

РАЗРАБОТАНО И ПРИНЯТО

УТВЕРЖДАЮ

на заседании общего собрания
протокол №1 от 30.08.2025

Директор _____ Тарасова С.И.

приказ от 30.08.2025 № 33/1

с учетом мнения родителей
протокол от 30.08.2025 № 1

с учетом мнения Совета учащихся

ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся
ГБОУ СОШ № 84 им.П.А.Покрышева
Петроградского района Санкт-Петербурга

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся В ГБОУ СОШ № 84 им.П.А.Покрышева Петроградского района Санкт-Петербурга определяет занятость обучающихся в период освоения образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования, устанавливает требования к организации образовательного процесса, режиму занятий и отдыха обучающихся.

1.2. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся ГБОУ СОШ № 84 им.П.А.Покрышева Петроградского района Санкт-Петербурга (далее - Положение) разработано в соответствии со следующими нормативными документами:

- с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (с изменениями и дополнениями);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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» (далее – СанПиН 1.2.3685-21);
- Методическими рекомендациями МР 2.4.0331-23 по оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях, утвержденными Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 10 ноября 2023 г. (далее – МР 2.4.0331-23);
- Письмом Минпросвещения России от 1 июля 2025 г. № 03-11326 «О направлении информации» (вместе с методическими рекомендациями по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период) (далее – письмо Минпросвещения России от 1 июля 2025 г. №03-1326);
- Методическими рекомендациями к вариантам расписаний уроков, направленных письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 13.08.2025 № ОК-2258/03;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. «286 «Об утверждении федерального государственного стандарта начального общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 18.07.2022 № 569, от 08.11.2022 № 955, от 22.01.2024 № 31);

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 19.03.2024 № 171, 09.10.2024 № 704);
 - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 18.07.2022 № 568, от 08.11.2022 № 955, от 27.12.2023 № 1028, от 22.01.2024 № 31);
 - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 01.02.2024 № 62, от 19.03.2024 № 171, от 09.10.2024 № 704);
 - Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (в ред. приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1645, от 31.12.2015 № 1578, от 29.06.2017 N 613, приказов Минпросвещения России от 24.09.2020 № 519, от 11.12.2020 № 712, от 12.08.2022 № 732, от 27.12.2023 № 1028, от 12.02.2025 № 93);
 - Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (в ред. приказов Минпросвещения России от 01.02.2024 № 62, от 19.03.2024 № 171, от 09.10.2024 № 704);
 - Уставом ГБОУ СОШ № 84 им.П.А.Покрышева Петроградского района Санкт-Петербурга.
- 1.3. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся ГБОУ СОШ № 84 им.П.А.Покрышева Петроградского района Санкт-Петербурга (далее – ГБОУ СОШ № 84, школа).
- 1.4. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися ГБОУ СОШ № 84 и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися общего образования.

2. Режим образовательного процесса

- 2.1. Образовательный процесс в ГБОУ СОШ № 84 осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого школой самостоятельно в соответствии с примерным учебным планом, календарным учебным графиком и регламентируется расписанием занятий, утвержденным приказом директора.
- 2.2. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, даты начала и окончания каникул, продолжительность урока, время начала и окончания уроков, сроки проведения промежуточной аттестации.
- 2.3. Учебный год в ГБОУ СОШ № 84 начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.
- 2.4. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации, в 9,11 классах, в первом классе – 33 недели.
- 2.5. Учебный год составляют учебные периоды: в 1-9 классах четверти, в 10-11 классах полугодия.
- 2.6. Четверти и полугодия чередуются с каникулами.
- 2.7. Календарный учебный график, определяющий конкретные сроки начала и окончания четвертей и каникул, разрабатывается и утверждается ГБОУ СОШ № 84 ежегодно.
- 2.8. Обучение в ГБОУ СОШ № 84 ведется по 5-ти дневной учебной неделе.
- 2.9. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 45 минут.
- 2.10. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:
- для обучающихся 1-х классов в первые месяцы адаптационного периода (сентябрь-октябрь), когда должна быть снижена образовательная нагрузка в соответствии с

санитарно-эпидемиологическими требованиями (СП 2.4.3648-20) с учетом письма Минпросвещения России от 01.07.2025 N 03-1326);

– использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый);

– рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;

– обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся;

– дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

2.11. Учебные занятия в ГБОУ СОШ № 84 начинаются в 9 часов 00 минут. Обучение в 1 смену.

2.12. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут каждая и не менее двух перемен не менее 20 мин для приема пищи.

2.13. Расписание звонков ежегодно утверждается приказом директора на основании Календарного учебного графика.

2.14. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана ГБОУ СОШ № 84, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает в совокупности величину недельной образовательной нагрузки. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

классы	5-дневная учебная неделя не более
1	21
2 - 4	23
5	29
6	30
7	32
8 - 9	33
10 - 11	34

2.15. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков, с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.16. При проведении занятий по технологии на всех уровнях образования, физической культуре допускается объединение классов в классы-комплекты.

2.17. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

2.18. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.

2.19. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников ГБОУ СОШ № 84.

2.20. 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 ч., в 4-5-х классах – 2 ч., в 6-8-х классах – 2,5 ч., в 9-11 классах – до 3,5 ч.

- 2.21. В ГБОУ СОШ № 84 организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры учащихся в школе организуются и проводятся в порядке, установленном Федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.
- 2.22. Учащиеся допускают к занятиям в ГБОУ СОШ № 84 после перенесенного заболевания только при наличии справки врача.
- 2.23. В ГБОУ СОШ № 84 организуется работа по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний.
- 2.24. В классных журналах оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносятся сведения о группе здоровья, группе занятий физической культурой.

Особенности организации образовательного процесса

- 2.25. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.
- 2.26. Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20.
- 2.27. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 минут, а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 минут.

3. Режим питания обучающихся

- 3.1. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным на каждый учебный период приказом директора ГБОУ СОШ № 84.
- 3.2. Организацию питания обучающихся осуществляет ГБОУ СОШ № 84, заключающая контракт на обслуживание с комбинатами общественного питания.
- 3.3. Для организации питания выделяется обеденный зал, буфет, а также помещение для хранения продуктов питания.
- 3.4. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика.

4. Режим каникулярного времени

- 4.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.
- 4.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

5. Режим внеурочной деятельности

- 5.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, секций, детских общественных объединений.
- 5.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы ГБОУ СОШ № 84 разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора.
- 5.3. Факультативные, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 45 минут после окончания уроков.
- 5.4. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой аудиторной нагрузки.
- 4.6. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.
- 5.7. В ГБОУ СОШ № 84 по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продленного дня обучающихся, которые начинают свою работу

после окончания уроков. Режим работы каждой группы утверждается приказом директора ГБОУ СОШ № 84.

5.8. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

5. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся

5.1. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами ГБОУ СОШ № 84.

6. Режим двигательной активности обучающихся

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

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

6.2. 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).

6.3. 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.

6.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

7. Режим трудовых занятий обучающихся

7.1. В соответствии с изменениями, внесенными Федеральным законом от 04.08.2023 № 479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон об образовании в Российской Федерации», закреплены обязанности обучающихся поддерживать чистоту и порядок в образовательной организации, а также с учетом возрастных и психофизических особенностей участвовать в общественно полезном труде, предусмотренном образовательной программой.

Исключен запрет на привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия законных представителей - вместо этого установлено, что такое привлечение обучающихся к труду осуществляется в соответствии с требованиями трудового законодательства.