

РАССМОТРЕНО
на Педагогическом совете
МОУ «Ломоносовская гимназия»
протокол № 2 от 25.09.2025

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Ломоносовская гимназия»
Е.П. Смирнова



Положение о режиме занятий обучающихся МОУ «Ломоносовская гимназия»

1. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
 - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 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»;
 - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. №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»;
 - Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего, основного общего и среднего общего образования;
 - Уставом гимназии.

2. Требования к календарному графику

- 2.1. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом директора Гимназии.
- 2.2. Учебный год начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.
- 2.3. В Гимназии используется четвертная организация образовательного процесса, согласно которому учебные четверти и каникулы чередуются следующим образом:
- 1-я учебная четверть – 8 (9) недель, каникулы в соответствии с календарным учебным графиком;
 - 2-я учебная четверть – 7 (8) недель, каникулы в соответствии с календарным учебным графиком;
 - 3-я учебная четверть – 11 (12) недель, каникулы в соответствии с календарным учебным графиком;
 - 4-я учебная четверть – 8 (9) недель, каникулы в соответствии с календарным учебным графиком.
- 2.4. С целью профилактики переутомления в календарном учебном графике предусматривается чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. По окончании учебного года – не менее 8 недель для летних каникул. В 9-х и 11-х классах продолжительность четвертой четверти и летних каникул определяется с учетом прохождения учащимися государственной итоговой аттестации. В третьей четверти для 1 классов устанавливаются дополнительные каникулы продолжительностью 7 дней.
- 2.5. Для 1-4-х классов устанавливается пятидневная учебная неделя, для 5-11 классов – шестидневная учебная неделя. Гимназисты обучаются в первую смену.

3. Режим дня и расписание уроков

3.1. Расписание учебных занятий составляется в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3.648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», а также Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

3.2. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами (Приложение 1). При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами предметных областей или смежных наук.

3.3. Не допускается предметы с максимальным баллом трудности ставить в расписание последними уроками. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.4. Не допускается проведение двойных уроков в 1-4 классах, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке.

3.5. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 11 классов - не более 7 уроков.

3.6. Перерыв между последним уроком и началом внеурочной деятельности и (или) дополнительных занятий составляет не менее 30 минут. При этом такие занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

3.7. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

3.7. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет не более 45 минут, для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья – не более 40 минут.

3.8. Для учащихся 1-х классов устанавливается следующий ежедневный режим занятий:

- в сентябре и октябре - по 3 урока продолжительностью 35 минут;
- в ноябре и декабре - по 4 урока продолжительностью 35 минут;
- с января по май - по 4 урока продолжительностью 40 минут.

3.9. Продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут, динамическая пауза для 1 классов 40 минут. На переменах обязательно дежурство члена администрации, учителей, дежурного класса по отдельному графику.

3.10. Режим дня:

7.40-8.20 – дежурство члена администрации, учителя, дежурного класса по отдельному графику,

7.40-8.20 – прием обучающихся.

Учебные занятия для 1-11 классов начинаются в 8 часов 20 минут. Учащиеся 1-11 классов должны приходить в Гимназию не позднее 8 часов 15 минут. Опоздание на уроки недопустимо.

3.11. Горячее питание учащихся осуществляется в соответствии с графиком, утвержденным на каждый учебный год директором Гимназии.

3.12. Реализация дополнительных образовательных программ, работа кружков, студий и спортивных секций осуществляется до 20 часов для детей в возрасте от 8 до 15 лет и до 21 часа

для подростков старше 16 лет согласно постановлению Главного государственного санитарного врача от 17 марта 2025 года № 2.

3.13 Объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не должен превышать 10% от всего объема учебного времени, отводимого на изучение данного учебного предмета в данном классе в текущем учебном году;

3.14 Суммарный объем домашнего задания по всем предметам для каждого класса не должен превышать продолжительность выполнения: 1,5 часа - для 2 и 3 классов, 2 часа - для 4-5 класса, 2,5 часа - для 6 - 8 классов, 3,5 часа - для 9 - 11 классов.

3.15 Домашнее задание на следующий урок задается учителем на текущем уроке для записи гимназистами задания в дневник. Домашнее задание дублируется в электронном журнале не позднее времени окончания учебного дня.

3.16 Использование электронных средств обучения в ходе реализации образовательной деятельности, включая выполнение домашних заданий, внеурочную деятельность, проводится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями и Гигиеническими нормативами.

4. Обязанности педагогов и сотрудников гимназии в отношении режима дня обучающихся

4.1. Педагогическим работникам и сотрудникам гимназии запрещается:

- изменять по своему усмотрению расписание уроков, заменять друг друга без согласования с администрацией гимназии;
- отменять учебные занятия, удлинять или сокращать продолжительность уроков и перемен;
- удалять обучающихся с уроков и не допускать на урок опоздавших;
- отпускать с уроков физической культуры обучающихся, освобождённых от занятий по состоянию здоровья;
- оставлять детей одних на переменах в кабинетах, первую часть перемены кабинеты закрыты на проветривание, вторую часть кабинеты открыты для подготовки гимназистов к урокам;
- освобождать обучающихся от учебных занятий для выполнения общественных поручений, участия в спортивных и других мероприятиях, не предусмотренных планом работы, без согласования с администрацией и заявления родителей обучающихся или лиц их заменяющих;
- отвлекать других педагогических работников в учебное время от их непосредственной работы для проведения разного рода мероприятий, не связанных с педагогической деятельностью.

5. Заключительные положения

5.1 Настоящее Положение является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете гимназии и утверждается приказом директора организации, осуществляющей образовательную деятельность.

5.2 Положение размещается на официальном сайте Ломоносовской гимназии в сети Интернет, а также доводится до сведения родителей (законных представителей) гимназистов на родительских собраниях.

5.3 Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

5.4 Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.5.1. настоящего Положения.

5.5 После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Приложение 1.
Таблицы 6.9, 6.10, 6.11
"Гигиенических нормативов
и требований к обеспечению
безопасности и (или) безвредности
для человека факторов среды обитания"

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык / Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Труд (Технология)	2
Физическая культура	1

Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования

Учебные предметы	Количество баллов (по классам)				
	5	6	7	8	9
Физика	-	-	8	9	13
Химия	-	-	-	10	12
История	5	8	6	8	10
Иностранный язык	9	11	10	8	9
Математика	Математика	10	13	-	-
	Геометрия	-	-	12	10
	Алгебра	-	-	10	9
Природоведение	7	8	-	-	-
Биология	10	8	7	7	7
Литература	4	6	4	4	7
Информатика и ИКТ	4	10	4	7	7
Русский язык/Родной язык	8	12	11	7	6
География	-	7	6	6	5
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5
	Музыка	2	1	1	1
Обществознание (включая экономику и право)	6	9	9	5	5
Труд (Технология)	4	3	2	1	4
Черчение	-	-	-	5	4
ОБЗР	1	2	3	3	3
Физическая культура	3	4	2	2	2

Шкала трудности учебных предметов на уровне среднего общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10

Русский язык / Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
ОБЗР	2
Физическая культура	1