

ПРИНЯТО

на заседании Педагогического совета
Протокол от 30.08.2024 № 1

СОГЛАСОВАНО

на заседании Совета Гимназии № 1 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Гимназии № 1

_____ О.А.Ананьева

Приказ от 30.08.2024 г. № 208

Режим занятий обучающихся

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий режим занятий учеников муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Гимназия №1 – Центр образования» (далее – Гимназия № 1) 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 условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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 от 22.03.2021 № 115;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №372 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования";
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования";
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования".

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. Продолжительность учебного года при получении начального общего, основного общего, среднего общего образования составляет 34 недели, в 1 классе – 33 недели.

2.2. Учебный год в Гимназии № 1 начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.3. Для 9 и 11 классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

2.4. Учебный год для учеников очно-заочной, заочной форм обучения начинается не позднее 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.5. Организация образовательной деятельности в Гимназии № 1 осуществляется по учебным четвертям.

2.6. С целью профилактики переутомления предусматривается чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

2.7. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.

2.8. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, 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 № 1 ведется по пятидневной учебной неделе.

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 школе организованы в одну смену: занятия начинаются 8:30 часов утра и заканчиваются не позднее 18 часов.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв не менее 10 минут, после второго и третьего урока – 20 минут.

3.5. Расписание звонков для 1-х классов

	сентябрь-октябрь	ноябрь-декабрь	январь-май
1-й урок	8.30 - 9.05	8.30 - 9.05	8.30 - 9.10
1 перемена	9.05 - 9.15	9.05 - 9.15	9.10 - 9.20
2-й урок	9.15 - 9.50	9.15 - 9.50	9.20 - 10.00
Динамическая пауза	10.00 - 10.50	10.00 - 10.50	10.00 - 10.50
3-й урок	11.10 - 11.45	11.10 - 11.45	11.10 - 11.50
3 перемена		11.45 - 12.10	11.50 - 12.10
4-й урок		12.10 - 12.50	12.10 - 12.50

4 перемена		12.50 - 13.00	12.50 – 13.00
5 –й урок		13.00 - 13.35	13.00 - 13.40

Расписание звонков для 2–11-х классов (понедельник – пятница)

Номер урока	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й урок	8.30 - 9.10	10 мин
2-й урок	9.20 - 10.00	10 мин
3-й урок	10.10 - 10.50	20 мин
4-й урок	11.10 - 11.50	20 мин
5-й урок	12.10 - 12.50	10 мин
6-й урок	13.00 - 13.40	10 мин
7-й урок	13.50 – 14.30	

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.

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.

Количество уроков для обучающихся с ОВЗ не превышает:

- во 2–4-х классах – пяти;
- 5–11-х классах – шести.

4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

4.1. При наличии необходимых условий (кадровых, финансовых, материально-технических и иных условий) возможно деление классов на группы при проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей).

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

4.3. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.

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. 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).

4.5. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). 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 процентов.

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 18:00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

5.5. При необходимости использовать наушники время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.

6.РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ В ПЕРИОД НИЗКИХ ТЕМПЕРАТУР

6.1. С учетом наступления зимнего периода и возможности понижения температур Гимназия № 1 может изменить очную форму образования и применить обучение в дистанционной форме и с использованием электронных образовательных ресурсов.

6.2. Низкими температурами для изменения формы обучения являются:

- для обучающихся начальных классов — минус 23-25 градусов Цельсия;
- для обучающихся 5-9 классов — минус 26-28 градусов Цельсия;
- для обучающихся 10-11 классов — от минус 31 градуса Цельсия и ниже.

6.3. Учебные занятия в помещении Гимназии № 1 с температурой ниже +18 градусов не проводятся.

7. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ В ПЕРИОД РОСТА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ (ОРВИ, ГРИПП, COVID-19)

7.1. Начало занятий для разных классов устанавливается в разное время, но не ранее 8 часов 30 минут, чтобы максимально развести контакты детей.

7.2. На входе в школу учащиеся проходят термометрию для выявления лиц с температурой тела 37,1°C и выше. Таких учащихся незамедлительно изолируют до прихода родителей или приезда бригады скорой помощи.

7.3. За каждым классом закрепляются отдельные учебные кабинеты, в которых учащиеся обучаются по всем предметам, за исключением занятий, требующих специального оборудования (в том числе физическая культура, трудовое обучение, технология, физика, химия).

7.4. Деятельность групп продленного дня организуется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями. Для организации прогулок территорию школьной площадки закрепляют за каждой группой, для входа-выхода из Гимназии № 1 используют запасные выходы.

7.5. Перемены не должны совпадать с классами, находящимися в смежных учебных кабинетах.

7.6. При выявлении фактов заболевания суммарно ОРВИ, гриппом и новой коронавирусной инфекцией 20% и более от численности обучающихся одного класса (группы) или 20% и более от численности обучающихся Гимназии № 1 принимается решение о временном приостановлении образовательной деятельности по классу (группе) и (или) в целом по Гимназии № 1, либо о переходе на обучение в дистанционной форме и с использованием электронных образовательных ресурсов.

8.РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

8.2. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

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

8.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 20 минут.

8.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

9.РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ В ГРУППЕ ПРОДЛЕННОГО ДНЯ

9.1. В Гимназии № 1 по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продленного дня обучающихся. Режим работы групп продленного дня утверждается локальным актом Гимназии № 1.