

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 309
Центрального района Санкт-Петербурга

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

«ПРИНЯТО»

Общим собранием

протокол № 1 от «31» августа 2023 г.

_____ В.М. Шаповалова

Приказ № 99 от «31» августа 2023 г.

**Режим занятий обучающихся в
Государственном бюджетном общеобразовательном учреждении
средней общеобразовательной школе №309
Центрального района Санкт-Петербурга**

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №309 Центрального района Санкт-Петербурга (далее – учреждение) 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 условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждёнными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28; СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека фактора среды обитания, утверждёнными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 №2, Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утверждённым приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115, Уставом школы.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утверждённым расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии

с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся, осваивающих образовательные программы начального, основного, среднего уровней общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.3. В соответствии с годовым календарным учебным графиком учебный год составляют учебные периоды: четверти для 1-9 классов и полугодия для 10-11 классов. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней и устанавливается федеральным календарным учебным графиком.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1–9-х классах; по шестидневной учебной неделе в 10-11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 45 мин. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет: – 35 мин по 3 урока в сентябре – октябре; – 35 мин по 4 урока в ноябре – декабре; – 40 мин по 4 урока и 1 день в неделю – не более 5 уроков.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 9:00; окончание уроков не позднее 17:00.

3.4. Обучение в первом классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- для посещающих группу продленного дня организуется питание и прогулки;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

3.5. Расписание звонков

№ урока	Время	Перемена
1 урок	09.00- 09.45	15 минут
2 урок	10.00- 10.45	20 минут
3 урок	11.05- 11.50	20 минут
4 урок	12.10- 12.55	15 минут

5 урок	13.10- 13.55	15 минут
6 урок	14.10- 14.55	10 минут
7 урок	15.05- 15.50	10 минут
8 урок	16.00- 16.45	-

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. В соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

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

3.7. При составлении расписания уроков, чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели:

- Для обучающихся по программе начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранные языки, окружающий мир) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры.
- Для обучающихся по программам основного и среднего общего образования предметы естественно-научного цикла чередуются с гуманитарными предметами.
- Для обучающихся 1 класса наиболее трудные предметы проводятся на 2 уроке; 2-4 классов- на 2-3 уроках; для обучающихся 5-11 классов – на 2-4 уроках. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

3.8. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение динамических пауз 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.

3.9. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в

зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в спортивном зале. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70 процентов.

3.10. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2–3-х классах – не более 1,5 часов; в 4–5-х классах – не более 2 часов; в 6–8-х классах – не более 2,5 часов; в 9–11-х классах – не более 3,5 часов. Домашние задания в 1-м классе не задаются, могут носить только рекомендательный характер.

3.11. В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся, как правило, на 2-4 уроках.

3.12. Организация индивидуального обучения обучающихся на дому проводится на основании заключения лечебного учреждения и с разрешения родителя (законного представителя) обучающегося, в каждом отдельном случае. Количество часов в неделю составляет:

- в 1-4 классах – до 8 часов;

- в 5-7 классах – до 10 часов;

- в 8-9 классах – до 11 часов;

В 10-11 классах – до 12 часов в неделю.

4. Особенности организации образовательного процесса при электронном и дистанционном формате

4.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

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

4.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

4.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.

5. Режим внеурочной деятельности и дополнительного образования

5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

5.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

5.3. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том

числе дистанционные мероприятия.

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

5.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 20 минут

5.6. Внеурочные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочных и дополнительных занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

5.7. Занятия в объединениях дополнительного образования могут проводиться в любой день недели, включая воскресенье и каникулы. Окончание занятий в объединениях дополнительного образования должно быть не позднее 19 часов.

5.8. Максимальная продолжительность занятий в объединениях дополнительного образования в учебные дни составляет 1,5 часа, в выходные и каникулярные дни – 3 часа. После 30-45 минут занятий устраивается перерыв, длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

5.9. Режим занятий объединений дополнительного образования устанавливается расписанием, утверждается директором школы по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

6. Заключительные положения

6.1. Иные особенности режима занятий обучающихся устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.