СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
Протокол № 1 от 28.08.2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор АНО СОШ
«Ново – Никольская гимназия»
_____ /Андреева М.Г./

АНО СОШ "НОВО-НИКОЛЬСКАЯ ГИМНАЗИЯ"
Подписано цифровой подписью: АНО СОШ "НОВО-НИКОЛЬСКАЯ ГИМНАЗИЯ"
Дата: 2026.10.23 13:00:57 +03'00'

Режим занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся АНО СОШ «Ново – Никольская гимназия» (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 – эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28, Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2, уставом школы.

1.2. Основные образовательные программы начального общего и дополнительного 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 с 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной образовательной программы

соответствующего уровня образования или дополнительной образовательной программы. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального образования составляет не менее 34 недель, в 1 классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды.

2.4. С целью обеспечения равномерного распределения учебной нагрузки в течение всего учебного года между учебными периодами организованы каникулы.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, 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.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведётся:

- по пятидневной учебной неделе в 1 – 4 классах. В субботу возможно проведение кружков и секций;

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-4 классах составляет 40 мин. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

– В сентябре-октябре – по 3 урока продолжительностью 35 минут;
– В ноябре-декабре – по 4 урока продолжительностью 40 минут;
– С января по май – по 4 урока продолжительностью 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе начинаются в 9 часов 00 минут.

3.4. Продолжительность перемен между уроками составляет

– После 1 урока – 20 минут;

– После 2 урока – 10 минут;

– После 3 и 4 урока – 10 минут.

В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 30 минут.

3.5. Расписание звонков:

Урок	Начало урока	Окончание урока
1	09:00	09:40
2	10:00	10:40
3	10:50	11:30
4	11:40	12:20
5	12:30	13:10

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

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении занятий по иностранному языку, трудовому обучению, допускается деление класса на группы. В случае необходимости при наличии необходимых условий и средств принимает решение о делении на группы классов для проведения учебных занятий по другим предметам.

4.2. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с таблицей:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

Классы	Пятидневная учебная неделя, не более (в часах)
1	21
2-4	23

4.3. Учебная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

– Для обучающихся 1-х классов не более 4 уроков и 1 день в неделю – не более 5 уроков за счет урока физической культуры;

– Для обучающихся 2-4-х классов – не более 5 уроков.

4.4. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3-х классах – 1,5 ч., 4-м классе – 2 ч. Домашние задания в 1-м классе не задаются.

5. Режим внеурочной деятельности и дополнительного образования

5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений, в том числе в рамках дополнительного образования устанавливается расписанием занятий, утвержденным приказом директора школы.

5.2. Время проведений экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

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

6. Режим двигательной активности обучающихся

6.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

– Физкультминуток;

– Организованных подвижных игр на переменах;

– Внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;

6.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе.

6.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

6.4. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристических походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.