

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №17» г. Черкесска  
(МБОУ «Гимназия №17» г. Черкесска)

РАССМОТРЕНО  
Педагогическим советом  
МБОУ «Гимназия №17» г. Черкесска  
(Протокол от 30.08.2024 г. № 1)



## Режим занятий обучающихся

### 1. Общие положения

1.1 . Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Гимназия № 17» г. Черкесска (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,
- уставом Гимназии

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 образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

### 2. Учебный год

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. Учебный год для обучающихся очно-заочной формы обучения может переноситься не более чем на один месяц и начинаться 1 октября. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

Для обучающихся заочной формы обучения учебный год может переноситься не более чем на три месяца. Заканчивается учебный год для обучающихся очно-заочной и заочной форм обучения в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.

2.3. 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.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды:

- в 1-9 классах – четверти;
- в 10-11 классах - полугодия.

Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-х классов в середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, полугодий, 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 основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

### 3. Режим занятий

3.1. Обучение в Гимназии в 1-11-х классах ведется по пятидневной учебной неделе.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по пятидневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

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

- 35 мин в сентябре – декабре;
- 40 мин в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в гимназии организованы в *две смены*.

Начало уроков в *первую смену* – 08 ч 00 мин,

*во вторую* – 13 ч 30 мин.

Обучение 1,5,9-11 классов проводятся в первую смену

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв не менее 10 мин, после третьего урока – 20 мин. Продолжительность перемены между последним уроком (занятием) и началом внеурочных/дополнительных занятий составляет не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – март
1	08:00–08:35	08:00–08:40
2	08:45–09:20	08:50–09:30
3	09:40–10:15	09:40–10:20
4	10:35–11:10	10:40–11:20

3.6. Расписание звонков для 2-11-х классов:

<b>Сентябрь - май</b>		
<b>Урок</b>	<b>Первая смена</b>	<b>Вторая смена</b>
1	8:00–8:40	13:30–14:10
	перемена 10 минут	перемена 10 минут
2	8:50–9:30	14:20–15:00
	перемена 10 минут	перемена 10 минут
3	9:40–10:20	15:10–15:50
	перемена 20 минут	перемена 20 минут
4	10:40–11:20	16:10–16:50
	перемена 10 минут	перемена 10 минут
5	11:30–12:10	17:00–17:40
	перемена 10 минут	перемена 10 минут
6	12:20–13:00	17:50–18:30
	перемена 30 минут	Уборка и дезинфекция помещений
7	13:10–13:50	

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

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;
- 7 – 11-х классах – семи.

**Максимальная учебная нагрузка учеников при 5-дневной учебной неделе не более**

Классы	Количество учебных часов
1	21 ч
2-4	23 ч
5	29 ч
6	30 ч
7	32 ч
8-9	33ч
10-11	34 ч

3.8. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

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

5.3. 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 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 зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

4.5. Педагогические работники обеспечивают следующую плотность учебной работы обучающихся к общему времени на уроках:

- в 1-4 классах - 60–80 процентов;
- в 5-9 классах – 70-90 процентов;
- в 10-11 классах – 70-90 процентов.

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

#### **5. Особенности режима занятий при электронном**

## и дистанционном обучении

5.1. Гимназия вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

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

5.3. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

5.4. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5.5. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.6. 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 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

5.5. Учебные занятия с применением электронного обучения и дистанционных технологий проводятся с учетом существующих гигиенических требований СанПиН 1.2.3685-21:

Продолжительность непрерывного использования персонального компьютера на уроках составляет:

- для учащихся 1-2 классов – не более 20 минут;
- для учащихся 3-4 классов - не более 25 минут;
- для учащихся 5-9 классов – не более 30 минут
- для учащихся 10-11 классов - не более 35 минут

Урок	Дистанционная форма	Дистанционная форма
1	8:00–8:30	13:20-13:50
	перемена 20 минут	перемена 20 минут
2	8:50–9:20	14:10-14:40
	перемена 20 минут	перемена 20 минут

3	9:40–10:10	15:00-15:30
	перемена 20 минут	перемена 20 минут
4	10:30–11:00	15:50-16:20
	перемена 20 минут	перемена 20 минут
5	11:20-11:50	16:40-17:10
	перемена 20 минут	перемена 20 минут
6	12:10-12:40	17:30-18:00
	перемена 40 минут	

## **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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