

Частное учреждение общеобразовательная организация
«Гимназия имени Святого Григора Нарекаци»
Российской и Ново-Нахичеванской Епархии
Святой Армянской Апостольской Православной Церкви
Индекс 127473 , г.Москва, 1-й Шемиловский пер., д. 18. welcome@gsgn.msk.ru
тел., факс: (495)-707-27-47/681-07-65 [http:// www. gsgn. msk. ru](http://www.gsgn.msk.ru)
ОКПО 42016222, ОГРН1157700002745, ИНН/КПП7707333960 /770701001

ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся

Москва
2022

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее Положение) частного учреждения общеобразовательной организации «Гимназия имени Святого Григора Нарекаци» (далее – Гимназия) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 г. №115 (далее –Порядок №115);
- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (далее – СП 2.4.3648-20);
- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №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»(далее – СанПиН1.2.3685-21);
- Уставом Гимназии.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования Гимназии 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.

1.4. Гимназия самостоятельно определяет режим работы, расписание занятий, в том числе, режим полного дня, графики работы сотрудников и учебных занятий обучающихся.

2. Учебный год

2.1. Учебный год начинается, как правило, первого сентября. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в следующий за ним первый рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года составляет:
не менее 33 недель в 1-ом классе;

не менее 34 недель во 2-11 классах без учета государственной итоговой аттестации в 9 и 11 классах;

2.3. Учебный год в 1-9 классах делится на четверти, а в 10-11 классах на полугодия. Количество четвертей в учебном году - 4, полугодий – 2.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются лишь обучающимся 1-х классов в середине третьей четверти.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (полугодий), сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и каникул устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в Гимназии ведётся в режиме 5-дневной учебной недели в соответствии с расписанием занятий с учётом максимально допустимой недельной нагрузки.

3.2. Учебные занятия организованы в одну смену. С целью разведения потоков обучающихся начало уроков в 3 и 4 классах – 09.00; во 2 и 1 классах – 09.20.

3.3. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность урока в 1-ом классе устанавливается с применением «ступенчатого» метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

35 минут в сентябре-декабре, 40 минут в январе-мае.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв.

Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в Гимназии обеспечивается за счет организованных подвижных игр на переменах.

3.5. Во время динамических пауз (перемен) проводятся физкультминутки с упражнениями (согласно Приложениям СанПиН 2.4.2.2821-10):

- для улучшения мозгового кровообращения,
- для снятия утомления с мелких мышц кисти,
- для снятия утомления с плечевого пояса и рук,
- для снятия утомления с мышц туловища,
- для мобилизации внимания,
- гимнастики глаз.

3.6. Расписание звонков для первого класса с сентября по декабрь

Урок (динамическая пауза)	Время/ (продолжительность урока)	Продолжительность перемены
До начала уроков	с прихода в Гимназию	I завтрак (фрукт)
1 урок (10 минут)	09.20 - 09.55 (35 минут)	10 минут
2 урок (10 минут)	10.05 – 10.40 (35 минут)	20 минут/II завтрак (горячий)
3 урок (10 минут)	11.00 – 11.35 (35 минут)	15 минут
4 урок (10 минут)	11.50 – 12.25 (35 минут)	15 минут
5 урок (10 минут)	12.40 – 13.15 (35 минут)	20 минут/ обед
1 раз в неделю		

Расписание звонков для первого класса с января по май

Урок (динамическая пауза)	Время/ (продолжительность урока)	Продолжительность перемены
До начала уроков	с прихода в Гимназию	I завтрак (фрукт)
1 урок (5 минут)	09.20 - 10.00 (40 минут)	10 минут
2 урок (5 минут)	10.10 – 10.50 (40 минут)	20 минут/II завтрак (горячий)
3 урок (5 минут)	11.10 – 11.50 (40 минут)	15 минут
4 урок (5 минут)	12.05 – 12.45 (40 минут)	15 минут
5 урок (5 минут)	13.00 – 13.40 (40 минут)	20 минут/ обед
1 раз в неделю		

Расписание уроков для 2 класса

Урок	Время	Продолжительность перемены
До начала уроков	с прихода в Гимназию	I завтрак (фрукт)
1 урок	09.20 – 10.05	(10 минут)
2 урок	10.15 -11.00	20 минут/ II завтрак (горячий)
3 урок	11.20 – 12.05	15 минут
4 урок	12.20 – 13.05	15 минут
5 урок	13.20 – 14.05	20 минут/ обед
6 урок 1 раз в неделю	14.25 - 15.10	Прогулка с 14.25 до 15.25 4 дня в неделю. Прогулка с 15.10 до 16.10 1 раз в неделю

Расписание уроков для 3-11 классов (в настоящее время 3-4 классов)

Урок	Время	Продолжительность перемены
До начала уроков	с прихода в Гимназию	I завтрак (фрукт)
1 урок	09.00 – 09.45	(10 минут)
2 урок	09.55 -10.40	20 минут/ II завтрак (горячий)
3 урок	11.00 – 11.45	15 минут
4 урок	12.00 – 12.45	15 минут
5 урок	13.00 – 13.45	20 минут/ обед
6 урок 1 раз в неделю	14.05 -14.50	15 минут Прогулка с 14.05. до 15.05. 4 дня в неделю; Прогулка с 14.50 до 15.50 1 раз в неделю.
7 урок (ООО и СОО) С 2023-2024 учебного года	15.05 – 15.50	10 минут

3.7. Режим занятий может быть изменен по решению Педагогического совета Гимназии, в целях улучшения организации образовательного процесса.

3.8. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учётом дневной и недельной умственной

работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

3.9. В расписании уроков для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры;

для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля будут чередоваться с гуманитарными предметами.

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

3.10. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

3.11. Общий объем учебной нагрузки в течение дня не превышает:

для учащихся 1-х классов – 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счёт урока физической культуры;

для учащихся 2-4 классов – 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счёт урока физической культуры.

3.12. Расписание для урочных и внеурочных занятий составляется отдельно.

Между началом внеурочных занятий и последним уроком устраивается перерыв продолжительностью более 45 минут.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Объём домашних заданий по всем предметам, согласно п.24 Порядка №115 и п.182 СанПиН 1.2.3685-21, должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2, 3х классах – 1,5 часа, в 4-5 классах – 2 часа, в 6-8 классах – 2,5 часа, в 9-11 классах – 3,5 часа.

В первом классе обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и без домашних заданий.

4.2. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели в расписании предусматривается 1 облегченный учебный день (четверг или пятница, в зависимости от класса).

4.3. В течение учебного дня можно проводить не более одной контрольной работы.

4.4. Контрольные работы проводятся на 2 - 4 уроках.

5. Режим внеурочной деятельности

- 5.1. Внеурочная деятельность обучающихся Гимназии реализуется как в Гимназии в виде кружков, секций, проектной деятельности, так и за её пределами в виде экскурсий, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.
- 5.2. Режим внеурочной деятельности, реализуемой в Гимназии, устанавливается расписанием занятий каждого класса.
- 5.3. Режим внеурочной деятельности, реализуемой вне Гимназии (экскурсии, походы, соревнования) устанавливается календарно-тематическим планом и планом воспитательной работы.
- 5.4. Максимально допустимый недельный объём нагрузки внеурочной деятельности, независимо от продолжительности учебной недели, составляет не более 10 академических часов.
- 5.5. Продолжительность занятий зависит от возраста и вида деятельности, и устанавливается в соответствии с рекомендациями СанПиН 2.4.2.2821-10.
- 5.6. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью, в соответствии с п.3.4.16 СП2.4.3648-20, составляет более 30 минут. Это время, как правило, отводится на прогулку.
- 5.7. Продолжительность занятий внеурочной деятельности составляет 35-45 минут.
- 5.8. Перерыв между занятиями внеурочной деятельности не менее 10 минут.
- 5.9. По внеурочной деятельности домашние задания не предусмотрены.
- 5.10. Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни.
- 5.11. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, могут перераспределяться по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также могут суммироваться в течение учебного года.
- 5.12. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.