

Утверждено приказом  
№ 870 от 02.11.2017г.  
директор  
Н.В. Афонина



## Положение о режиме занятий обучающихся

МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 7»

### 1. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с:
  - Законом РФ «ОБ ОБРАЗОВАНИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ» (от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ), Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
  - «Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.2821-10», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189.
  - Уставом МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 7».
  - Образовательной программой гимназии.
  - Учебным планом «Гимназия № 7».
- 1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся гимназии в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации.
- 1.3. Организация образовательной деятельности в гимназии регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми гимназией самостоятельно.
- 1.4. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися, их родителями (законными представителями) и работниками гимназии.
- 1.5. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте гимназии в сети Интернет.

### 2. Режим учебной деятельности обучающихся

- 2.1. Первый и последний день учебного года в гимназии для обучающихся 1–11 классов определяется календарным учебным графиком. Календарный учебный график утверждается приказом директора.
- 2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти в 1-9 классах, 10-11 классах на полугодия. Между четвертями каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха обучающихся (здоровье сберегающий подход).
- 2.3. В целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с календарным учебным графиком и составляет:
  - в 1,9,11 классах — 33 учебные недели,

— во 2–8, 10 классах — 34 учебные недели

- 2.4. В 9-х и 11-х классах продолжительность аттестационного периода и летних каникул определяется с учетом прохождения обучающимися итоговой аттестации.
- 2.5. В гимназии устанавливается пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями суббота и воскресенье (для учащихся 1-4 классов) и 6 дневная учебная неделя с одним выходным – воскресенье (для учащихся 5-11 классов).
- 2.6. Продолжительность каникул в течение учебного года 1 классы – 36 дней, 2-11 классы – 33 дня. Для обучающихся первых классов в течение года устанавливаются дополнительные каникулы - 9 дней, 2-11 классы – 6 дней. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями гимназии может организовываться работа пришкольных оздоровительных лагерей по согласованию с комитетом по образованию администрации города Мурманска.
- 2.7. Исходя из п.п. 2.1-2.6. настоящего Положения в Школе используется следующий календарный учебный график:

Учебная четверть	Начало	Окончание	Количество учебных недель
I	01.09.2017	28.10.2017	8
II	06.11.2017	25.12.2017	7
III	09.01.2018	24.03.2018	10
IV			
1 классы	02.04.2018	25.05.2018	8
2-8, 10 классы		31.05.2018	9
9, 11 классы		25.05.2018	8
<b>Всего:</b>			
<b>1, 9, 11 классы</b>			33
<b>2 – 8, 10 классы</b>			34

- 2.8. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом директора гимназии.
- 2.9. В гимназии обучение осуществляется в одну смену
- 2.10. Внеклассная и внеурочная деятельность осуществляется в соответствии с расписаниями и планами внеурочной деятельности и работой эстетического центра.
- 2.11. Учебные занятия начинаются в 09.00. Проведение нулевых уроков не допускается.
- 2.12. Расписание учебных занятий составляется в строгом соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели.

— Для обучающихся 1-х классов устанавливается:

- "ступенчатый" режим обучения в 1 полугодии;
- учебные занятия проводятся только в 1 смену;
- организован облегчённый учебный день в середине учебной недели;
- проводится не более 4-х уроков в день и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- в середине учебного дня (после третьего урока) проводится динамическая пауза.

- обучение без домашних заданий;
  - продолжительность урока – в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый с обязательным проведением двух физкультминуток по 1,5-2 минуты каждая (на 10 и 20 минутах урока).
- для обучающихся 2–4-х классов — не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5–7-х классов — не более 7 уроков;
- для обучающихся 8–11-х классов — не более 8 уроков.
- В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2–4-м уроках.
- 2.13. Продолжительность урока (академический час) во 2–11 классах составляет не более 45 минут.
- 2.14. Расписание звонков в течение учебной недели:

<b>уроки по 40 минут</b>			
Урок	Начало	Окончание	Перемена
кл. час	9:00	9:20	0:05
1	9:25	10:05	0:10
2	10:15	10:55	0:20
3	11:15	11:55	0:20
4	12:15	12:55	0:20
5	13:15	13:55	0:10
6	14:05	14:45	
<b>уроки по 40 минут</b>			
Урок	Начало	Окончание	Перемена
1	9:00	9:40	0:10
2	9:50	10:30	0:20
3	10:50	11:30	0:20
4	11:50	12:30	0:20
5	12:50	13:30	0:10
6	13:40	14:20	
<b>уроки по 45 минут</b>			
Урок	Начало	Окончание	Перемена
кл. час	9:00	9:20	0:05
1	9:25	10:05	0:10
2	10:15	10:55	0:20
3	11:15	11:55	0:20
4	12:15	12:55	0:20
5	13:15	13:55	0:10
6	14:05	14:45	
<b>уроки по 45 минут</b>			
Урок	Начало	Окончание	Перемена
1	9:00	9:45	0:10
2	9:55	10:40	0:20

3	11:00	11:45	0:20
4	12:05	12:50	0:20
5	13:10	13:55	0:10
6	14:05	14:50	

- 2.15. Обучающиеся должны приходить в гимназию не позднее 8 часов 50 минут. Опоздание на уроки недопустимо.

### **3. Режим питания обучающихся**

- 3.1. Организацию питания обучающихся в гимназии осуществляет сама гимназия.
- 3.2. Для организации питания выделяется столовая, а также помещение для хранения и приготовления пищи.
- 3.3. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика после 2,3,4,5 уроков.
- 3.4. В гимназии предусмотрено двухразовое питание.

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

- 4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа, дополнительное образование организуется в соответствии с расписанием и учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивает баланс между двигательными и статическими занятиями.
- 4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности, дополнительного образования в разновозрастных группах.
- 4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности, дополнительного образования зависит от модели организации внеурочной деятельности, дополнительного образования и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

### **5. Режим двигательной активности обучающихся**

- 5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:
- физкультминуток;
  - организованных подвижных игр на переменах;
  - внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
  - самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.
- 5.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).
- 5.3. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

- 5.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.
- 5.5. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий:

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек	при скорости ветра 6-10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
В условиях Заполярья (Мурманская область)	до 12 лет	-11-13°C	-7-9°C	-4-5°C	Занятия не проводятся
	12-13 лет	-15°C	-11°C	-8°C	
	14-15 лет	-18°C	-15°C	-11°C	
	16-17 лет	-21°C	-18°C	-13°C	

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

## 6. Режим трудовых занятий обучающихся

- 6.1. В гимназии запрещается привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).
- 6.2. С согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация временного трудоустройства несовершеннолетних в свободное от учёбы время.

## 7. Режим выполнения домашних заданий

- 7.1. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):
- во 2–3 классах — 1,5 ч.,
  - в 4–5 классах — 2 ч.,
  - в 6–8 классах — 2,5 ч.,
  - в 9–11 классах — до 3,5 ч.

## 8. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации

- 8.1. Промежуточная аттестация (административные контрольные работы), независимое тестирование в переводных классах проводится в сентябре-октябре, декабре, апреле - мае текущего года без прекращения образовательной деятельности в соответствии с Уставом и решением педагогического совета гимназии.
- 8.2. При проведении промежуточной и итоговой аттестации не допускается проведение более одной административной контрольной работы в день.
- 8.3. Перерыв между проведением административной контрольной работы должен быть не менее 1 дня.

- 8.4. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации обучающихся 9, 11 классах устанавливаются в соответствии с постановлениями Министерств образования и науки Российской Федерации и Мурманской области.