

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
лицей № 389 «Центр экологического образования» Кировского района  
Санкт-Петербурга

**ОБСУЖДЕНО**

на заседании  
Общего собрания  
протокол № 8  
от 31.08.2018

УЧТЕНО  
мотивированное  
мнение  
совета родителей  
(законных  
представителей)  
несовершеннолетних  
обучающихся  
протокол  
от 31.08.2018 № 1

УЧТЕНО  
мотивированное  
мнение  
совета обучающихся  
протокол № 1  
от 31.08.2018

**ПРИНЯТО**

решением Педагогического  
совета  
протокол №1  
от 31.08.2018

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом  
от 31.08.2018  
№ 83

Директор лицея



Л.И. Васекина

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся ГБОУ лицея № 389 «ЦЭО»**  
**Кировского района Санкт-Петербурга**

Санкт-Петербург  
2018

## 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение «Режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 389 «Центр экологического образования» Кировского района Санкт-Петербурга» (далее – Режим) регламентирует в Государственном бюджетном общеобразовательном учреждении лицея № 389 «Центр экологического образования» Кировского района Санкт-Петербурга (далее - лицей) организацию обучения по образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительным общеразвивающим программам.

1.2. Настоящий Режим разработан в соответствии со следующими нормативными правовыми актами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

## 2. Режим занятий обучающихся

2.1. Недельная образовательная нагрузка (количество учебных занятий) учащихся, реализуемая через урочную и внеурочную деятельность, составляет:

Классы	Количество часов
1 классы	21 час
2-4 классы	23 часа
5 классы	32 часа
6 классы	33 часа
7 классы	35 часов
8-9 классы	36 часов
10-11 классы	37 часов

2.2. Учебная нагрузка закрепляется расписанием учебных занятий на учебный год, которое утверждается директором лицея.

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

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

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

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

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

2.8. Промежуточная аттестация в переводных 2-4, 5-8, 10-х классах проводится в мае без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением Педагогического совета лицея.

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

2.10. Сроки проведения торжественных мероприятий:

- посвященных окончанию учебного года – 25 мая (1, 9, 11 классы).
- выпускных вечеров в 9, 11 классах – 20-25 июня. Выпускной вечер не проводится в День памяти и скорби 22 июня.

2.11. 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.

2.12. Режим работы лицея для 5-11 классов – шестидневная учебная неделя с выходным днем – воскресенье

2.13. Режим работы лицея для 1-4 классов – пятидневная учебная неделя с двумя выходными днями – суббота и воскресенье.

2.14. Учебные занятия проводятся в одну смену.

2.15. Во вторую смену проводятся занятия в объединениях и секциях ОДОД.

2.16. 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,
- 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.

2.17. Продолжительность урока во всех классах 45 минут, за исключением 1 класса, в котором используется «ступенчатый» Режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре, декабре - 4 урока по 35 минут каждый), во втором полугодии (январь-май - 4 урока по 45 минут и один день в неделю 5 уроков по 45 минут).

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

2.19. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены - 20 минут каждая.

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

2.21. Перерыв между учебными занятиями и занятиями внеурочной деятельности составляет не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания.

2.22. Занятия внеурочной деятельности проводятся с 13.00 до 18.00.

2.23. Длительность занятий с учащимися зависит от возраста и вида деятельности.

2.24. 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.

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

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

2.27. 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.

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

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статистических 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

2.29. 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.

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

2.31. 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.

2.32. 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;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

2.33. 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.

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

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

2.35. 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.

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

2.37. 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.

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

2.39. 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.

2.40. Учебный год в объединениях дополнительного образования для учащихся первого года обучения начинается 15 сентября и заканчивается - 31 мая текущего года, для учащихся второго и последующих годов обучения начинается 1 сентября и заканчивается - 31 мая текущего года, включая каникулярное время.

2.41. Режим функционирования объединений дополнительного образования детей - с 13.00 до 20.00 часов.

В воскресные и праздничные дни объединения дополнительного образования детей работают в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий лица.

2.42. Расписание занятий объединения составляется администрацией лица по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей учащихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

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

2.44. Питание в столовой лицея осуществляется в соответствии с графиком посещения столовой, утвержденным директором лицея.

2.45. 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.

2.46. 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.

2.47. 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.

2.48. В лицее организуется медицинское обслуживание учащихся.

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

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

2.51. В классном журнале 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.

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

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

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

### **3. Заключительные положения**

3.1. Положение «Режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 389 «Центр экологического образования» Кировского района Санкт-Петербурга» является локальным нормативным актом лицея, которое принимается Педагогическим советом лицея с учетом мотивированного мнения совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, утверждается директором образовательного учреждения.

3.2. Положение «Режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицея № 389 «Центр экологического образования» Кировского района Санкт-Петербурга» принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения в Положение принимаются в составе новой редакции Положения в установленном пункте 3.1. порядке. После принятия новой редакции Положения предыдущая редакция утрачивает силу.