

**Принято**  
педагогическим советом  
Протокол № 1  
от « 26 » августа 2024 г.

**Утверждаю**  
Директор МБОУ «Гимназия №11  
г. Лениногорска» ЛМР РТ  
Г.Т. Шарифуллина  
Введено в действие приказом №-1380Д  
от « 27 » августа 2024 г.



## **ПОЛОЖЕНИЕ о режиме обучающихся**

**муниципального бюджетного образовательного учреждения  
«Гимназия №11 г. Лениногорска» МО «ЛМР» РТ**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Гимназия №11 г. Лениногорска», (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.

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 правилами и гигиеническими нормативами.

### **2. Учебный год**

2.1. Учебный год в школе 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 впервые следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения 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.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель, в 1-х классах – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти, количество четвертей в учебном году – 4, полугодия – 2.

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

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (триместров), 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 школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1-х классах;
- по шестидневной учебной неделе в 2 – 4, 5–11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

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

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв: после 1,2,3,4,5 уроков - 15 мин, после 6,7 уроков – 5 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

### **1-е классы (понедельник)**

<b>Образовательная деятельность</b>	<b>Сентябрь–октябрь</b>	<b>Ноябрь–декабрь</b>	<b>Январь–май</b>
1-й урок	8:00–8:30	8:00–8:30	8:00–8:30
1-я перемена	8:30 – 8:45	8:30 – 8:45	8:30 – 8:45
2-й урок	8:45–9:20	8:45–9:20	8:45–9:25
Динамическая пауза	9:20–10:00	9:20–10:00	9:25–10:00
3-й урок	10:00–10:35	10:00–10:35	10:00–10:40
3-я перемена	10.35-10.50	10.35-10.50	10:40-10:55
4-й урок	10.50-11.25	10.50-11.25	10:55-11:35
4-я перемена	–	-	11:35-11:50
5-й урок	–		11:50-12:30
Перерыв между уроками и занятиямивнеурочной деятельности	30 минут	30 минут	30 минут
Внеурочная деятельность	С 11:55	С 11:55	С 13:00

### 1-е классы (вторник- пятница)

Образовательная деятельность	Сентябрь–октябрь	Ноябрь–декабрь	Январь–май
1-й урок	8:00–8:35	8:00–8:35	8:00–8:40
1-я перемена	8:35 – 8:50	8:35 – 8:50	8:40 – 8:55
2-й урок	8:50–9:25	8:50–9:25	8:55–9:35
Динамическая пауза	9:25–10:05	9:25–10:05	9:35–10:15
3-й урок	10:05–10:40	10:05–10:40	10:15–10:55
3-я перемена	10.40-10.55	10.40-10.55	10:55-11.10
4-й урок	10.55-11.30	10.55-11.30	11:10-11:50
4-я перемена	–	-	11:50-12.00
5-й урок	–		12:00-12.40
Перерыв между уроками и занятиямивнеурочной деятельности	30 минут	30 минут	30 минут
Внеурочная деятельность	С 12:00	С 12:00	С 13:10

### Расписание звонков для 2-11 классов

ПОНЕДЕЛЬНИК	
урок	время
1 урок	8.00 – 8.30
2 урок	8.45 – 9.30
3 урок	9.45 – 10.30
4 урок	10.45 – 11.30
5 урок	11.45 – 12.30
6 урок	12.40 – 13.25
7 урок	13.30 – 14.15
ЧЕТВЕРГ	
урок	время
1 урок	8.00 – 8.15
2 урок	8.20 - 9.05
3 урок	9.20 - 10.05
4 урок	10.20 - 11.05
5 урок	11.20 - 12.05
6 урок	12.20 - 13.05
7 урок	13.20 - 14.05
8 урок	14.10 - 14.55

ВТОРНИК, СРЕДА, ПЯТНИЦА	
урок	время
1 урок	8.00 – 8.45
2 урок	9.00 – 9.45
3 урок	10.00 – 10.45
4 урок	11.00 – 11.45
5 урок	12.00 – 12.45
6 урок	12.55 – 13.40
7 урок	13.45 – 14.30
СУББОТА	
урок	время
1 урок	8.00 – 8.45
2 урок	9.00 – 9.45
3 урок	10.00 – 10.45
4 урок	11.00 – 11.45
5 урок	11.50 – 12.35
6 урок	12.40 – 13.25

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся 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 – 9-х классах – шести;
- 9– 11-х классах – семи.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 15.00, для детей 10–18 лет не позднее 16.00.

## **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.

4.3. 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 цифровых образовательных ресурсов (далее – ЦОР).

При использовании на занятии ЦОР 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%.

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

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

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЦОР 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.

## **6. Режим внеурочной деятельности**

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

6.2. 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.


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







Лист согласования к документу № 226 от 08.09.2024  
Инициатор согласования: Шарифуллина Г.Т. Директор  
Согласование инициировано: 08.09.2024 11:25

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Шарифуллина Г.Т.		 Подписано 08.09.2024 - 11:26	-