

КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Мурманска «Гимназия № 5»
(МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 5»)

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 5»
«15» сентября 2023 № 155-од

Положение

о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения г. Мурманска «Гимназия № 5»

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 5 (далее – ОО) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- санитарными правилами и нормами СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СанПиН 2.4. 3648-20),
- санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21),
- 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 образовательной деятельности в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

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. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет 34 недели, в 1-м классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды – триместры. Количество триместров в учебном году – три.

1 триместр – 01 сентября – 30 ноября (12 учебных недель)

2 триместр – 01 декабря – 28 февраля (11 учебных недель)

3 триместр

1 классы – 01 марта – 19 мая (10 учебных недель)

2-8 классы – 01 марта – 26 мая (11 учебных недель)

9 классы – 01 марта – окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации (10 недель)

10 классы – 01 марта – 26 мая (11 учебных недель, включая учебные сборы)

11 классы – 01 марта – окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации (10 учебных недель).

Если 26 мая приходится на выходной день, то в этом случае учебный год заканчивается в предыдущий рабочий день.

2.4. После окончания учебного периода предусмотрены каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 9 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся в середине второго триместра.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, 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 федеральных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в ОО осуществляется по пятидневной учебной неделе.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет не более 45 минут (в период полярной ночи - 40 минут). Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – октябре (три урока в день)

- 35 минут в ноябре – декабре (четыре урока в день);
- 40 минут в январе – мае (четыре урока в день, один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры).

В 1-м классе в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

3.3. Учебные занятия в ОО организованы в одну смену.

Начало уроков в – 08.30 (1 класс в сентябре – феврале начало уроков в 09.00, в период полярной ночи все классы в 09.00).

3.4. Расписание звонков для 1-го класса:

| Урок | сентябрь | октябрь– декабрь | январь - февраль | март - май |
|-------------------------|--------------------|------------------|------------------|-----------------|
| 1 урок | 09.00 - 09.35 | 09.00 - 09.35 | 09.00 – 09.40 | 08.30 – 09.10 |
| 2 урок | 09.55 - 10.30 | 09.50 - 10.25 | 09.50 – 10.30 | 09.20 – 10.00 |
| | Динамическая пауза | | | |
| 3 урок | 11.05-11.45 | 11.05 -11.40 | 11.10 – 11.50 | 10.40 – 11.20 |
| 4 урок | | 11.55 - 12.30 | 12.05 – 12.45 | 11. 35 – 12. 15 |
| Внеурочная деятельность | 12.00-18.00 | 12.50-18.00 | 13.05 – 18.00 | 12.25 – 13.05 |

Расписание звонков для остальных классов:

| Урок | Время урока 45 мин | Длительность перемен |
|------|-----------------------|-------------------------|
| 1 | 08.30-09.15 | 10 минут |
| 2 | 09.25-10.10 | 15 минут |
| 3 | 10.25-11.10 | 15 минут |
| 4 | 11.25-12.10 | 20 минут |
| 5 | 12.30-13.15 | 20 минут |
| 6 | 13.35-14.20 | 15 минут |
| 7 | 14.35-15.20 | |

| Время урока 40 мин | Длительность перемен |
|-----------------------|-------------------------|
| 09.00 – 09.40 | 10 минут |
| 09.50 – 10.30 | 15 минут |
| 10.45 – 11.25 | 15 минут |
| 11.40– 12.20 | 20 минут |
| 12.40 – 13.20 | 20 минут |
| 13.40 – 14.20 | 15 минут |
| 14.35 – 15.15 | |

3.5. 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 – 6-х классах – шести уроков;
- 7 – 11-х классах – семи уроков.

3.6. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 18.00, с 11-18 лет не позднее 20.00.

4. Особенности организации образовательной деятельности

4.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более групп и различной организации учебной деятельности в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих изучение иностранного языка, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов при наполняемости класса не менее 25 человек и/или наличии финансовых возможностей ОО.

4.2. 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.

4.3. 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 ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СанПиН 2.4.3648–20 и СанПиН 1.2.3685–21.

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.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора гимназии.

6.2. На основании ст.28 «Закона об образовании в Российской Федерации» в ОО определен режим проведения занятий в 1-11 классах «Разговоры о важном» в понедельник в начале учебного дня, в 6-11 классах «Россия - мои горизонты»/ «Билет в будущее» в четверг после 5 урока, в 1-11 классах «На Севере - жить!» (региональная программа патриотического воспитания Мурманской области) в пятницу после 5 урока. Указанные занятия могут быть не только аудиторными, но и проводиться в иных формах, предусмотренных планами воспитательной работы, в том числе в виде экскурсий, тематических смен, профессиональных проб и другое.

В дни проведения занятий «Разговор о важном», «Билет в будущее», «На Севере – жить!» продолжительность уроков 40 мин.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 20 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.