



Утверждаю

директор МОБУ «Гимназия Исток»

Кайт / Е.В. Кайт/

Режим занятий обучающихся МОБУ «Гимназия Исток»

1. Общие положения

1.1. Настоящий Режим занятий разработан с учетом Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об Образовании в Российской Федерации», «Санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10», от 29.12.2010 г. №189, Уставом МОБУ «Гимназия Исток».

1.2. Настоящий Режим занятий регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся МОБУ «Гимназия Исток» (Гимназия).

1.3. Настоящий Режим занятий обязателен для исполнения всеми обучающимися Гимназии и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получения обучающимися общего образования.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Учебный год в Гимназии начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года при получении всех уровней общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей – четыре.

2.4. При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).

2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком. Календарный график на каждый учебный год принимается педагогическим советом Гимназии и утверждается приказом директора Гимназии.

2.6. Обучение в Гимназии ведется:

- в 1-9 классах по пятидневной неделе,
- в 10-11 по пятидневной неделе, суббота – дополнительное образование.

2.7. Продолжительность урока во 2-11-х классах составляет 45 минут.

2.8. В соответствии с требованиями «Санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10» для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в первых классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- сентябрь, октябрь – 3 урока по 35 минут каждый (для прохождения учебной программы четвертые уроки заменяются целевыми прогулками на свежем воздухе, уроками физической культуры, уроками – играми, уроками – театрализациями, уроками экскурсиями, (основание письмо Министерства образования и науки РФ от 20.04.2001 г. № 408/13-13 «Рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период»),
- ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый,
- январь-май – по 4 урока по 45 минут каждый,

В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 45 минут.

2.9. Учебные занятия в Гимназии начинаются в 8 часов 30 минут. Проведение «нулевых» уроков в образовательном учреждении не допускается.

2.10. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносится перемена продолжительностью не менее 20 минут.

2.11. Расписание звонков

Понедельник

1 урок 8.30 – 9.15 (10 мин)
2 урок 9.25 – 10.10 (10 мин)
3 урок 10.20 – 11.05 (10 мин)
4 урок 11.15 – 12.00 (10 мин)
5 урок 12.10 – 12.55 (обед 1-5 кл)
13.00 – 13.20 (20- минутка 6 – 11 кл)
13.20 – 13.45 (обед 6-11 кл)
6 урок 13.55 – 14.40 (10 мин)
7 урок 14.50 – 15.35 (10 мин)

Вторник – пятница

1 урок 8.30 – 9.15 (10 мин)
2 урок 9.25 – 10.10 (10 мин)
3 урок 10.20 – 11.05 (10 мин)
4 урок 11.15 – 12.00 (10 мин)
5 урок 12.10 – 12.55 (обед 1-5 кл)
5 урок 13.00 – 13.45 (обед 6-11 кл)
6 урок 13.55 – 14.40 (10 мин)
7 урок 14.50 – 15.35 (10 мин)

Суббота

1 урок 9.00 – 9.45 (10 мин)
2 урок 9.55 – 10.40 (10 мин)
3 урок 10.50 – 11.35 (10 мин)
4 урок 11.45 – 12.30 (10 мин)
5 урок 12.40 – 13.25 (10 мин)

Расписание звонков в случае нештатных ситуаций:

1 урок 8.30 – 9.00
2 урок 9.10 – 9.40
3 урок 9.50 – 10.20
4 урок 10.30 – 11.00
5 урок 11.10 – 11.40 (обед 1-5 классы)
5 урок 11.40 – 12.10 (обед 6-11 классы)
6 урок 12.20 – 12.50
7 урок 13.00 – 13.30

2.12. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором Гимназии.

2.13. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся.

- 1 класс – 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя),
- 2-4 классы – предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 23 часа в неделю,
- 5 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 29 часов в неделю,
- 6 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 30 часов в неделю,
- 7 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 32 часа в неделю,
- 8 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю,
- 9 класс - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю,

• 10-11 классы - предельно-допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 34 часа в неделю.

2.14. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели.

2.15. В Гимназии установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.

2.16. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в 1-11 классах проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

2.17. В оздоровительных целях в Гимназии создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме не менее 2 ч.

- 3 урока физической культуры в неделю,
- физкультминутки на уроках,
- подвижные перемены,
- внеклассные спортивные занятия и соревнования,
- Дни здоровья,
- прогулка на свежем воздухе.

3. Режим каникулярного времени.

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы группы продленного дня, кружков, секций, детских общественных объединений.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

4.3. Работа студий, спортивных секций, кружков допускается только по расписанию, утвержденному директором Гимназии.

4.4. Спецкурсы, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются после окончания уроков.

4.5. Часы спецкурсов, групповых и индивидуальных занятий не входят в объем максимально допустимой нагрузки.

4.6. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

Гимназия работает в одну смену

<i>Время</i>	<i>Виды деятельности</i>
8.00	начало работы гимназии
8.15	завтрак для учащихся 5-11 классов
8.30	начало уроков

9.45	завтрак для учащихся 1-4 классов
12.10-12.30	обед для учащихся 1-5 классов
12.30-12.55	прогулка, отдых для учащихся 1-5 классов
13.00-13.20	обед для учащихся 6-11 классов
13.20-13.55	прогулка, отдых для учащихся 6-11 классов
13.45	окончание уроков в 1-6 классах
14.40	окончание уроков в 7-11 классах
14.40-16.30	<ul style="list-style-type: none"> • работа ГПД • самоподготовка • дополнительное образование • внеурочная деятельность
14.50	полдник
16.30	окончание работы гимназии