



- 6 классы – 30 часов;
- 7 классы – 35 часов;
- 8-9 классы – 36 часов;
- 10-11 классы -37 часов.

1.1. Учебная нагрузка закрепляется расписанием учебных занятий на учебный год, которое утверждается директором школы.

1.2. Учебный год в школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

1.3. Продолжительность учебного года устанавливается согласно календарному графику и режиму работы образовательных учреждений на учебный год, утвержденный Комитетом по образованию Санкт-Петербурга в текущем году.

1.4. Продолжительность каникул в течение учебного года (суммарно) составляет не менее 30 календарных дней, летом - не менее 8 недель.

1.5. Для обучающихся первых классов устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы (7 календарных дней).

1.6. Начало летних каникул определяется в соответствии с календарным учебным графиком лицея и расписанием экзаменов государственной (итоговой) аттестации.

1.7. Промежуточная аттестация в переводных 2-4, 5-8, 10-х классах проводится с апреля по май без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением Педагогического совета школы.

1.8. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации учащихся устанавливаются приказами Министерства образования и науки Российской Федерации (11 классы) и регионального органа управления образованием (9 классы).

1.9. Сроки проведения торжественных мероприятий:

- посвященных окончанию учебного года – 23-25 мая (1, 9, 11 классы).

- выпускных вечеров в 11 классах – 25-27 июня. Выпускной вечер не проводится в День памяти и скорби 22 июня.

1.10. Неработающими праздничными днями являются: 7 января – Рождество Христово, 23 февраля – День защитника Отечества, 8 марта - Международный женский день, 1 мая – Праздник Весны и Труда, 9 мая – День Победы, 12 июня – День России, 4 ноября – День народного единства.

1.11. Режим работы ОУ:

- понедельник-пятница – с 8 часов 00 минут до 21 часов 00 минут

- суббота – с 8 часов 00 минут до 21 часов 00 минут.

1.12. Режим работы школы для 7-11 классов – шестидневная учебная неделя с выходным днем – воскресенье.

1.13. Режим работы школы для 1-6 классов – пятидневная учебная неделя с двумя выходными днями – суббота и воскресенье.

1.14. Учебные занятия проводятся в одну смену.

1.15. Во второй половине дня проводятся занятия в ОДОД, занятия по внеурочной деятельности и предоставляются платные образовательные услуги.

1.16. Для обучающихся:

1 классов количество уроков в день составляет не более 4 и один день в неделю не более 5 уроков за счёт урока физической культуры,

2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счёт урока физической культуры, для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков в день,

7-11 классов - не более 7 уроков в день.

Проведение нулевых уроков не допускается. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

1.17. Продолжительность урока во всех классах 45 минут, за исключением 1 класса, в котором используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 4 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый); январь-май - по 4 урока по 45 минут каждый.

1.18. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности учащихся в течение недели устанавливается облегчённый учебный день (четверг или пятница).

1.19. Продолжительность перемен между уроками составляет - 20 минут каждая.

1.20. Динамическая пауза в 1 классе в середине учебного дня - 40 минут.

1.21. Перерыв между учебными занятиями и занятиями в кружках или внеурочной деятельности составляет не менее 45 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания.

1.22. Факультативные занятия проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком устанавливается перерыв в 45 минут.

1.23. Занятия внеурочной деятельностью проводятся с 13.00 до 18.00 часов.

1.24. Платные образовательные услуги оказываются с 13.00 до 18.00 часов.

1.25. Длительность занятий внеурочной деятельностью и по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам учащихся зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, составляют не более 45 минут в день для обучающихся 1-2 классов, и не более полутора часов в день - для остальных классов.

1.26. Занятия в ОДОД проводятся с 15.00 до 21.00 ежедневно, кроме воскресенья.

1.27. Объём домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3 классах - 1,5 часа, в 4-5 классах - 2 часа, в 6-8 классах - 2,5 часа, в 9-11 классах - до 3,5 часов.

1.28. В 1 классе обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и домашних заданий.

1.29. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся в 1 – 5 классах на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

1.30. Во время урока осуществляется чередование различных видов учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности учащихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не превышает 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги составляет не менее 25 - 35 см у учащихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45см – учащихся 5-11 классов.

1.31. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения:

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	просмотр телепередач	просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	прослушивание аудиозаписи	прослушивание аудиозаписи в наушниках
1 - 2	10	15	15	15	20	10
3 - 4	15	20	20	15	20	15
5 - 7	20	25	25	20	25	20
8 - 11	25	30	30	25	25	25

1.32. После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, проводится комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

1.33. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

1.34. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста учащихся проводится 3 урока физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Замена уроков физической культуры другими предметами не допускается.

1.35. Двигательная активность учащихся, помимо уроков физической культуры, обеспечивается за счет;

-физкультминуток;

--организованных подвижных игр на переменах;

-внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;

- занятиях в школьном спортивном клубе «Нева»;

-самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

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

Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит медицинский работник Школы 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 учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

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

2.35. При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе.

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

2.36. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%.

К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях обязательно.

2.37. Все работы в мастерских и кабинетах технологии учащиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, используются защитные очки.

2.38. Не допускается привлекать учащихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе 18-ти лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

2.39. Для организации занятий на дому на основании приказа Школы определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с учащимся.

2.40. О графике занятий классный руководитель своевременно уведомляет родителей (законных представителей) обучающегося. Информация о проведенных занятиях регистрируется в журнале. Родители (законные представители) обязаны создать условия для проведения занятий с учащимся на дому.

2.41. Расписание занятий в кружках составляется администрацией школы по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных

представителей), возрастных особенностей учащихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

2.42. В школе организуется горячее питание учащихся. Для учащихся льготных категорий организуется 2-х разовое питание (завтрак и обед), для остальных учащихся один раз в день (завтрак).

2.43. Питание в столовой школы осуществляется в соответствии с графиком посещения столовой, утвержденным директором школы.

2.44. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2-х дней. При продолжительности экзамена 4 и более часа необходима организация питания учащихся.

2.45. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1 - 2-х классов - более 1,5 кг, 3 - 4-х классов - более 2 кг, - 5 - 6-х - более 2,5 кг, 7 - 8-х - более 3,5 кг, 9 - 11-х - более 4,0 кг.

2.46. В целях профилактики нарушения осанки учащихся рекомендуется для начальных классов иметь два комплекта учебников: один - для использования на уроках в лицее, второй - для приготовления домашних заданий.

2.47. В школы организуется медицинское обслуживание учащихся.

2.48. Медицинские осмотры учащихся проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.49. Учащиеся допускаются к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии справки врача-педиатра.

2.50. Оформляется лист здоровья, в который для каждого учащегося вносятся сведения об антропометрических данных, группе здоровья, группе занятий физической культурой, состоянии здоровья, рекомендуемом размере учебной мебели, а также медицинские рекомендации.

2.51. С целью предупреждения распространения инфекции при неблагополучной эпидемиологической ситуации в школе проводят дополнительные противоэпидемические мероприятия, по предписаниям органов, уполномоченных осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

2.52. При выходе учащихся за пределы здания школы (экскурсии, соревнования, городские мероприятия и другое) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале.

2.53. На уроках физической культуры, технологии, информатики, химии, физики проводятся инструктажи по охране труда. Факт проведения инструктажа фиксируется в журнале установленной формы.

## **2. Заключительные положения**

2.1. Положение «Режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №377 Кировского района Санкт-Петербурга» является локальным нормативным актом школы, которое принимается Советом ОУ, с учетом мнения совета родителей, обучающихся, при обсуждении на Общем собрании работников и утверждается директором образовательного учреждения.

2.2. Положение «Режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №377 Кировского района Санкт-Петербурга» принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения в Положение принимаются в составе новой редакции Положения в установленном пункте порядке. После принятия новой редакции Положения предыдущая редакция утрачивает силу.