

**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**  
*Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение*  
*средняя общеобразовательная школа № 97*  
*Выборгского района Санкт-Петербурга*  
**194017, Санкт - Петербург, ул. Дрезденская, д.19, литер А**

**ПРИНЯТО**

Общим собранием работников  
ГБОУ школа № 97  
Выборгского района  
Санкт-Петербурга  
протокол №1 от «30» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ школа №97  
Выборгского района  
Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ Ю.Л. Алексеева  
«02» сентября 2024 г.

(в ред. приказа №8 от 28.01.2026)

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся**

государственного бюджетного общеобразовательного учреждения  
средней общеобразовательной школы № 97  
Выборгского района Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург  
2024

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- ✓ Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ;
- ✓ Законом Санкт-Петербурга «Об образовании в Санкт-Петербурге» от 17.07.2013 №461-83;
- ✓ Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения России от 22.03.2021 № 115;
- ✓ Санитарными правилами 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 (далее – СП 2.4.3648-20);
- ✓ Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПин 1.2.3685-21);
- ✓ Уставом государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 97 Выборгского района Санкт-Петербурга;
- ✓ Образовательной программой ГБОУ школы № 97;
- ✓ Учебным планом ГБОУ школы № 97.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим работы ГБОУ школа № 97 (далее – Школы), занятий, обучающихся Школы в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации.

1.3. Режим работы Школы: понедельник – пятница 8.00 – 19.00; часы приема администрации: вторник 16.00-18.00; выходные дни: суббота, воскресенье и праздничные дни.

1.4. Организация образовательной деятельности в Школе регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми Школой самостоятельно.

1.5. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися, их родителями (законными представителями) и работниками Школы.

1.6. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Школы в сети Интернет.

2. Режим учебной деятельности обучающихся

2.1. Первый и последний день учебного года в Школе для обучающихся 1–11 классов определяется календарным учебным графиком. Календарный учебный график утверждается приказом директора.

2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти для 1-9 классов, на полугодия для 10-11 классов. Между четвертями - каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха обучающихся (здоровьесберегающий подход).

2.3. В целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с календарным учебным графиком и составляет:

- ✓ в 1 классе — 33 учебные недели,
- ✓ во 2–11 классах — 34 учебные недели без учета государственной (итоговой) аттестации.

2.4. В 9-х и 11-х классах продолжительность аттестационного периода и летних каникул определяется с учетом прохождения обучающимися итоговой аттестации.

2.5. В Школе устанавливается пятидневная рабочая неделя для обучающихся 1-11-х классов.

2.6. Продолжительность каникул в течение учебного года определяется календарным учебным графиком. Для обучающихся первых классов в течение года устанавливаются дополнительные недельные каникулы.

2.7. Внеклассная и внеурочная деятельность осуществляется в соответствии с расписаниями и планом внеурочной деятельности.

2.8. Учебные занятия начинаются в 09.00.

Проведение нулевых уроков не допускается.

- ✓ Расписание учебных занятий составляется в строгом соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределается в течение учебной недели.

Обучение в 1 классах осуществляется с соблюдением следующих требований:

- ✓ учебные занятия проводятся по пятидневной неделе и в первую смену;
- ✓ использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый; ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; в январе-мае - по 4 урока по 40 минут каждый);
- ✓ для классов, где обучаются дети с ОВЗ, продолжительность урока не более 40 минут;
- ✓ в середине учебного дня организуется динамическая паузапродолжительностью 40 минут;
- ✓ для посещающих группы продленного дня организовано горячее питание и прогулки;
- ✓ обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся идомашних заданий;
- ✓ дополнительные недельные каникулы в середине III четверти при традиционном режиме обучения.

Продолжительность уроков для 2-11-х классов - 45 минут.

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объём максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- ✓ для обучающихся 1-х классов – не превышает 4 уроков и один день в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- ✓ для обучающихся 2-4-х классов – не более 5 уроков;
- ✓ для обучающихся 5-6-х классов – не более 6 уроков;

2.9. для обучающихся 7-11-х классов – не более 7 уроков.

2.10. Расписание звонков в течение учебной недели:

Продолжительность уроков и перемен:

Для 1 классов (сентябрь - декабрь):

№ урока	Время урока	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1	09.00-09.35	35 минут	25 минут
2	10.00-10.35	35 минут	25 минут
3	11.00-11.35	35 минут	
Динамическая пауза	11.35-12.15		40 минут
4	12.15-12.50	35 минут	10 минут
5	13.00-13.35	35 минут	

Для 1 классов (январь - май):

№ урока	Время урока	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1	09.00-09.40	40 минут	20 минут
2	10.00-10.40	40 минут	20 минут
3	11.00-11.40	40 минут	20 минут
Динамическая пауза	11.40-12.20		40 минут
4	12.20-13.00	40 минут	10 минут
5	13.10-13.50	40 минут	

Для 2- 11 классов (сентябрь – май):

№ урока	Время урока	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1	09.00-09.45	45 минут	15
2	10.00-10.45	45 минут	15
3	11.00-11.45	45 минут	20
4	12.05-12.50	45 минут	10
5	13.00-13.45	45 минут	10
6	13.55-14.40	45 минут	10
7	14.50-15.35	45 минут	10
8	15.45-16.30	45 минут	

2.11. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных уроков и занятий внеурочной деятельности. Между началом занятий внеурочной деятельности и последним уроком проводится перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

2.12. Обучающиеся должны приходить в Школу по отдельно утвержденному для каждого класса графику.

### **3.Режим питания обучающихся**

- 3.1. Организацию питания обучающихся в Школе осуществляет Школа.
- 3.2. Для организации питания выделяется столовая, а также помещение для хранения и приготовления пищи.
- 3.3. Питание обучающихся проводится согласно установленному графику.
- 3.4. В Школе предусмотрено трехразовое питание (завтрак, обед, полдник).

#### **4. Режим внеклассной и внеурочной деятельности**

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа организуется в соответствии с расписанием и учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивает баланс между двигательно-активными и статическими занятиями.

4.2. Продолжительность занятий внеурочной деятельности регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

#### **5. Режим двигательной активности обучающихся**

5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:

- ✓ физкультминуток;
- ✓ организованных подвижных игр на переменах;
- ✓ внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- ✓ самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

5.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

5.3. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

5.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

5.5. 1–5 классов:

- ✓ без ветра – 10-11 град. С,
- ✓ при скорости ветра до 5 м/сек. –6-7 град. С,
- ✓ при скорости ветра от 6 до 10 м/сек. –3-4 град. С,
- ✓ при скорости ветра выше 10 м/сек. занятия не проводятся

5–7 классов:

- ✓ без ветра –12 град. С,
- ✓ при скорости ветра до 5 м/сек. –8 град. С,
- ✓ при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. –5 град. С,
- ✓ при скорости ветра выше 10 м/сек. занятия не проводятся

8–9 классов:

- ✓ без ветра –15 град. С,
- ✓ при скорости ветра до 5 м/сек. –12 град. С,
- ✓ при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. –8 град. С,
- ✓ при скорости ветра выше 10 м/сек. занятия не проводятся

10–11 классов:

- ✓ без ветра –16 град. С,
- ✓ при скорости ветра до 5 м/сек. –15 град. С,
- ✓ при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. –10 град. С,
- ✓ при скорости ветра выше 10 м/сек. занятия не проводятся

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

## **6. Режим выполнения домашних заданий**

6.1. 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 - 1,5 астрономических часа;
- ✓ в 4-5-х классах - 2 астрономических часа;
- ✓ в 6–8-х классах - 2, 5 астрономических часа;
- ✓ в 9-11-х классах - 3,5 астрономических часа.

## **7. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации**

7.1. Промежуточная аттестация, независимое тестирование проводится в течение года без прекращения образовательной деятельности в соответствии с Уставом и решением педагогического совета Школы.

7.2. При проведении промежуточной и итоговой аттестации не допускается проведение более одной административной контрольной работы в день.

7.3. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации обучающихся 9, 11 классов устанавливаются в соответствии с приказами Министерства просвещения Российской Федерации и Комитетом по образованию Санкт-Петербурга.