

Приложение № 6  
к приказу № 304 от 26.08.2022 г.

Для  
документа **УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ гимназия № 65  
И.В.Куликова



## **Положение о режиме занятий обучающихся**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ гимназия № 65 (далее – Гимназия) разработан в соответствии с:

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

– СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;

– СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;

– Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115;

– Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629;

– Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 17.03.2020 г. №103 «Об утверждении временного порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

– Уставом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Гимназия № 65 имени Н.Сафронова».

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательной деятельности в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

1.4. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися Гимназии и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися общего образования.

### **2. Режим занятий обучающихся, осваивающих программы начального общего, основного общего и среднего общего образования**

2.1. Учебный год в Гимназии начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с Учебным планом Основной 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 обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: триместры в 1-9 классах, полугодия в 10,11 классах. Количество триместров в учебном году – 3.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет 7 календарных дней

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в Календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

2.6. Обучение в Гимназии ведется по 5-дневной учебной неделе с шестым развивающим днем в 1-11-х классах.

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

2.8. Количество уроков не превышает:

– для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры;

– для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6-дневной учебной неделе;

– для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;

– для обучающихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

2.9. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков – 8.00.

2.10. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 40 минут.

2.11. Продолжительность уроков в 1-м классе, составляет:

– 35 минут – в сентябре-декабре;

– 40 минут – в январе-мае.

В 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения.

2.12. Расписание звонков:

- для 1-го класса:

Урок	Сентябрь-декабрь	Январь-март	Перемена
1	8.00-8.35	8.00-8.40	10/10 минут
2	8.45-9.20	8.50-9.30	10/15 минут
3	9.30-10.10	9.45-10.25	20/20 минут
4	10.30-11.05	10.45-11.25	10/15 минут
5	11.15-11.50	11.40-12.20	

- для 2-11 классов:

Урок	Первая смена	Перемена
1	8.00-8.40	10 минут
2	8.50-9.30	15 минут
3	9.45-10.25	20 минут
4	10.45-11.25	15 минут
5	11.40-12.20	15 минут
6	12.35-13.15	10 минут
7	13.25-14.05	

После каждого урока обучающимся предоставляются перерывы, в том числе для приема пищи.

2.13. Расписание звонков регламентируется на каждый учебный год приказом директора Гимназии.

2.14. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7-10 лет не позднее 16.00 часов, для детей 10-18 лет не позднее 18.00 часов.

## **1. Особенности организации образовательной деятельности**

3.1. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов, а также при составлении расписания уроков чередуют различные по сложности предметы в течение дня и недели.

3.2. При проведении уроков по иностранному языку, технологии на уровнях общего образования, по информатике на уровнях основного общего и среднего общего образования, физической культуре на уровне среднего общего образования допускается деление класса на две подгруппы при наполняемости класса не менее 25 человек. При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам.

3.3. 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).

3.4. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам. 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.

3.5. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в спортивном зале.

Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%.

3.6. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3 классах – 1,5 ч., в 4-5 классах – 2 ч., в 6-8 классах – 2,5 ч., в 9-11 классах – до 3,5 ч.

3.7. В Гимназии организовано медицинское обслуживание обучающихся. Медицинские осмотры обучающихся организуются и проводятся в порядке, установленном Федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

3.8. Обучающиеся после перенесенного заболевания допускаются к занятиям в Гимназии только при наличии справки врача.

3.9. В Гимназии по запросу родителей (законных представителей) обучающихся могут открываться группы продленного дня обучающихся 1-4 классов, которые начинают свою работу после окончания уроков. Режим работы каждой группы утверждается приказом директора Гимназии.

## **2. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

2.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

2.2. Одновременное использование обучающимися на занятиях более двух различных ЭСО не допускается.

2.3. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Продолжительность урока не должна превышать 30 минут.

## **5. Режим внеурочной деятельности**

5.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы занятий, кружков, секций, детских общественных объединений и др.

5.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с обучающимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

5.3. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

5.4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин. для отдыха со сменой вида деятельности.

## **6. Режим двигательной активности учащихся**

6.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:

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

6.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

6.3. 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-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

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

## **7. Режим трудовых занятий учащихся**

7.1. В Гимназии запрещается привлечение учащихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).

7.2. С согласия учащихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация летней трудовой практики, продолжительность которой устанавливается решением педагогического совета Гимназии

### **8. Режим каникулярного времени**

8.1. Каникулы – плановые перерывы при получении образования для отдыха и иных социальных целей в соответствии с законодательством об образовании и Календарным учебным графиком Гимназии.

8.2. В каникулярное время Гимназия осуществляет организацию отдыха и оздоровления обучающихся. Возложение на обучающихся обязанностей по освоению общеобразовательной программы (по выполнению домашних заданий и пр.) в каникулярный период не допускается.

8.3. Привлекать обучающихся в каникулы к каким-либо мероприятиям Гимназия может только с их согласия, а применительно к несовершеннолетним обучающимся – с согласия их родителей (законных представителей).

8.4. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель.

Рассмотрено на заседании Ученического совета,  
Протокол № 1 от 24.08..2022 г.

Рассмотрено на заседании Совета родителей,  
Протокол № 1 от 25.08.2022 г.

Рассмотрено и одобрено на заседании  
педагогического совета, протокол № 1 от 26.08.2022 г.