

Принято на педагогическом совете  
Протокол №6  
От «30» мая 2023 г

Принято Общим  
собранием работников  
ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС»  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 3 от «30» мая 2023 г.

Учтено мнение  
Совета родителей  
протокол № 4 от «30» мая 2023г.

Учтено мнение  
Школьного совета  
протокол № 8 от «30» мая 2023г

Утверждено  
Директор ЧОУ СОО  
«Лицей АРИСТОС» СОО  
Калинин О.В. «Лицей  
АРИСТОС»  
Приказ № 29  
от «09» июня 2023 г.



## **ПОЛОЖЕНИЕ № 2.48 о режиме занятий обучающихся**

### **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» (далее – Учреждение) разработано в соответствии с:

- конвенцией ООН о правах ребёнка;
- Конституцией Российской Федерации;
- Федеральным Законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 29.12.2012. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- санитарными правилами и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (далее-СанПин 1.2.3685-21);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 №115;
- Уставом ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС».

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся. Режим занятий обучающихся действует в течение учебного года и регламентирует функционирование ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» в период организации образовательного процесса, каникул. Временное изменение режима занятий возможно на основании Приказа Директора.

Принято на педагогическом совете  
Протокол №6  
От «30» мая 2023 г

Утверждено  
Директор ЧОУ СОО  
«Лицей АРИСТОС»

Принято Общим  
собранием работников  
ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС»  
Красногвардейского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 3 от «30» мая 2023 г.

---

Калинин О.В.  
Приказ № 29  
от «09» июня 2023 г.

Учтено мнение  
Совета родителей  
протокол № 4 от «30» мая 2023г.

Учтено мнение  
Школьного совета  
протокол № 8 от «30» мая 2023г

## **ПОЛОЖЕНИЕ № 2.48 о режиме занятий обучающихся**

### **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» (далее – Учреждение) разработано в соответствии с:

- конвенцией ООН о правах ребёнка;
- Конституцией Российской Федерации;
- Федеральным Законом от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 29.12.2012. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- санитарными правилами и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (далее-СанПин 1.2.3685-21);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования"
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по

основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 №115;

- Уставом ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС».

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся. Режим занятий обучающихся действует в течение учебного года и регламентирует функционирование ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» в период организации образовательного процесса, каникул. Временное изменение режима занятий возможно на основании Приказа Директора.

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. Учебный год**

2.1. Учебный год в ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2. Учебный год заканчивается в соответствии с Федеральными основными общеобразовательными программами. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год заканчивается в предыдущий рабочий день. Для 9 и 11 классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием ГИА.

2.3. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.4. Продолжительность учебного года: 1 классы – 33 учебные недели, 2-11 классы – 34 учебные недели.

2.5. Учебный год составляют учебные периоды: четверти или полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.

2.6. Продолжительность учебных четвертей составляет: I четверть – 8 учебных недель; II четверть – 8 учебных недель, III четверть – 11 учебных недель (1 класс – 10 учебных недель), IV четверть – 7 учебных недель.

2.7. Продолжительность каникул составляет: по окончании I четверти – 9 календарных дней, по окончании II четверти – 9 календарных дней, по окончании III четверти – 9 календарных дней, по окончании учебного года (летние каникулы) - не менее 8 недель.

2.8. Для обучающихся первых классов устанавливаются в течение года дополнительные каникулы (9 календарных дней).

2.9. Начало летних каникул определяется в соответствии с календарным учебным графиком ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» и расписанием экзаменов государственной (итоговой) аттестации.

2.10. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (полугодий), 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.

2.11. Нерабочими праздничными днями, приходящиеся на период обучения считаются: 4 ноября – День народного единства, 23 февраля – День защитника Отечества, 8

марта - Международный женский день, 1 мая – Праздник Весны и Труда, 9 мая – День Победы, 12 июня – День России.

### 3.Режим занятий учащихся

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

- I класс – 21 час;
- II класс – 23 часа;
- III класс – 23 часа;
- IV класс – 23 часа;
- V класс – 29 часов;
- VI класс – 30 часов;
- VII класс – 32 часов;
- VIII класс – 33 часов;
- IX класс – 33 часов;
- X класс – 34 часов;
- XI класс – 34 часов;

3.2.Организация профильного обучения в 10-11х классах не приводит к увеличению образовательной нагрузки.

3.3.Учебная нагрузка закрепляется расписанием учебных занятий на учебный год, которое утверждается Директором. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной Гигиеническими нормативами.

3.4.Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и внеурочных занятий. Внеурочные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочных занятий и последним уроком проводится перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

3.5.Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели. Общий объем нагрузки в течение дня не превышает:

для обучающихся 1-х классов – 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;

для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков;

для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;

для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

3.6.Объем домашних заданий, затраты времени на его выполнение определяется требованиями СанПиН 1.2.3685-21 и соответствующим локальным актом ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС».

Продолжительность выполнения домашних заданий, не более	1 класс	1,0 ч
	2-3 классы	1,5 ч
	4 -5 классы	2,0 ч
	6-8 классы	2,5 ч
	9-11 классы	3,5 ч

3.7.Учебные занятия ведутся в одну смену (первую).

3.8.Начало уроков в 10.00. С учетом малой наполняемости классов (до 15 человек) продолжительность уроков - 40 минут (в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21 не более 45 мин, в соответствии с требованиями ФОП ООО 40 – 45 минут). Продолжительность перемен: 1 и 2 – по 10 мин., 3 – 20 мин. (обед для 1 – 5 классов), дополнительная большая перемена после 4 урока для организации обеда в 6 – 11 классах.

3.9.Согласно «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СП 2.4.3648-20 обучение в первых классах осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

учебные занятия проводятся по пятидневной учебной неделе и только в первую смену;

в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры; январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры);

В сентябре-октябре проведение четвертого урока и один раз в неделю пятого урока проводятся в неурочном формате занятий: целевые прогулки, экскурсии, уроки-театрализации, уроки-игры.

3.10.В 1 классе в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

3.11.Еженедельно по понедельникам в 9.40 запланирован вынос Государственного Флага РФ, в 9.50 – 10.20 проводится внеурочное занятие «Разговоры о важном». Между внеурочной деятельностью и образовательным блоком предусмотрен перерыв 30 минут. Начало первых уроков по понедельникам 10.50

3.12.Промежуточная аттестация в переводных 2 – 4, 5 – 9, 10 - 11-х классах проводится в апреле - мае без прекращения образовательного процесса в соответствии с графиком годовой промежуточной аттестации.

3.13.Сроки проведения государственной итоговой аттестации учащихся устанавливаются приказами Министерства образования и науки Российской Федерации и регионального органа управления образованием.

3.14.Режим работы Учреждения – пятидневная учебная неделя с выходными днями – суббота, воскресенье.

3.15. Режим дня составлен с учетом круглосуточного пребывания учащихся в Учреждении.

	1 класс	2-4 классы	5-6 классы	7-11 классы
08.00 – 09.20	Подъем, зарядка, гигиенические процедуры, медицинский осмотр			
09.30 – 09.50	Завтрак (9.20 – 9.40 понедельник)			
10.00 – 13.20	Образовательный блок			
13.40 – 14.20	Динамическая пауза/ Образовательный блок	Образовательный блок/Прогулка	Образовательный блок	
14.30 – 15.10	Внеурочная деятельность/ Динамическая пауза	Прогулка/Внеурочная деятельность		
15.20 – 16.00	Самоподготовка		15.30 – 16.00 Внеурочная деятельность	Образовательный блок/ Внеурочная деятельность (15.30 – 16.00)
16.00 – 16.20	Полдник			
16.20 – 17.00	Внеурочная деятельность	Внеурочная деятельность	Самоподготовка	
17.15 – 18.00	По плану ГПД	Внеурочная деятельность/ по плану ГПД		
18.20 – 19.00		По плану ГПД		

19.00 – 19.40	Прогулка		
19.40 – 20.00	Ужин		
20.00 – 21.00	Подготовка ко сну, гигиенические процедуры, медицинский осмотр		
21.00	Отбой		
22.00		Отбой	

3.16. Во время урока осуществляется чередование различных видов учебной деятельности (за исключением контрольных работ).

Количество видов учебной деятельности на учебном занятии	1-4 классы	3-7
	5-11 классы	5-7
Продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии, мин	1-4 классы	5-7
	5-9 классы	7-10
	10-11 классы	7-10
Плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общему времени), %	1-4 классы	60-80
	5-9 классы	70-90
	10-11 классы	70-90
Моторная плотность урока физической культуры, %, не менее		70

3.17. Перерыв во время занятий для гимнастики составляет не менее 2 минут.

3.18. Расписание занятий составляется администрацией ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС», утверждается Директором ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС».

3.19. В ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» организуется горячее питание учащихся.

3.20. Питание в столовой осуществляется в соответствии с графиком посещения столовой, утвержденным директором ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС».

3.21. В ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» организуется медицинское обслуживание учащихся.

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

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

3.24. Все помещения ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» подлежат ежедневной влажной уборке с применением моющих средств.

Уборку учебных и вспомогательных помещений проводят после окончания уроков каждой смены, в отсутствие учащихся, при открытых окнах или фрамугах.

Дезинфицирующие растворы для мытья полов готовят перед непосредственным применением в туалетных комнатах в отсутствие учащихся.

3.25. Дезинфицирующие и моющие средства хранят в упаковке производителя, в соответствии с инструкцией, и в местах, недоступных для учащихся.

3.26. С целью предупреждения распространения инфекции при неблагоприятной эпидемиологической ситуации в ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» проводят дополнительные противоэпидемические мероприятия, по предписаниям органов, уполномоченных осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

3.27. Не реже одного раза в месяц во всех видах помещений ЧОУ СОО «Лицей АРИСТОС» проводится генеральная уборка с применением моющих и дезинфицирующих средств.

#### 4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

4.2. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности учащихся в течение недели устанавливается облегченный учебный день (среда или четверг).

4.3. 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).

4.5. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не превышает для учащихся 1-4-х классов - 10 минут, для 5-11-х классов - 15 минут.

4.6. 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 проводятся в зале.

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

4.8. На самоподготовку на уровне НОО выделено 40 минут в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21. Самоподготовка проводится с 15 до 16 часов под руководством учителя начальных классов, который осуществляет проверку правильности выполнения домашнего задания по всем предметам, стоящим в расписании следующего учебного дня. При наличии времени учитель оценивает письменные работы обучающегося, консультирует его, совместно анализирует допущенные ошибки.

4.9. На самоподготовку на уровне ООО выделено 1ч. 40 мин. в соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21. Самоподготовка проводится с 16.20 до 18.00 часов под руководством дежурного учителя-предметника, который осуществляет проверку факта выполнения письменных домашних заданий по критериям: аккуратность, объем и полнота заданий;

- распределяет время на подготовку устных домашних заданий, контролирует процесс их исполнения;
- при наличии времени учитель-предметник проверяет и выставляет отметку в тетрадь за письменное домашнее задание;
- при наличии времени учитель-предметник консультирует обучающихся по своему предмету после выполнения учеником домашнего задания на следующий учебный день в полном объеме.

## **5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. 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. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организованы в формах, отличных

от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

6.2. При выходе учащихся за пределы здания Учреждения (экскурсии, соревнования, городские мероприятия и другое) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения.

6.3. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 20 минут.

6.4. 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.