

**ЛОКАЛЬНЫЙ НОРМАТИВНЫЙ АКТ**  
муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
«Гимназия № 1» г. Перми

Принято на заседании  
педагогического совета  
(протокол от 30.08.2019 г. № 01)

**УТВЕРЖДЕНО**  
приказом директора МАОУ «Гимназия  
№1» г. Перми  
от 30.08.2019 г. № 059-08/8-01-09/4-172

Принято с учетом мнения Совета  
родителей (законных  
представителей) обучающихся  
(протокол от 26.08.2019 г. № 1)

Принято с учетом мнения Совета  
обучающихся  
(протокол от 29.08.2019 г. № 1)

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

г. Пермь  
2019

## ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся

### 1. Общие положения

1.1 Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Санитарно-эпидемиологическими правилами СанПиН 2.4.2.2821-10, уставом МАОУ «Гимназия № 1» г. Перми (далее – Учреждение).

1.2. Положение устанавливает режим занятий обучающихся в учебное, внеурочное и каникулярное время. Режим занятий действует в течение учебного года, принимается с учетом мнения родителей (законных представителей) обучающихся и утверждается приказом директора Учреждения. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора Учреждения.

### 2. Режим образовательного процесса

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября. Если это число приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года в 1-х классах – 33 недели, во 2–11-х классах – не менее 34 недель без учета периода государственной (итоговой) аттестации.

2.3. Учебный год в Учреждении в 1–9-х классах делится на четверти, в 10–11-х классах – на полугодия.

2.4. При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).

2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, утверждаемым приказом директора Учреждения. 2

2.6. Обучение в Учреждении осуществляется в две смены. Во вторую смену не могут обучаться учащиеся 1-х, 5-х, 9-х, 11-х классов, профильных классов.

2.7. Обучение в Учреждении ведется:

в 1–3-х классах по 5-ти дневной учебной неделе;

в 4–11-х классах по 6-ти дневной учебной неделе

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

2.9. В соответствии с требованиями санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах используется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- Сентябрь, октябрь — по 3 урока продолжительностью 35 минут;

- Ноябрь, декабрь — по 4 урока и один день по 5 уроков продолжительностью 35 минут;

- Январь - май — по 4 урока и один день по 5 уроков продолжительностью 45 минут.

2.10. Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8.00 часов. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 3-х перемен в первую смену и не менее 2-х перемен во вторую смену, продолжительностью не менее 20 минут.

2.12. Расписание звонков:

ПЕРВАЯ СМЕНА	
1 урок	08.00 – 08.45
2 урок	08.55 – 9.40
Обеденный перерыв – 20 минут	

3 урок	10.00 – 10.45
Обеденный перерыв – 20 минут	
4 урок	11.05 – 11.50
Обеденный перерыв – 20 минут	
5 урок	12.10 – 12.55
6 урок	13.05 – 13.50
<b>ВТОРАЯ СМЕНА</b>	
7 урок	14.00 – 14.45
Обеденный перерыв – 20 минут	
8 урок	15.05 – 15.50
Обеденный перерыв – 20 минут	
9 урок	16.10 – 16.55
10 урок	17.05 – 17.50
11 урок	18.00 – 18.45
12 урок	18.50 – 19.30

2.13. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором Учреждения.

2.14. Учебные нагрузки обучающихся не должны превышать нормы, определенные требованиями СанПиН к организации учебного процесса. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с таблицей:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах)		Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)
	6-дневная учебная неделя, не более	5-дневная учебная неделя, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
1		21	10
2-3		23	10
4	26		10
5	32		10
6	33		10
7	35		10
8-9	36		10
10-11	37		10

2.15. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4-х классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6-дневной учебной неделе;
- для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11-х классов - не более 7 уроков.

Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 8 - 11 классов - не более 8 уроков.

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

2.17. При проведении занятий по иностранному языку и технологии в 5-9-х и 10-11-х классах, физической культуре в 10-11-х классах, по информатике, физике, химии (во время практических занятий) допускается деление класса на две группы при наполняемости более 25 человек. При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам, а также 1-4-х классов при изучении иностранного языка.

2.18. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

2.19. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся 1-4-х классов основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физкультуры, а для обучающихся 5-9-х и 10-11-х классов – предметы естественно-математического и гуманитарного циклов.

2.20. Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводиться на 2 уроке; 2-4 классов – на 2-3 уроках; для обучающихся 5-11-х классов – на 2-4 уроках.

2.21. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.22. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.

### **3. Режим каникулярного времени**

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

4

### **4. Режим внеурочной деятельности**

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием внеурочной деятельности, работы кружков, секций, детских общественных объединений.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеурочные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Организованный выход обучающихся за пределы Учреждения разрешается только после издания соответствующего приказа директора. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, педагогический работник, который назначен приказом директора.

4.3. Факультативные, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком перерыв составляет не менее 45 минут.

4.4. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой нагрузки. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий.

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