

Принято на педагогическом  
Совете гимназии  
Протокол от 30.08.2022 № 1



Принято с учетом мнения  
Совета обучающихся  
Протокол от 30.08.2022 г. № 1

Принято с учетом мнения  
Совета родителей  
Протокол от 30.08.2022 № 1

## ЛОКАЛЬНЫЙ АКТ № 20

# Положение о режиме занятий обучающихся МБОУ «Гимназия № 11 г. Ельца»

## 1. Общие положения

### 1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии

- с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"

- 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 МБОУ «Гимназия №11 города Ельца» (далее - Гимназия).

1.2. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

1.4. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми участниками образовательных отношений. Исключения могут составлять лица, получившие специальные рекомендации по режиму занятий, например, рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии для лиц с ограниченными возможностями здоровья; для указанных лиц будет разработан индивидуальный режим занятий.

1.5. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Гимназии в сети Интернет.

## 2. Режим образовательного процесса

2.1. Учебный год в гимназии начинается 1 сентября и заканчивается 20 мая. 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 без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе - 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти или полугодия. Количество четвертей в учебном году - 4, полугодий - 2.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Продолжительность каникул: по окончании 1, 2, 3 четверти составляет 9 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти (9 календарных дней). По окончании учебного года обучающимся предоставляются летние каникулы продолжительностью не менее 8 недель.

Продолжительность учебных четвертей: 1, 2, 4 – 8 учебных недель, 3 четверть – 10 учебных недель (для 2-11 классов), 9 учебных недель для 1 классов.

2.5. 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. Календарный график на каждый учебный год утверждается приказом директора гимназии.

2.6. Занятия в гимназии начинаются в 08.00; проведение нулевых уроков не допускается (п. 3.4.15 СП 2.4.3648-20). Занятия в гимназии проводятся в одну смену при 5-дневной учебной неделе, уроки заканчиваются в 14:00, дополнительные занятия в рамках

реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций завершаются до 19.00 – для детей 7-10 лет и до 20.00 – для детей 10-18 лет. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков, предусматривается между их началом и последним уроком перерыв продолжительностью не менее 30 минут (абз. 13 п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20).

Нормативы продолжительности учебных занятий для обучающихся разбиты по классам, а для первоклассников – по сезону. В период с сентября по декабрь продолжительность уроков в 1-х классах не более 35 минут, с января по май – 40 минут, как для всех обучающихся гимназии.

Учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе, установленной в гимназии, для первоклассников не превышает 21 час, для обучающихся 2-4-х классов – 23 часа, 5-х классов – 29 часов, 6-х классов – 30 часов, 7-х классов – 32 часа, 8-9-х классов – 33 часа, 10-11-х классов – 34 часа.

2.7. В соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.3648-20» расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

для учеников 1-х классов - 4 урока в день, если в расписание включено 2 урока физкультуры в неделю; для обучающихся 2-4-х классов - 4 урока и 1 раз в неделю – 5 уроков, в расписании - 3 урока физкультуры в неделю. Для 5-6-х классов максимум – 6 занятий, для 7-11-х классов – 8 занятий в день.

Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену,
- обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый; в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

В группах продленного дня созданы условия, включающие организацию полдника и прогулок для всех обучающихся.

Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в среду.

2.8. Продолжительность перемен: по 10 минут обычные перемены, 20 минут – 2 перемены для приема пищи и 40 минут – динамическая пауза для 1-х классов;

количество видов учебной деятельности на учебном занятии: для начальной школы – 3-7, для остальных – 5-7 видов; продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии: для младших школьников – 5-7 минут, для остальных – 7-10 минут;

общий недельный объем внеурочной деятельности – не более 10 часов;

продолжительность выполнения домашних заданий: для 1-х классов – 1 час; для 2-3-х классов – 1,5 часа; 4-5-х классов – 2 часа; 6-8-х классов – 2,5 часа; 9-11-х классов – 3,5 часа.

2.9. В условиях необходимости профилактики новой коронавирусной инфекции вводятся изменения в режим работы Гимназии:

#### **График прихода обучающихся в Гимназию**

Время	Выход №1	Выход №2	Выход №3	Выход №4
7:30	5«А», 5«Б», 5«В», 5«Г», 5«М»	6 «А», 6 «Б», 6 «В», 6 «Г», 6 «Д», 6 «Л»	1«А», 1«Б», 1«В», 1«Г»	2 «А», 2«Б», 2 «В»2 «Г», 2 «Д»
7:40	7 «А», 7 «Б», 7 «В»,	9 «А», 9 «Б», 9 «В»,	3 «А», 3 «Б», 3	4 «А», 4 «Б», 4

	7 «Г», 8 «А», 8 «Б»	8 «В», 8 «Г», 8 «Д»	«В», 3 «Г»	«В», 4 «Г»
7:50	10 «А», 10 «Б», 10 «В», 10 «Г», 11 «А»	9 «Г», 9 «Д», 11 «Б», 11 «В», 11 «Г»		

2.10. В соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями при реализации образовательных программ соблюдаются следующие условия: объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего - 70% и образовательной программы среднего общего образования - 60%. Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки.

2.11. Расписание звонков:

1 урок	2 урок	3 урок	4 урок	5 урок	6 урок	7 урок
8.00 – 08.40	08.50 – 09.30	9.40 – 10.20	10.40 – 11.20	11.40 – 12.20	12.30 – 13.10	13.20 – 14.00

2.11. Горячее питание учащихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным директором гимназии.

2.12. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся при 5-дневной учебной неделе не превышает предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся и составляет:

аудиторная нагрузка час в неделю	1 класс	2-4 классы	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10-11 классы
	21	23	29	30	32	33	33	34

2.13. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели.

2.14. В гимназии установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.

2.15. При проведении занятий по иностранному языку и трудовому обучению, физической культуре, по информатике и ИКТ на уровне основного общего, среднего общего образования допускается деление класса на две группы при наполняемости класса не менее 25 человек.

2.16. В гимназии для обучающихся 10-11 классов формируются профильные классы. Профиль (направленность) определяется на основании анализа запроса родителей (законных представителей) и обучающихся и наличия кадрового состава, имеющего необходимые для работы в профильных классах профессиональные характеристики. Организация профильного обучения в 10-11 классах не должна приводить к увеличению образовательной нагрузки.

2.17. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в начальной, средней и старшей школе проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз. 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 (п. 3.5.13 СП 2.4.3648-20). Физкультминутки, гимнастику для глаз, контроль за осанкой учителя проводят во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (абз. 3 п. 2.10.3 СП 2.4.3648-20).

2.18. Организация учебного процесса в гимназии предусматривает порядок использования таких электронных средств обучения, как интерактивные доски, сенсорные экраны, информационные панели и иные средства отображения информации, а также компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки. Эти устройства обязательно должны иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия и использоваться без нарушений инструкции по эксплуатации и технического паспорта. Минимальная диагональ монитора

персонального компьютера и ноутбука должна быть не менее 39,6 см, планшета – 26,6 см. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается (п. 2.4.5 СП 2.4.3648-20).

2.19. В гимназии ограничена общая продолжительность использования электронных средств обучения на уроке: использование интерактивной доски детьми до 10 лет не должно превышать 20 минут, старше 10 лет – 30 минут, компьютера – для учеников 1-2-х классов – 20 минут, 3-4-х классов – 25 минут, 5-9-х классов – 30 минут, 10-11-х классов – 35 минут. В части применения ноутбуков обучающимися начальных классов это возможно только при наличии дополнительной клавиатуры (п. 3.5.4 СП 2.4.3648-20). Если же с помощью электронного средства детям демонстрируются фильмы, программы или иная информация, требующая ее фиксации в тетрадях, то непрерывно использовать экран учащимся начальных классов разрешается не более 10 минут, 5-9-х классов – 15 минут.

Зрительная дистанция до экрана монитора должна составлять не менее 50 см, а для планшетов экран монитора размещается на столе под углом наклона 30° (п. 3.5.7 СП 2.4.3648-20).

Наушники допускается применять непрерывно не более часа для всех возрастных групп при условии, что уровень громкости не превышает 60% от максимальной (п. 3.5.10 СП 2.4.3648-20).

Не допускается одновременное использование обучающимися на занятиях более двух различных электронных средств (например, интерактивной доски и персонального компьютера, интерактивной доски и планшета, причем если используются 2 средства, то суммарное время работы с ними не должно превышать максимума по одному из них).

2.20. Для слабовидящих обучающихся 1-4 классов при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не должна превышать 10 минут; для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего общего образования, - не более 15 минут.

2.21. Не допускается использование для образовательных целей мобильных средств связи и размещение базовых станций подвижной сотовой связи на собственной территории гимназии.

2.22. Обучающиеся 1-4 классов размещаются в закрепленных за каждым классом учебных кабинетах, за исключением обучения, требующего специального оборудования (уроки технологии, музыки, проводятся в специальных кабинетах). Образовательный процесс для обучающихся 5-11-х классов организован по кабинетной системе, поскольку гимназия может обеспечить детей учебной мебелью в соответствии с их ростом во всех учебных кабинетах, включая лаборатории Школьного Кванториума (п. 3.4.6-3.4.7 СП 2.4.3648-20). За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников гимназии.

2.23. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

1 класс	2-3 классы	4-5 классы	6-8 классы	9-11 классы
не более 1 часа	1,5 ч.	2 ч.	2,5 ч	3,5 ч.

2.24. В гимназии организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры учащихся организуются и проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.25. Учащихся допускают к занятиям в гимназии после перенесенного заболевания только при наличии справки врача.

2.26. В гимназии организуется работа по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний.

2.27. В классном журнале оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносят сведения о его антропометрических данных, группе здоровья, медицинской группе для занятий физической культурой, номере необходимой учебной мебели, а также медицинские рекомендации.

2.28. Журналы успеваемости и дневники обучающихся ведутся в гимназии в электронном виде.

## 2.29. Показатели организации образовательного процесса в гимназии:

Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3, ч/день	
	для детей старше 7 лет	2,0 ч/день	
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возраста	1,0 ч/день	
Утренняя зарядка, продолжительность не менее	до 7 лет	10 мин	
	старше 7 лет	15 мин	
Продолжительность труда не более	производственная практика в гимназии, лагеря труда и отдыха	12-13 лет	2,0 ч в день
		14-15 лет	2,5 ч день
		16-18 лет	3,5 ч день

### 3. Режим внеурочной деятельности.

3.1. Групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 1 час после окончания последнего урока в данном классе.

3.2. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы внеурочной деятельности, кружков, секций, детских общественных объединений, филиалов организаций дополнительного образования, действующих на базе школы или города.

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

3.4. Выход за пределы гимназии разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, назначенный приказом директора.

3.5. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только согласно утверждённому расписанию.

3.6. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 15 минут для отдыха со сменой вида деятельности

3.7. В гимназии по желанию и запросам родителей (законных представителей) при наличии необходимых условий могут открываться группы продленного дня обучающихся (в установленном законом порядке), которые начинают свою работу после окончания уроков.

3.8. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных: проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализация образовательных проектов, организация экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и т. п. (абз. 3 п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20).

3.9. Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

### 4. Режим каникулярного времени.

4.1. Сроки каникул определяются утверждённым календарным учебным графиком. Продолжительность каникул после 1, 2, 3 четверти должна составлять 9 календарных дней после каждой четверти. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти (9 календарных дней). По окончании учебного года обучающимся предоставляются летние каникулы продолжительностью не менее 8 недель.

### 5. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

5.1. Оценка индивидуальных достижений обучающихся осуществляется по окончании

каждого учебного периода:

- 1 класса - по итогам учебного года (безотметочное обучение);
- 2-9 классов – по итогам четвертей, учебного года (балльное оценивание);
- 10-11 классов - по полугодиям (балльное оценивание).

Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами школы.

5.2. Государственная (итоговая) аттестация в выпускных 9 и 11 классах проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Министерства Просвещения РФ.

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

6.1. При использовании электронных средств обучения (ЭСО) на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами. Продолжительность использования ЭСО:

Электронные средства обучения	Классы	на уроке, мин, не более	суммарно в день в школе, мин, не более	суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), мин, не более
1	2	3	4	5
Интерактивная доска	5-7 лет	7	20	-
	1-3 классы	20	80	-
	4 классы	30	90	-
	5-9 классы	30	100	-
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	30	120	-
Интерактивная панель	5-7 лет	5	10	-
	1-3 классы	10	30	-
	4 классы	15	45	-
	5-6 классы	20	80	-
	7-11 классы, 1-2 курс ПОО	25	100	-
Персональный компьютер	6-7 лет	15	20	-
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	35	70	170
Ноутбук	6-7 лет	15	20	-
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	35	70	170

Планшет	6-7 лет	10	10	-
	1-2 классы	10	30	80
	3-4 классы	15	45	90
	5-9 классы	20	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	20	80	150

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

6.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

6.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики.