# УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРА-ЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

# Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №1»

(МБОУ «Гимназия №1»)

ул. Кирова, д.30, район Центральный, г. Норильск, Красноярский край, 663305,

телефон: (3919) 23 83 01, 23 84 72, Факс: (3919) 23 83 01,

E-mail: norilsk-gim1@ mail.ru, http//www/gmn1.ru

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «Гимназия №1»

С.А.Савенкова

«31» августа 2019 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ МБОУ «Гимназия № 1»

#### І. Общие положения

1.1 Положение о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Гимназия № 1» (далее — Гимназия) устанавливается на основе требования санитарных норм СанПиН 2.4.2.2821-10. Изменений в нормы СанПиН от 24.11. 2015 г; Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", Устава Гимназии, Учебного плана Гимназии и Правил внутреннего распорядка обучающихся.

1.1 Настоящее положение регламентирует режим занятий обучающихся и режим функционирования Гимназии, периоды организации образовательного процесса, ка-

никул, внеурочной деятельности.

1.1 Режим занятий обучающихся по умолчанию действует в течение учебного года, до внесения изменений. Изменение режима занятий возможно на основании приказа директора гимназии. Все виды расписаний занятий обучающихся утверждаются приказом директора гимназии.

1.1 Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися гимназии и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися начального общего, основного общего и среднего общего образования.

1.1 Текст настоящего Положения размещается на информационных стендах и официальном сайте Гимназии в сети Интернет.

# II. Организация образовательного процесса

- 2.1 Организация образовательного процесса в гимназии осуществляется в соответствии с основной образовательной программой начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования Гимназии, на основе учебного плана, разрабатываемого и утверждаемого в гимназии самостоятельно, в соответствии с учебным планом, а также годовым календарным учебным графиком и регламентируется расписанием занятий, соответствующим санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам.
- 2.2 С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти. Между четвертями каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха учащихся (здоровье сберегающий подход).

- 2.3 Годовой календарный учебный график утверждается приказом директора гимназии с учетом мнения педагогического совета по согласованию с Управлением общего и дошкольного образования Администрации г. Норильска.
- 2.4 Количество классов-комплектов гимназии зависит от количества обучающихся и условий, созданных для осуществления образовательного процесса с учетом санитарных норм.
- 2.5 Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана гимназии, состоящего из федерального и школьного компонента или из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не должно в совокупности превышать величину максимально допустимой недельной образовательной нагрузки.
- 2.6 При проведении учебных занятий по «Иностранному языку» во 2-11 классах, «Технологии» в 5-9 классах, «Физической культуре» в 10-11 классах, по «Информатике и ИКТ», «Естествознанию», «Физике», «Химии» (по время практических занятий), при проведении элективных курсов, классы делятся на две группы при наполняемости 25 человек. Возможно деление 9 классов при организации предпрофильной подготовки.
- 2.7 При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам.

### III. Режим образовательного процесса.

- 3.1 Гимназия работает по 6-дневной рабочей неделе. В воскресенье и праздничные дни образовательное учреждение не работает.
- 3.2 Учебный год начинается с 1 сентября, если этот день приходится на выходной день, то в таком случае учебный год начинается в следующий за ним рабочий день.
  - 3.3 Продолжительность учебного года составляет:
  - в 1-м классе 33 недели;
- во 2-9, 11 классах не менее 34 недель (без учета государственной итоговой аттестации);
  - в 10 классах 35 недель (с учетом военных сборов).
  - 3.4 Учреждение проводит учебные занятия в одну смену.
- 3.1 Учебные занятия проводятся в соответствии с санитарногигиеническими правилами и возрастом обучающихся, учебным планом Гимназии и расписанием уроков, кружков, спортивных секций, утверждённых директором учреждения.
  - 3.2 Учебные занятия в Гимназии проводятся:
  - в 1-5 классах по 5-ти дневной учебной неделе;
  - в 6-11 классах по 6-ти дневной учебной неделе.
- 3.3 Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:
- согласно СанПиП 2.4.2.2821-10. образовательный процесс в 1-х классах организуется только по пятидневной учебной неделе;
- продолжительность учебного года для 1 классов 33 недели. В соответствии с СанПиН в 1-х классах применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки:
  - о в сентябре, октябре 3 урока по 35 минут;
  - о в ноябре, декабре 4 урока по 35 минут каждый:
  - о в январе- мае 4 урока по 40 минут;

организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительно-

стью 40 минут;

- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучении.
  - 3.4 Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 45 минут.
  - 3.5 Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

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

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

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

для обучающихся 8-11 классов - не более 7 уроков.

Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работо-способности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

- 3.6 При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.
- 3.7 Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2 уроке; 2-4 классов 2 3 уроках; для обучающихся 5 11-х классов на 2 4 уроках.
- 3.8 В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах).
- 3.9 Расписание учебных занятий составляется в начале учебного года, при этом учебная нагрузка обучающихся не должна превышать норм предельно допустимых нагрузок, определенных санитарно-эпидемиологическими правилами (таблица 1) и корректируется во втором полугодии.

Таблица 1

Гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся

	Классы Максимально допустимая аудитор- ная недельная нагрузка (в академи- ческих часах) <*>		Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности	
Классы				
			(в академических часах) <**>	
	при 6-дневной	при 5-дневной	Независимо от продолжительности учеб-	
	неделе, не более	неделе, не более	ной недели, не более	
1	-	21	10	
2-4	26	23	10	
5	32	29	10	
6	33	30	10	
7	35		10	
8-9	36	33	10	
10-11	37	34	10	

Примечание:

«\*> Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть, учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

3.10 Занятия для обучающихся начинаются в 09.00.После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв (перемена) не менее 10 минут. Для органи-

<sup>&</sup>lt;\*\*> Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

зации питания в режим обучающихся вносятся две перемены продолжительностью не менее 20 минут.

#### 3.11 Расписание звонков:

	Понедельник-пятница	
1 урок	09.00 - 9.45	1.5
2 урок	10.00 - 10.45	15 минут
	11.05 11.50	20 минут
3 урок	11.05 - 11.50	20 минут
4 урок	12.10 - 12.55	
	10 10 12 55	15 минут
5 урок	13.10 - 13.55	20 минут
6 урок	14.15 - 15.00	
• 1		10 минут
7 урок	15.10 - 15.55	10 минут
8 урок	16.05 - 16.50	10 111111
J 1	Суббота	
1 урок	09.00 - 9.45	
2	10.00 - 10.45	15 минут
2 урок	10.00 - 10.43	20 минут
3 урок	11.05 - 11.50	
4	12.05 - 12.50	15 минут
4 урок	12.05 - 12.50	10 минут
5 урок	13.00 - 13.45	
	12.55 14.40	10 минут
6 урок	13.55 - 14.40	

3.12 Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

3.13 Внеурочная деятельность, индивидуальные, групповые занятия, занятия в группах продленного дня организуются после учебных занятий.

3.14 Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений;

- организованных подвижных игр на переменах;

- динамической паузы для обучающихся 1-х классов;

- спортивного занятия для детей, посещающих группу продленного дня;

- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, Дней здоровья;

- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

3.15 Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамической паузы или спортивного занятия соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

3.16 Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивномассовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Обучающиеся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подго-

товительной и специальной группам, занимаются физической культурой со сниже-

нием физической нагрузки

3.17 В Гимназии может осуществляться присмотр и уход в группах продленного дня при создании условий, включающих организацию полдника и прогулок для всех учащихся.

### IV.Режим выполнения домашних занятий.

- 4.1 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.

## V. Режим трудовых занятий обучающихся.

5.1. На занятиях технологии, предусмотренных образовательными программами, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

5.2. Все работы в мастерских и кабинетах домоводства обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

- 5.3. При организации практики и занятий общественно полезным трудом обучающихся, предусмотренных образовательной программой, связанных с большой физической нагрузкой (переноска и передвижение тяжестей), необходимо руководствоваться санитарно-эпидемиологическими требованиями к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста.
- 5.4. Не допускается привлекать обучающихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе 18-ти лег, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

### VI.Режим внеклассной деятельности.

- 6.1 Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы группы продленного дня, кружков, секций, детских общественных объединений.
- 6.2 Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы гимназии разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несет учитель, воспитатель, который назначен приказом директора.
- 6.3 Факультативные, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 40 минут после окончания уроков.
  - 6.4 Часы групповых и индивидуальных занятий входят в объем максималь-

но допустимой нагрузки.

6.5 При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены — 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

## VII. Режим деятельности при организации группы продленного дня.

- 7.1. В Гимназии по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продленного дня обучающихся, которые начинают свою работу после окончания уроков. Режим работы каждой группы утверждается приказом директора гимназии.
- 7.2. В Гимназии устанавливается наполняемость классов и групп продленного дня в количестве 25 человек.
- 7.3. Пребывание обучающихся в группе продленного дня. одновременно с образовательным процессом, может охватывать период времени пребывания обучающихся в гимназии с 09.00 до 18 19.00 часов.

Комплектовать группы продленного дня рекомендуется из обучающихся одного класса либо параллельных классов.

- 7.4. В режиме группы продленного дня должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, самоподготовка, общественно-полезный труд, кружковая работа и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- 7.5. После окончания учебных занятий в гимназии для восстановления работоспособности и обучающихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых длительностью не менее 2 часов.
- 7.6. При выполнении обучающимися домашних заданий (самоподготовка) следует соблюдать следующие рекомендации: приготовление уроков проводить в закрепленном учебном помещении, оборудованном мебелью, соответствующей росту обучающихся. Начинать самоподготовку в 15 16 часов, так как к этому времени отмечается физиологический подъем работоспособности; ограничивать длительность выполнения домашних заданий, чтобы затраты времени на выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2 3 классах 1,5 ч, в 4 - 2 ч; предоставлять по усмотрению обучающихся очередность выполнения домашних заданий, рекомендуя при этом начинать с предмета средней трудности для данного обучающегося; предоставлять обучающимся возможность устраивать произвольные перерывы по завершению определенного этапа работы: проводить "физкультурные минутки" длительностью 1 2 минуты; предоставлять обучающимся, закончившим выполнение домашних заданий раньше всей группы, возможность приступить к занятиям по интересам (в игровой, библиотеке).
- 7.7. Внеурочную деятельность реализуют в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований и т.п. Длительность занятий зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности, как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, должны составлять не более 50 минут в день для обучающихся 1 2 классов, и не более полугора часов в день для остальных классов. На музыкальных занятиях рекомендуется шире использовать элементы ритмики и хореографии. Просмотры телепередач и кинофильмов не следует проводить чаше двух раз в неделю с ограничением длительности просмотра до 1 часа для обучающихся 1 3 классов и 1.5 для обучающихся 4 8 классов.
- 7.8. Для организации различных видов внеурочной деятельности использовать общешкольные помещения: читальный, актовый и спортивный залы, библиотека, а также помещения близко расположенных учреждений культуры и спорта
- 7.9. При организации группы продленного дня в гимназии предусмотрено трехразовое питание обучающихся: завтрак на второй или третьей перемене во время учебных занятии; обед в период пребывания на продленном дне в 13-14 часов, полдник в 16 17 часов.