

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
гимназия № 161

620146, г. Екатеринбург, бульвар Денисова-Уральского, 9 а,  
Тел. (343)267-29-08, факс 267-40-71, e-mail: [gymnazy161@mail.ru](mailto:gymnazy161@mail.ru) сайт: гимназия161.екатеринбург.рф

«ПРИНЯТО»  
Педагогическим советом  
МБОУ гимназия №161  
Протокол № 1  
«30» августа 2023.



## Режим занятий обучающихся

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ гимназии № 161 (далее – гимназия) 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», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28,
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2,
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115.
- Уставом МБОУ гимназии № 161

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 правилами и гигиеническими нормативами.

### 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. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся 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.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти (для обучающихся 1-9 классов), полугодия (для обучающихся 10-11 классов. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий - 2.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. 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 плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

### **3. Режим занятий**

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1-11 классах;

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков в первую смену – 8.00, во вторую смену для обучающихся НОО – 13.40, для обучающихся ООО – 12.50. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10-20 мин

3.5. Расписание звонков:



### 1-е классы

Образовательная деятельность	Сентябрь–октябрь	Ноябрь–декабрь	Январь–май
1-й урок	8:00–8:35	8:00–8:35	8:00–8:40
1-я перемена	8:35–9:00	8:35–9:00	8:40–9:00
2-й урок	9:00–9:35	9:00–9:35	9:00–9:40
2 перемена	9:35–10:00	9:35–10:00	9:40–10:00
Динамическая пауза / 3 урок (с ноября)	10:00–10:40	10:00–10:35	10:00–10:40
3 перемена	10:40–11:00	10:35–11:00	10:40–11:00
4-й урок	11:00–11:35	11:00–11:35	11:00–11:40
4-я перемена	–	11:35–12:00	11:40–12:00
5-й урок	–	12:00–12:35	12:00–12:40
5-я перемена	–	12:35–12:50	12:40–12:50
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности	25 минут	25 минут	20 минут

### 2–11-е классы – 1 смена

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	8:00–8:40	8:40–9:00
2-й	9:00–9:40	9:40–10:00
3-й	10:00–10:40	10:40–11:00
4-й	11:00–11:40	11:40–12:00
5-й	12:00–12:40	12:40–12:50
6-й	12:50–13:30	13:30–13:40
7-й	13:40–14:20	14:20–14:40
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 20 минут		

### 2–4-е классы – 2 смена

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	13:40–14:20	14:20–14:40
2-й	14:40–15:20	15:20–15:30
3-й	15:30–16:10	16:10–16:20
4-й	16:20–17:00	17:00–17:10

5-й	17:10-17:50	
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 20 минут		
Внеурочная деятельность*	12:40 – 13:20	
	18:10 – 18:50	

### 6–8-е классы – 2 смена

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	12:50-13:30	13:30-13:40
2-й	13:40-14:20	14:20-14:40
3-й	14:40-15:20	15:20-15:30
4-й	15:30-16:10	16:10-16:20
5-й	16:20-17:00	17:00-17:10
6-й	17:10-17:50	17:50-18:00
7-й	18:00-18:40	
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 20 минут		
Внеурочная деятельность*	12:00 – 12:40	

\*Во второй смене внеурочная деятельность может проводиться как до начала урочной деятельности, так и после, но не позже 19:00.

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.

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;
- 7 – 11-х классах – семи.

3.7. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

3.8. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

3.9. Изменения в расписании уроков и занятий дополнительного образования допускаются по производственной необходимости (временная нетрудоспособность педагогов по причине болезни, учебные отпуска в



соответствии со ст. 287 ТК РФ, работа Пункта проведения экзаменов на базе МБОУ гимназии № 161, проведение Внешних оценочных процедур (ВПР и др), мероприятий, утвержденных Департаментом образования Администрации г. Екатеринбурга и др.) по распоряжению директора.

При внесении корректировок в расписание на следующий учебный день оповещение педагогов, обучающихся происходит не позднее окончания текущего учебного дня и размещается на информационном стенде гимназии.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

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 и дистанционном обучении**

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

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.

#### **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, секций, детских общественных объединений.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 20 минут (25 минут для 1х классов), за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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

6.5. Участие в мероприятиях, в т.ч. в спортивных соревнованиях, конкурсах разрешаются приказом директора по заявлению родителей с приложением письма организации, которая проводит эти мероприятия.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 290930343710282493392205396682444359568355846726

Владелец Белоцерковская Анастасия Романовна

Действителен с 05.09.2023 по 04.09.2024