

## **Режим занятий обучающихся в МБОУ гимназия №1**

### **1. Общие положения**

Настоящий режим занятий учащихся в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении города Полярные Зори «Гимназия №1» (далее -МБОУ 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 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 22.03.2022 № 115, Уставом МБОУ гимназия №1.

### **2. Организация занятий обучающихся.**

2.1. Учебный год в МБОУ гимназия №1 начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день. Учебный год заканчивается в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком, соответствующим общеобразовательной программе. Начало учебного года может переноситься в учреждении при реализации общеобразовательной программы в очно-заочной форме обучения не более чем на один месяц, в заочной форме обучения – не более чем на три месяца.

2.2. Учебный год составляют учебные периоды: для 1 - 9 классов - четверти; для 10-11 классов - полугодия. Количество четвертей - 4, полугодий – 2.

2.3.Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся в 1 классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы. Сроки и продолжительность каникул в каждом учебном году определяются календарным учебным графиком, разрабатываемым гимназией.

2.4. В период осенних, зимних, весенних каникул обучающиеся в добровольном порядке участвуют в спортивных соревнованиях, массовых мероприятиях, праздниках, акциях, предусмотренных планом работы школы.

2.5. Обучение в МБОУ гимназия № 1 ведется в 1 - 11 классах - по пятидневной учебной неделе.

2.6. Продолжительность урока во 2-11-х классах составляет 40 минут.

2.7. Расписание звонков утверждается директором школы на каждый учебный год

2.8. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований: использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый (для прохождения учебной программы уроки заменяются целевыми прогулками на свежем воздухе, уроками физической культуры, уроками - играми, уроками - театрализациями, уроками экскурсиями, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый и один день- 5 уроков за счет урока физической культуры); организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут; обучение проводится без балльного оценивания занятий учащихся и домашних заданий.

2.9. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся перемены, продолжительностью не менее 20 минут. Питание в школе осуществляется согласно графику, в специально предусмотренном помещении – в столовой.

2.10. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет - от 30 и более минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.11. Организация воспитательного процесса в школе регламентируется расписанием работы группы продленного дня, занятий внеурочной деятельностью. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием, утвержденным директором школы

2.12. МБОУ гимназия №1 самостоятельно разрабатывает и утверждает образовательные программы в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами и с учетом Федеральных основных образовательных программ.

2.13. Общеобразовательная программа включает в себя учебный план, календарный учебный график, рабочие программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), оценочные и методические материалы, а также иные компоненты, обеспечивающие обучение и воспитание учащихся.

2.14. Учебный план общеобразовательной программы определяет перечень, трудоёмкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных видов учебной деятельности обучающихся и формы промежуточной аттестации.

2.15. При реализации общеобразовательных программ используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

2.16. При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на её части реализация общеобразовательных программ в МБОУ гимназия № 1 осуществляется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий вне зависимости от ограничений, предусмотренных ФГОС, если реализация образовательных программ без применения указанных технологий и перенос сроков обучения невозможны.

2.17. Перевод обучающихся на дистанционное обучение оформляется приказом директора МБОУ гимназия №1. Обучение организуется в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20, Положением об электронном обучении и использовании дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ МБОУ гимназия

№1. 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.

2.18. Последовательность учебных занятий определяется расписанием на основании учебного плана, учебных программ, санитарно-гигиенических норм и утверждается директором МБОУ гимназия №1.

2.19. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учащихся и шкалой трудности учебных предметов в соответствии с требованиями СанПиН.

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

2.21. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

2.22. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, не превышает величины недельной образовательной нагрузки.

2.23. Недельная учебная нагрузка определяется в соответствии с санитарноэпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, учебным планом МБОУ гимназия № 1.

2.24. В МБОУ гимназия №1 по желанию и запросам родителей могут открываться группы продленного дня. Зачисление в группы продленного дня производится на основании заявления родителей (законных представителей) приказом директора школы, заключается договор (Положение о группе продлённого дня).

2.25. В МБОУ гимназия № 1 допускается деление класса на подгруппы при наполняемости не менее 25 человек при проведении занятий по иностранному языку, информатике и ИКТ, по технологии, по физической культуре (на уровне среднего общего образования). При наличии необходимых условий и средств возможно деление классов на группы с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам, а в 10-11 классах при организации профильного обучения.

2.26. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения учащихся на уроках используются физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

2.27. В оздоровительных целях создаются условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности учащихся через утреннюю зарядку; уроки физической культуры; физкультминутки на уроках; внеклассные спортивные занятия и соревнования, Дни здоровья, подвижные перемены; прогулка на свежем воздухе.

