

СОГЛАСОВАНО  
председателем Совета управления  
Гимназии

Протокол № 4  
от « 31 » 08

2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

директор

МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 10»

А.И.Малышкина

№ 231/1

от



## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧЕНИКОВ МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 10»

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий режим занятий учеников МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 10» (далее – гимназия) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 30.06.2020 № 16;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным 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 гимназии 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 учеников уровней начального, основного, среднего 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. Учебный год составляют учебные периоды: четверти или триместры. Количество четвертей в учебном году – 4 (1 – 4-е, 6 – 9-е классы), триместров – 3 (5-е классы), полугодий – 2 (10-11-е классы).

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-11 класса в середине третьей четверти.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (триместров), 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

### 3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучение в гимназист ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1 – 4 классах;
- по шестидневной учебной неделе в 5 – 11 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. в сентябре–декабре;
- 40 мин. в январе–мае.

3.3. Учебные занятия в гимназии организованы в одну смену, три потока. Начало уроков с 8.05. Начало уроков для каждого потока сдвигается в соответствии с пунктом 3.5 настоящего режима занятий.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 15 мин., после второго - пятого уроков – 20 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса (1 поток):

Урок	Сентябрь–декабрь	Январь–март	Апрель–май
1.	8.05 – 8.40	9.00 – 9.40	8.05 – 8.45
2.	9.00 – 9.35	9.55 – 10.35	9.00 – 9.40
3.	10.15 – 10.50	10.55 – 11.35	9.55 – 10.35
4.	11.10 – 11.45	11.55 – 12.35	10.55 – 11.35
5.		12.55 – 13.35	11.55 – 12.35

Расписание звонков для 2 - 4 классов (1 поток):

Урок	Сентябрь – декабрь,	Январь–март	Апрель - май
1.	8.05 – 8.45	9.00 – 9.40	8.05 – 8.45
2.	9.00 – 9.45	9.55 – 10.35	9.00 – 9.45
3.	10.00 – 10.45	10.55 – 11.35	10.00 – 10.45
4.	11.05 – 11.50	11.55 – 12.35	11.05 – 11.50
5.	12.10 – 12.55	12.55 – 13.35	12.10 – 12.55

Расписание звонков для 9 – 11 – х классов (2 поток):

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь–март	Апрель - май
1.	9.00 – 9.45	9.00 – 9.40	9.00 – 9.45
2.	10.00 – 10.45	9.55 – 10.35	10.00 – 10.45
3.	11.05 – 11.50	10.55 – 11.35	11.05 – 11.50
4.	12.10 – 12.55	11.55 – 12.35	12.10 – 12.55
5.	13.15 – 14.00	12.55 – 13.35	13.15 – 14.00
6.	14.15 – 15.00	13.50 – 14.30	14.15 – 15.00
7.	15.15 – 16.00	14.45 – 15.25	15.15 – 16.00

Расписание звонков для 5 – 8 классов (3 поток):

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь–март	Апрель - май
1.	10.00 – 10.45	9.55 – 10.35	10.00 – 10.45
2.	11.05 – 11.50	10.55 – 11.35	11.05 – 11.50
3.	12.10 – 12.55	11.55 – 12.35	12.10 – 12.55
4.	13.15 – 14.00	12.55 – 13.35	13.15 – 14.00
5.	14.15 – 15.00	13.50 – 14.30	14.15 – 15.00
6.	15.15 – 16.00	14.45 – 15.25	15.15 – 16.00

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников и шкалой трудности учебных предметов.

#### **4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ**

4.1. Гимназия вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

4.2. Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СП 3.1/2.4.3598-20, СП 2.4.3648-20 и составляет не более 40 мин.

4.3. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 мин., а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 мин.

4.4. Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.

#### **5. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

5.1. Режим работы кружков, секций, устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором гимназии.

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 гимназии.

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 мин. для отдыха со сменой вида деятельности.

5.5. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 мин.