

Утверждаю:
Директор ГБОУ Школы № 1955
Климова О.А.
«20» 12 2021 года



ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения города Москвы «Школа №1955»

1. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение разработано с учетом:
 - Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 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", утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28;
 - 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 РФ от 28.01.2021 г. № 2;
 - Уставом ГБОУ Школы № 1955.
- 1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся ГБОУ Школы № 1955 (далее - Школа).
- 1.3. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора Школы.
- 1.4. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми учащимися Школы и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получения учащимися общего образования.

2. Режим образовательного процесса

- 2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.
- 2.2. Продолжительность учебного года на всех уровнях основного общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе - 33 недели.
- 2.3. Учебный год составляют учебные периоды: триместры или полугодия. Количество триместров - 3. Количество полугодий - 2.

2.4. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком. Календарный график на каждый учебный год согласовывается с Управляющим Советом школы и утверждается приказом директора Школы.

2.5. Обучение в Школе ведется по 5-ти дневной учебной неделе.

2.6. Продолжительность урока во 2-х - 11-х классах составляет 45 минут.

2.7. В соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- сентябрь – октябрь: по 3 урока в день по 35 минут каждый (для прохождения учебной программы четвертые уроки заменяются целевыми прогулками на свежем воздухе, уроками-играми, уроками-театрализациями, уроками-экскурсиями);
- ноябрь – декабрь: по 4 урока в день по 35 минут каждый;
- январь – май: по 4 урока в день по 40 минут каждый, один день 5 уроков;
- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут,

Учебные занятия в Школе начинаются в 8:30. Проведение "нулевых" уроков в образовательном учреждении не допускается.

2.8. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 2-х перемен, продолжительностью не менее 20 минут.

2.9. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором Школы по согласованию с Управляющим советом учреждения.

2.10 Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся, установленную СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания":

- 1 классы - 21 час в неделю;
- 2-4 классы - 23 часа в неделю;
- 5 класс - 29 часов в неделю;
- 6 класс - 30 часов в неделю;
- 7 класс - 32 часа в неделю;
- 8 – 9 классы - 33 часа в неделю;

– 10 - 11 классы – 34 часа в неделю.

- 2.11 Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами (СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания").
- 2.12 В Школе установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.
- 2.13 С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в начальной и основной школе проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.
- 2.14 В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%.
- 2.15 В оздоровительных целях в Школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся:
 - 3 (2) урока физической культуры в неделю;
 - физкультминутки на уроках;
 - подвижные перемены;
 - внеклассные спортивные занятия и соревнования;
 - Дни здоровья.

3. Режим каникулярного времени.

- 3.1. С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане обучающихся должно быть предусмотрено чередование периодов учебного времени, сессий и каникул. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.
- 3.2. Для обучающихся в первом классе предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения.
- 3.3. Сроки каникул утверждаются директором Школы по согласованию с Учредителем.

4. Режим внеурочной деятельности.

- 4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием кружков и секций.
- 4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при

проведении подобных мероприятий несет учитель, воспитатель, который назначен приказом директора.

- 4.3. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.
- 4.4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более академического часа организуются перемены - 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.
- 4.5. В Школе по желанию и запросам родителей (законных представителей) может быть открыта группа продленного дня обучающихся, которая начинает свою работу после окончания уроков.

5. Режим дня дошкольных структурных подразделений

Режимные моменты	Группа раннего возраста 2-3 года	Младшая группа 3-4 года	Средняя группа 4-5 лет	Старшая группа 5-6 лет	Подготовительная группа 6-7 лет
Утренний приём, осмотр, игры, общение, ежедневная утренняя гимнастика, дежурство	7.00-8.10	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.25	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.10-8.40	8.20-8.55	8.25-8.55	8.25-8.50	8.30-8.50
Игры, самостоятельная деятельность детей, свободное общение детей	8.40-9.00	8.55-9.00	8.55-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная образовательная деятельность, развивающие образовательные ситуации на игровой основе, занятия со специалистами	9.00-9.10	9.00-10.00	9.00-10.00	9.00-10.40	9.00-10.50
Второй завтрак	9.10-9.20	10.00-10.10	10.00-10.10	10.10-10.20	10.10-10.20
Подготовка к прогулке, прогулка	9.20-11.30	10.10-12.00	10.10-12.15	10.50-12.30	10.50-12.40
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-11.55	12.00-12.15	12.15-12.30	12.30-12.40	12.40-12.50
Подготовка к обеду, обед	11.55-12.30	12.15-12.45	12.30-13.00	12.40-13.10	12.50-13.15
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.00	12.45-15.00	13.00-15.00	13.10-15.00	13.15-15.00

Постепенный подъём, воздушные, водные процедуры	15.00-15.15	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25	15.00-15.25
Полдник	15.15-15.30	15.25-15.50	15.25-15.50	15.25-15.40	15.25-15.40
Игры, общение и выбор самостоятельной деятельности	15.30-16.15	15.50-16.30	15.50-16.30	15.40-16.30	15.40-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка	16.15-17.50	16.30-17.50	16.30-17.50	16.30-18.00	16.30-18.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность, уход детей домой	17.50-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00	18.00-19.00	18.00-19.00