



**ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ**

*Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 269 Кировского района Санкт-Петербурга «Школа  
здоровья»*

**Принято**  
Педагогическим  
советом  
ГБОУ СОШ № 269  
Протокол №4  
от 28.08.2024



**Утверждено**  
Приказом директора  
ГБОУ СОШ № 269  
Приказ от 28.08.2024  
№168  
Директор \_\_/Федоренко Е.Б./

## **РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся ГБОУ СОШ № 269 (далее – школа) разработан в соответствии:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115.

1.2. Основные и адаптированные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

## 2. УЧЕБНЫЙ ГОД

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

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

<i>Период</i>	<i>Продолжительность</i>
I четверть	01.09.2024 – 26.10.2024
II четверть	06.11.2024 – 28.12.2024
III четверть	09.01.2025 – 21.03.2025
IV четверть	31.03.2025 – 26.05.2025
I полугодие	02.09.2024 – 28.12.2024
II полугодие	08.01.2025 – 26.05.2025

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.

Каникулярный период	Дата		Продолжительность каникул в календарных днях
	Начало	Окончание	
Осенние каникулы	28.10.2024	05.11.2024	9
Зимние каникулы	29.12.2024	08.01.2025	10
Дополнительные каникулы для учащихся 1 классов	10.02.2025	16.02.2025	7
Весенние каникулы	22.03.2025	30.03.2025	9
Летние каникулы	27.05.2025	31.08.2025	98

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном

учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

### 3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе – в 1–11-х классах.

Урочная деятельность обучающихся с ОВЗ организуется по пятидневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

Продолжительность урока в классах для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смены.

3.3.1. Начало уроков – 9:00.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 минут, после второго или третьего урока – 20 минут.

3.5. Расписание звонков

<i>1 класс (1 полугодие)</i>	
1 урок	09.00 — 09.35
2 урок	09.55 – 10.30
Динамическая пауза	
3 урок	11.10 – 11.45
4 урок	11.55 – 12.30
<i>1 класс (2 полугодие)</i>	
1 урок	09.00 - 09.40
2 урок	10.00 - 10.40
3 урок	10.50 - 11.30
4 урок	11.40 - 12.20
5 урок	12.40 - 13.20
6 урок	13.30 - 14.10
<i>2 – 4 общеобразовательные классы</i>	
1 урок	09.00-09.45
2 урок	10.05-10.50
3 урок	11.00-11.45
4 урок	11.55-12.40

5 урок	13.00-13.45
6 урок	13.55-14.40
<b>5 – 11 общеобразовательные классы</b>	
1 урок	09.00 - 09.45
2 урок	10.05 – 10.50
3 урок	11.00 - 11.45
4 урок	12.05 - 12.50
5 урок	13.00 - 13.45
6 урок	13.55 - 14.40
7 урок	14.50 - 15.35

### **Классы для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи**

<b>1 класс (1 полугодие)</b>	
1 урок	09.00 — 09.35
2 урок	09.55 – 10.30
Динамическая пауза	
3 урок	11.10 – 11.45
4 урок	11.55 – 12.30
<b>1 класс (2 полугодие), 2 – 4 классы</b>	
1 урок	09.00 - 09.40
2 урок	10.00 - 10.40
3 урок	10.50 - 11.30
4 урок	11.40 - 12.20
5 урок	12.40 - 13.20
6 урок	13.30 - 14.10
<b>5 – 9 классы</b>	
1 урок	09.00 - 09.40
2 урок	10.00 - 10.40
3 урок	10.50 - 11.30
4 урок	11.50 - 12.30
5 урок	12.40 - 13.20
6 урок	13.30 - 14.10
7 урок	14.20 - 15.00

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников и шкалой трудности учебных предметов.

## **4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

4.2. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

4.3. При использовании на занятии ЭСО в середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

4.4. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70 процентов.

## **5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ**

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18:00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

## **6. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

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

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

6.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 30 минут.

6.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.