

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 167 Центрального района
Санкт-Петербурга**

Принято
на Педагогическом совете
ГБОУ школа № 167 Центрального района
Протокол № 13 от 04.06.2025

«Утверждаю»
Директор ГБОУ школа № 167
Центрального района
Бегельдиева С.М.
Приказ № 54 от 05.06.2025

**Положение о режиме занятий обучающихся
Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
средняя общеобразовательная школа № 167 Центрального района
Санкт-Петербурга**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

- 1.1. Настоящий режим занятий обучающихся ГБОУ школы № 167 Центрального района Санкт-Петербурга (далее – школа) 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», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28, Постановлением главного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», Уставом ГБОУ школы № 167 Центрального района Санкт-Петербурга.
- 1.2. Федеральные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием учебных занятий (уроков).
- 1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательной деятельности 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 2025 г. и заканчивается 25 мая 2026 г. в соответствии с календарным учебным графиком на каждом уровне обучения.
- 2.2. Продолжительность учебного года при получении начального общего образования составляет 34 недели, в подготовительном и в 1 классе - 33 недели.
- 2.3. Учебный год составляют учебные периоды – четверти для 1-9 классов, полугодия для 10-11 классов.
- 2.4. Продолжительность учебных четвертей составляет: 1 четверть - 8 учебных недель (для 1 - 9 классов); 2 четверть - 8 учебных недель (для 1 - 9 классов); 3 четверть - 10

учебных недель (для 2 - 9 классов), 9 учебных недель (для 1 классов); 4 четверть - 8 учебных недель (для 1 - 9 классов).

2.5. Продолжительность учебных полугодий составляет 1 полугодие – 16 недель (для 10-11 классов), 2 полугодие – 18 недель (для 10-11 классов).

2.6. После окончания учебного периода следуют каникулы.

Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.7. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике.

3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Урочная деятельность обучающихся в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1-11 классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах - 45 мин.

Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет: – 35 мин в сентябре – декабре; – 40 мин в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков для 1-11 классов в 8:30.

3.4. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большие перемены не менее 20 минут.

Проветривание коридоров, рекреаций и лестничных пролетов осуществляется в течение урока.

3.5. Расписание звонков для учащихся 1 классов:

Расписание звонков 1 класс (I полугодие)			
№ урока	Начало	Окончание	Перемена
1	8.30	9.05	20 мин
2	9.25	10.00	
Динамическая пауза	10.00	10.40	
3	10.40	11.15	20 мин
4	11.35	12.10	10 мин
5	12.20	12.55	

Расписание звонков 1 класс (II полугодие)			
№ урока	Начало	Окончание	Перемена
1	8.30	9.10	10 мин
2	9.20	10.00	
Динамическая пауза	10.00	10.40	
3	10.40	11.20	15 мин
4	11.35	12.15	15 мин
5	12.30	13.10	

3.6 Расписание звонков для учащихся 2-4 классов

Расписание звонков 2-4 классы			
№ урока	Начало	Окончание	Перемена
1	8.30	9.15	10 мин
2	9.25	10.10	20 мин
3	10.30	11.15	20 мин
4	11.35	12.20	20 мин
5	12.40	13.25	10 мин

3.7. Расписание звонков для обучающихся 5-11 классов

Расписание звонков 5-11 классы			
№ урока	Начало	Окончание	Перемена
1	8.30	9.15	10 мин
2	9.25	10.10	20 мин
3	10.30	11.15	20 мин
4	11.35	12.20	20 мин
5	12.40	13.25	20 мин
6	13.45	14.30	15 мин
7	14.45	15.30	

3.8. Расписание занятий составляется в соответствии СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановлением от 28.01.2021г. № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

4.1. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в понедельник или в пятницу.

4.2. 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.

4.3. 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 зале. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических

упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

5. ОСОБЕННОСТИ РЕЖИМА ЗАНЯТИЙ ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ ОБУЧЕНИИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

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

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается.

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. 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.

6. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗАНЯТИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

6.1. Режим внеурочной деятельности организуется в соответствии с планом внеурочной деятельности на каждом уровне образования и расписанием занятий, утвержденным приказом директора школы.

6.2. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным приказом директора школы.

6.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

6.4. При проведении внеурочных курсов возможно деление классов на группы, объединение обучающихся разных возрастов.

6.5. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 20 минут.

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

6.7. Между началом факультативных (дополнительных) занятий, занятий по программам дополнительного образования и последним уроком перерыв составляет не менее 20 минут.

6.8. Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам проводится по группам.