

ПРИНЯТО
на Педагогическом Совете
Протокол №7 от 22.05.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Многопрофильной гимназии

К. Э. Симонян

« 22 » мая 2026 г.

Приказ №2 от 22.05.2026г.



Автономная некоммерческая общеобразовательная организация
«Многопрофильная гимназия»

Положение
о режиме занятий обучающихся

Московская область, Одинцовский район, пос. д/о Караллово
2026 г.

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий, обучающихся Автономной некоммерческой общеобразовательной организации «Многопрофильная гимназия» (далее – Положение) разработано в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.03.2021 № 10 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 N 16 (ред. от 24.03.2021) «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Приказ 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»;
- Уставом АНОО «Многопрофильная гимназия» (далее – гимназия).

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся. Режим занятий обучающихся действует в течение учебного года и регламентирует функционирование гимназии в период организации образовательного процесса, каникул. Временное изменение режима занятий возможно на основании приказа по гимназии.

1.3. Целями установления режима занятий обучающихся являются:

- упорядочение учебно-воспитательного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами;
- обеспечение конституционных прав обучающихся на образование и здоровьесбережение.

2. Термины, определения, сокращения

Образовательный процесс – это целенаправленная деятельность по обучению, воспитанию и развитию личности путем организованных учебно-воспитательных и учебно-познавательных процессов в единстве с самообразованием этой личности, обеспечивающая усвоение знаний, умений и навыков на уровне не ниже государственного образовательного стандарта.

Календарный учебный график – является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации образовательного процесса.

Учебный год – период длительностью в один обычный (астрономический) год, обозначающий годичный цикл учебного процесса в образовательных учреждениях.

Продолжительность учебного года – период времени от начала занятий до основных каникул, обозначающий годичный цикл учебного процесса (отсюда и название) в образовательных учреждениях.

Расписание занятий – это основной организационный документ гимназии, который определяет работу ученического и учительского коллектива гимназии, администрации и всего учреждения в целом. Расписание занятий является основным календарным планом системы планирования учебного процесса на уровне учебного заведения.

Урок – форма организации обучения с целью овладения учащимися изучаемым материалом (знаниями, умениями, навыками, мировоззренческими и нравственно-эстетическими идеями).

Продолжительность урока – урегулирована требованиями Санитарных правил и норм. Согласно этому документу продолжительность урока (академического часа) во всех классах не должна превышать 45 минут (за исключением первого класса и компенсирующего класса, продолжительность урока в которых не должна превышать 40 минут).

Каникулы – это периоды, в течение которых школы закрываются или не проводятся уроки или другие обязательные мероприятия.

Промежуточная аттестация обучающихся – установление (оценка) результатов освоения учащимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) образовательной программы по итогам учебного года (первого или очередного класса, полугодия, триместра, четверти).

Государственная итоговая обучающихся – проводится государственными экзаменационными комиссиями в целях определения соответствия результатов освоения обучающимися основных образовательных программ соответствующим требованиям федерального государственного образовательного стандарта или образовательного стандарта.

3. Место Положения в системе управления документами



4. Режим образовательного процесса

4.1. Образовательный процесс в гимназии осуществляется на основе Учебного плана, Плана внеурочной деятельности, Календарного учебного графика. Данные документы разрабатываются гимназией самостоятельно.

4.2. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, даты начала и окончания каникул, продолжительность учебной недели, продолжительность урока, время начала и окончания уроков, сроки проведения промежуточной аттестации.

4.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней основного общего образования составляет не менее 34 недель и среднего общего образования составляет не менее 33-34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации, в 9, 11 классах.

4.4. Учебный год составляют учебные периоды: триместры в 5-9 классах; семестры (полугодия) в 10-11 классах. Количество триместров – три. Количество семестров (полугодий) – два.

4.5. При обучении по триместрам после каждого учебного периода следуют каникулы.

4.6. Обучение в гимназии ведется в 5-11 классах по 6-ти дневной учебной неделе/ или 5-ти дневной учебной неделе.

4.7. Обучение в гимназии организовано в одну смену.

4.8. Продолжительность урока в 5-11-х классах 1-7 уроков составляет 40 минут.

4.9. Учебные занятия в гимназии начинаются в 8 часов 30 минут.

4.10. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрена большая перемена продолжительностью не менее 20-30 минут.

4.11. Расписание звонков:

№ урока	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1 урок	08.30 – 09.10	10 минут

2 урок	09.20 – 10.00	10 минут
3 урок	10.10 - 10.50	20 минут
10.50-11.10 - II Завтрак, интерактивная перемена		
4 урок	11.10 – 11.50	10 минут
5 урок	12.00 – 12.40	10 минут
6 урок	12.50 – 13.30	
13.30 – 14.10 - Обед, игры на свежем воздухе, личное время		
7 урок	14.10 – 14.50	10 минут

4.12. Распорядок дня

<i>Временной промежуток</i>	<i>Проводимые мероприятия</i>	<i>Примечание</i>
07.00	Подъем воспитанников	
07.00 – 07.15	Утренний туалет	
07.15 – 07.30	Утренняя физическая зарядка	<i>Зарядка проводится на площади перед гимназией</i>
07.35 – 08.10	Утренний туалет, наведение порядка в комнатах	
08.10- 08.30 - Завтрак		
08.30 – 09.10	1 урок	<i>По понедельникам 08.25 - исполнение Гимна РФ, поднятие Флага Российской Федерации. По четвергам в 12.30 Общий сбор гимназистов : Россия-мои горизонты.</i>
09.20 – 10.00	2 урок	
10.10 - 10.50	3 урок	
10.50-11.10 - II Завтрак, интерактивная перемена		
11.10 – 11.50	4 урок	
12.00 – 12.40	5 урок	
12.50 – 13.30	6 урок	
13.30 – 14.10 – Обед, прогулка на свежем воздухе		
14.10– 14.50	7 урок /прогулки на свежем воздухе/ подготовка к ГИА, дополнительные занятия по предметам, занятия по планам воспитателей, индивидуальные консультации по работе в НЛО, занятия по подготовке обучающихся к олимпиадам, смотрам и конкурсам, занятия внеурочной деятельности.	
15.20-17.00	Самоподготовка / подготовка к ГИА, дополнительные занятия по предметам, занятия по планам воспитателей, индивидуальные консультации по работе в НЛО, занятия по подготовке обучающихся к олимпиадам, смотрам и конкурсам, занятия внеурочной деятельности, кружки, секции, дополнительное образование.	
17.00-17.20	Полдник	
17.20 -19.00	Самоподготовка, кружки, секции, внеурочная деятельность, самоподготовка, личное время, игры на свежем воздухе	
19.00 - 19.30	Ужин	
19.30-20.10	Вечерняя прогулка, игры на свежем воздухе, ОПТ.	
20.30 – 21.00	Просмотр информационных программ ТВ, подведение итогов дня.	

21.00-21.30- 5-8 классы/ 21.00-22.00 – 9,10,11 классы	Подготовка ко сну, личное время, самообслуживание
21.30 - 5-8 классы/ 22.00 – 9,10,11 классы	Сон

4.13. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым ежегодно приказом директора гимназии.

4.14. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися Учебного плана гимназии, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не превышает в совокупности величину недельной учебной 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	6-дневная учебная неделя, не более	5-дневная учебная неделя, не более
5	32 часа	29 часов
6	33 часа	30 часов
7	35 часов	32 часа
8 - 9	36 часов	33 часа
10 - 11 (универсального обучения)	37 часов	34 часа

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

Расписание внеурочной деятельности и занятий объединений дополнительного образования составляются с учетом 30-40 минутного перерыва после учебных занятий.

4.16. При проведении занятий по иностранному языку, трудовому обучению, информатике обучающиеся классов делятся на группы.

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

4.18. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. Классы одного года обучения образуют учебную параллель и обозначаются в документации гимназии номером, отражающим год обучения, а каждому классу параллели присваивается буквенная литера. За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников гимназии.

4.19. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): 5-х классах – 2 ч., в 6-8-х классах – 2,5 ч., в 9-11 классах – до 3,5 ч.

4.20. В гимназии организовано медицинское обслуживание обучающихся на базе своего медицинского пункта. Медицинские осмотры обучающихся в гимназии организуются и проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

4.21. Медицинским отделом для классных руководителей оформляются листы здоровья, в которых для каждого обучающегося вносятся сведения о группе здоровья, группе занятий физической культурой, рекомендуемом размере учебной мебели.

4.22. В гимназии установлены следующие учебные дни: Понедельник, Вторник, Среда, Четверг, Пятница.

5. Режим каникулярного времени

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

6. Режим внеурочной деятельности

6.1 Режим внеурочной деятельности в рамках реализации основных образовательных программ регламентируется расписанием занятий внеурочной деятельности.

6.2. Расписание занятий детских объединений дополнительного образования регламентируется расписанием занятий детских объединений дополнительного образования.

6.3. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия осуществляется в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы гимназии регламентируется приказом по гимназии. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несет педагогический работник, назначенный приказом по гимназии и прошедший инструктаж по охране труда. Ответственный работник проводит инструктаж по охране труда с обучающимися.

6.4. Групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 40 минут после окончания уроков.

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

7. Особенности организации образовательного процесса при электронном и дистанционном формате

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

7.2. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

7.3. 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 30 минут.

8. Промежуточная и государственная итоговая аттестация обучающихся

8.1. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений, обучающихся определяется соответствующими локальными актами гимназии.

8.2. Освоение образовательных программ основного общего и среднего общего образования завершается государственной итоговой аттестацией обучающихся.

9. Заключительные положения

9.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) является локальным нормативным актом организации, осуществляющей образовательную деятельность, принимается на Педагогическом Совете и утверждается (вводится в действие) приказом директора общеобразовательной организации.

9.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме и вводятся в действие приказом директора.

9.3. Данное Положение принимается на неопределенный срок.