числа пропусков занятий по болезни.

16.4. Незамедлительно информировать администрацию школы и родителей (законных представителей) о выявленных рисках для здоровья обучающихся.

17. Ответственному за организацию питания Киргинековой Л.А.:

17.1. Обеспечить организацию горячего питания обучающихся первых классов в соответствии с утвержденным режимом учебного дня.

17.2. Предусмотреть достаточное время для организованного посещения столовой, приема пищи и соблюдения детьми правил личной гигиены.

17.3. Обеспечить сопровождение обучающихся первых классов в школьную столовую педагогическими работниками.

18. Ответственному за охрану труда Кайнакову И.В. совместно с классными руководителями:

18.1. Организовать проведение инструктажей по безопасному поведению в школе, на переменах, во время динамической паузы, в столовой и на пришкольной территории.

18.2. Обеспечить соблюдение требований безопасности при проведении двигательной активности на открытом воздухе и в помещениях.

19. Заместителю директора по учебно-воспитательной работе Табурчиновой Е.К.обеспечить размещение утвержденного режима учебного дня в доступном для педагогических работников и родителей (законных представителей) месте, а также доведение соответствующей информации посредством официальных информационных ресурсов школы.
20. Делопроизводителю Киргинековой Л.А.ознакомить с настоящим приказом под подпись заместителя директора по учебно-воспитательной работе, классных руководителей первых классов, учителей, работающих в первых классах, педагога-психолога, медицинского работника, ответственного за организацию питания и ответственного за охрану труда.
21. Классным руководителям первых классов ознакомить родителей (законных представителей) обучающихся с настоящим приказом на первом организационном родительском собрании, но не позднее 19.09.2026г.
22. Ответственным работникам при обработке результатов мониторинга адаптации обучающихся обеспечить соблюдение законодательства Российской Федерации о персональных данных и конфиденциальности сведений об обучающихся.
23. Контроль исполнения настоящего приказа возложить на заместителя директора по учебно-воспитательной работе Табурчиновой Е.К..

Директор _____ Албычаков И.Н.

С приказом ознакомлены:

Заместитель директора по УВР _____ Табурчинова Е.К.

Педагог-психолог _____ Артонова Н.И.

Медицинский работник _____ Боргоякова С.Г.

Ответственный за организацию питания _____ Киргинекова Л.А.

Классный руководитель 1 класса _____ Чебодаева А.В.

Приложение 1
к приказу № 133 от 31.08.2026

РЕЖИМ
учебного дня обучающихся первых классов
на 2026/2027 учебный год

1. Режим учебного дня в сентябре — октябре 2026 года

Элемент режима	Время	Продолжительность
Прием обучающихся, организованное начало дня	08:15	15 минут
Первый урок	08:30–09:05	35 минут
Перемена	09:15–09:50	10 минут
Второй урок	10:00–10:35	35 минут
Большая перемена, горячее питание	10:55–09:40	20 минут
Третий урок	09:40–10:15	35 минут
Динамическая пауза	10:15–10:55	40 минут
Игровая, развивающая или внеурочная деятельность — при наличии в расписании	с 10:55	В соответствии с расписанием

Примечание: время начала занятий корректируется школой с сохранением установленной продолжительности уроков, перемен и динамической паузы.

2. Режим учебного дня в ноябре — декабре 2026 года

Элемент режима	Время	Продолжительность
Прием обучающихся, организованное начало дня	07:45–08:00	15 минут
Первый урок	08:00–08:35	35 минут
Перемена	08:35–08:45	10 минут
Второй урок	08:45–09:20	35 минут
Большая перемена, горячее питание	09:20–09:40	20 минут
Третий урок	09:40–10:15	35 минут
Динамическая пауза	10:15–10:55	40 минут
Четвертый урок	10:55–11:30	35 минут
Перемена перед пятым уроком физической культуры — при его наличии	11:30–11:40	10 минут

Элемент режима	Время	Продолжительность
Пятый урок физической культуры — один раз в неделю при наличии в расписании	11:40–12:15	35 минут

3. Режим учебного дня в январе — мае 2027 года

Элемент режима	Время	Продолжительность
Прием обучающихся, организованное начало дня	07:45–08:00	15 минут
Первый урок	08:00–08:40	40 минут
Перемена	08:40–08:50	10 минут
Второй урок	08:50–09:30	40 минут
Большая перемена, горячее питание	09:30–09:50	20 минут
Третий урок	09:50–10:30	40 минут
Динамическая пауза	10:30–11:10	40 минут
Четвертый урок	11:10–11:50	40 минут
Перемена перед пятым уроком физической культуры — при его наличии	11:50–12:00	10 минут
Пятый урок физической культуры — один раз в неделю при наличии в расписании	12:00–12:40	40 минут

4. Общие требования к режиму учебного дня

4.1. Конкретное расписание занятий составляется отдельно для каждого первого класса.

4.2. Продолжительность урока не может превышать установленную настоящим приказом продолжительность.

4.3. Динамическая пауза не является учебным занятием и используется для двигательной активности, прогулки, игр и отдыха обучающихся.

4.4. При неблагоприятных погодных условиях динамическая пауза проводится в помещении.

4.5. Проведение дополнительных занятий, консультаций и иных мероприятий, увеличивающих обязательную учебную нагрузку первоклассников, не допускается.

4.6. Время проведения горячего питания может быть скорректировано с учетом графика работы школьной столовой при сохранении необходимой продолжительности перемены.

Приложение 2
к приказу № 133 от 31.08.2026

ПЛАН
контроля адаптации обучающихся первых классов
в 2026/2027 учебном году

№	Мероприятие	Сроки	Ответственный	Форма фиксации результата	Управленческое решение
1	Проверка готовности учебных кабинетов первых классов к началу учебного года	До 1 сентября 2026 года	Заместитель директора по УВР, ответственный за охрану труда, медицинский работник	Акт готовности, лист контроля	Устранение выявленных нарушений до начала занятий
2	Проверка расписания уроков, перемен, питания и динамической паузы	До утверждения расписания	Заместитель директора по УВР	Экспертный лист, утвержденное расписание	Корректировка расписания
3	Наблюдение за эмоциональным состоянием и поведением первоклассников в начале обучения	1–15 сентября 2026 года	Классные руководители, педагог-психолог	Карты наблюдения	Определение обучающихся, нуждающихся в дополнительном сопровождении
4	Посещение уроков в первых классах с целью оценки соблюдения щадящего режима	Сентябрь — октябрь 2026 года	Директор, заместитель директора по УВР	Карта посещения урока, справка	Методические рекомендации учителям
5	Контроль продолжительности уроков, перемен и динамической паузы	Еженедельно в сентябре и октябре, далее — выборочно	Заместитель директора по УВР	Лист оперативного контроля	Устранение нарушений, корректировка режима
6	Контроль чередования видов деятельности, проведения физкультурных минуток и гимнастики для глаз	Сентябрь — ноябрь 2026 года	Заместитель директора по УВР	Аналитическая справка	Индивидуальные рекомендации педагогам
7	Первичная психологическая диагностика адаптации обучающихся	Сентябрь — октябрь 2026 года	Педагог-психолог	Аналитическая информация, индивидуальные карты	Формирование группового и индивидуального сопровождения
8	Анкетирование родителей по вопросам адаптации	Октябрь 2026 года	Педагог-психолог, классные	Обобщенные результаты анкетирования	Консультации и родительское собрание

№	Мероприятие	Сроки	Ответственный	Форма фиксации результата	Управленческое решение
	детей к школьному обучению		руководители		
9	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	Ежемесячно	Классные руководители, медицинский работник	Сводная информация	Разработка профилактических мер
10	Проверка соблюдения безотметочного обучения отсутствия обязательных домашних заданий	Октябрь и декабрь 2026 года	Заместитель директора по УВР	Справка по итогам проверки электронных журналов и рабочих материалов	Устранение нарушений, методическая помощь
11	Проведение психолого-педагогического консилиума по вопросам адаптации первоклассников	Ноябрь 2026 года	Заместитель директора по УВР, педагог-психолог	Протокол ППк	Утверждение индивидуальных мер сопровождения
12	Повторная диагностика адаптации обучающихся	Декабрь 2026 года	Педагог-психолог	Аналитическая справка	Корректировка сопровождения во втором полугодии
13	Анализ соблюдения ступенчатого режима за первое полугодие	Декабрь 2026 года	Заместитель директора по УВР	Аналитическая справка	Издание приказа или принятие решения по итогам контроля
14	Контроль состояния обучающихся после зимних каникул и перехода на уроки продолжительностью 40 минут	Январь 2027 года	Классные руководители, педагог-психолог, медицинский работник	Карты наблюдения, информация	Корректировка индивидуальной нагрузки
15	Дополнительная диагностика детей, испытывающих трудности адаптации	Февраль — март 2027 года	Педагог-психолог	Индивидуальное заключение	Продолжение либо изменение программы сопровождения
16	Итоговый анализ адаптации обучающихся первых классов	Май 2027 года	Заместитель директора по УВР, педагог-психолог	Итоговая аналитическая справка	Определение задач сопровождения обучающихся во втором классе