

Принято на заседании
педагогического совета (протокол от 28.08.2026 г. № 8)

Принято с учетом мнения Совета родителей
(законных представителей)
обучающихся (протокол от 28.08.2026 г. № 5)

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора № 389 от _31.08.26_ г.

Принято с учетом мнения Совета обучающихся
(протокол № 1 от _27.08.2026__ г.)

Положение о режиме занятий обучающихся.

1. Общие положения

Положение о режиме занятий обучающихся (далее - Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ, 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" (с изменениями и дополнениями); ; Приказом 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";, Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения РФ, касающиеся ФОП начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования»; уставом МОБУ «Гимназия № 3» г. Кудымкара (далее - Гимназия)

1.2. Положение устанавливает режим занятий обучающихся в учебное, внеурочное и каникулярное время. Режим занятий действует в течение учебного года, принимается с учетом мнения родителей (законных представителей) обучающихся и утверждается приказом директора Учреждения. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора Учреждения.

2. Режим образовательного процесса

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

2.2. Продолжительность учебного года в 1-х классах - 33 недели, во 2-11-х классах - не менее 34 недель.

2.3. Учебный год в Гимназии в **1-11-х классах делится на четверти.**

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, утверждаемым приказом директора. См. Приложение №1.

2.6. Обучение в Гимназии осуществляется в две смены. В две смены обучаются 3,4 классы. **Во вторую смену обучаются 2,7 классы.**

2.7. Обучение в Гимназии ведется по 5-ти дневной учебной неделе.

2.8. Продолжительность уроков во 2-11-х классах составляет 40 минут.

2.9. 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 1 -х классах используется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- Сентябрь, октябрь — по 3 урока продолжительностью 35 минут;
- Ноябрь, декабрь — по 4 урока и один день по 5 уроков продолжительностью 35 минут;
- Январь - май — по 4 урока и один день по 5 уроков продолжительностью 40 минут.

2.10. Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8.40. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 3-х перемен в первую смену и не менее 2-х перемен во вторую смену, продолжительностью не менее 20 минут.

2.12. Расписание звонков утверждается ежегодно к новому учебному году приказом директора.

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

2.14. Учебные нагрузки обучающихся не должны превышать нормы, определенные требованиями СанПиН к организации учебного процесса. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с таблицей:

Максимально допустимая нагрузка в академических часах.

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах.
	5-дневная учебная неделя, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
1	21	10
2-3	23	10
4	23	10
5	28	10
6	29	10
7	31	10
8	32	10
9	33	10
10-11	36	10

2.15. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой аудиторной недельной нагрузки **в течение дня не должен превышать:**

- для обучающихся 1 -х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 8 - 11 классов - не более 8 уроков.

2.16. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели. При проведении занятий по иностранному языку и технологии в 5-9-х и 10-11-х классах, физической культуре в 10-11-х классах, по информатике, физике, химии (во время практических занятий) допускается деление класса на две группы при наполняемости более 25 человек. При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей

наполняемостью при проведении занятий по другим предметам, а также 1-4-х классов при изучении иностранного языка.

2.17. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

2.18. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся 1-4-х классов основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физкультуры, а для обучающихся 5-9-х и 10-11-х классов - предметы естественно-математического и гуманитарного циклов.

2.19. Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводиться на 2 уроке; 2-4 классов - на 2-3 уроках; для обучающихся 5-11-х классов - на 2-4 уроках.

2.21. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

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

3. Режим каникулярного времени

3.1. Продолжительность весенних и осенних каникул составляет не менее 9 дней

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

4. Режим внеурочной деятельности

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

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеурочные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Организованный выход обучающихся за пределы Учреждения разрешается только после издания соответствующего приказа директора. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, педагогический работник, который назначен приказом директора.

4.3. Факультативные, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком перерыв составляет не менее 20 минут.

4.4. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой нагрузки. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий.

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



Годовой календарный график на 2026 – 2027 учебный год

1 четверть (8 недель)

сентябрь 2026						октябрь 2026						39 учебных дней
П		7	14	21	28		5	12	19	26		
В	1	8	15	22	29		6	13	20	27		
С	2	9	16	23	30		7	14	21	28		
Ч	3	10	17	24		1	8	15	22	29		
П	4	11	18	25		2	9	16	23	30		
С	5	12	19	26		3	10	17	24	31		
В	6	13	20	27		4	11	18	25			

2 четверть (8 недель)

ноябрь 2026						декабрь 2026						40 учебных дней
П		2	9	16	23	30		7	14	21	28	
В		3	10	17	24		1	8	15	22	29	
С		4	11	18	25		2	9	16	23	30	
Ч		5	12	19	26		3	10	17	24	31	
П		6	13	20	27		4	11	18	25		
С		7	14	21	28		5	12	19	26		
В	1	8	15	22	29		6	13	20	27		

3 четверть (11 недель)

январь 2027						февраль 2027						март 2027						51 учебных дней
П		4	11	18	25		1	8	15	22		1	8	15	22	29		
В		5	12	19	26		2	9	16	23		2	9	16	23	30		
С		6	13	20	27		3	10	17	24		3	10	17	24	31		
Ч		7	14	21	28		4	11	18	25		4	11	18	25			
П	1	8	15	22	29		5	12	19	26		5	12	19	26			
С	2	9	16	23	30		6	13	20	27		6	13	20	27			
В	3	10	17	24	31		7	14	21	28		7	14	21	28			

4 четверть (7,5 недели)

апрель 2027						май 2027						35 учебных дней
П		5	12	19	26		3	10	17	24		
В		6	13	20	27		4	11	18	25		
С		7	14	21	28		5	12	19	26		
Ч	1	8	15	22	29		6	13	20	27		
П	2	9	16	23	30		7	14	21	28		
С	3	10	17	24		1	8	15	22	29		
В	4	11	18	25		2	9	16	23	30		

КАНИКУЛЫ

1	Осенние	26.10.26-03.11.26
2	Зимние	31.12.26-10.01.27
3	Весенние	27.03.27-04.04.27
4	Летние	27.05.27-31.08.27
5	Дополнительные для 1-х классов	15.02.27-21.02.27