

Принято на общем  
собрании работников  
учреждения  
Протокол №1 от  
28.08.2021

Принято на заседании  
педагогического  
совета  
Протокол №1  
от 28.08.2021

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор лицея №188

Э.Г. Расулова

Приказ №3

от 31.08.2021



**ПОЛОЖЕНИЕ  
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ  
УЧРЕЖДЕНИИ «МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ №188»  
КИРОВСКОГО РАЙОНА Г. КАЗАНИ**



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат: 1ССС1Е33D1500177372F26BD69BA8058

Владелец: Расулова Эльвира Галимовна

Действителен с 31.03.2025 до 24.06.2026

**Положение**  
**О режиме занятий обучающихся**  
**I. Общие положения**

- 1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Лицей №188» Кировского района г.Казани (далее - лицей) 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 организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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 Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 № 115.
- 1.2. Основные 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 правилами и гигиеническими нормативами.

**II. Учебный год**

- 2.1. Учебный год в лицее 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. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения может

начаться позднее согласно Положению о формах получения общего образования и формах обучения лица и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального общего, основного общего и 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.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти в 1-9 классах и полугодия в 10-11 классах. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.

2.5. После окончания каждой четверти следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. 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.

### **III. Режим занятий**

3.1. Обучение в лицее ведется:

-по пятидневной учебной неделе в 1-х классах;

-по шестидневной учебной неделе во 2–11-х классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ (при наличии) организуется по

5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

-35 минут в сентябре – декабре;

-40 минут в январе – мае.

Продолжительность урока в условиях напряженной санитарной эпидемиологической обстановке не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в лицее организованы в одну смену.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10-15 мин, одна перемена – 20 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

<b>сентябрь-октябрь</b>	
<b>ВРЕМЯ</b>	<b>ФОРМА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ</b>
8:00-8:35	1 УРОК
8:35-8:50	ЗАВТРАК
8:50-9:25	2 УРОК
9:25-9:45	ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА
9:45-10:20	3 УРОК
10:20-10:45	ПЕРЕМЕНА
10:45-11:20	(внеурочная деятельность)

<b>ноябрь-декабрь</b>	
<b>ВРЕМЯ</b>	<b>ФОРМА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ</b>
8:00-8:35	1 УРОК
8:35-8:50	ЗАВТРАК
8:50-9:25	2 УРОК
9:25-9:45	ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА
9:45-10:20	3 УРОК
10:20-11:45	ПЕРЕМЕНА
10:45-11:20	4 УРОК
11:20-11:40	ПЕРЕМЕНА
11:40	(внеурочная деятельность)

<b>январь-май</b>	
<b>ВРЕМЯ</b>	<b>ФОРМА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ</b>
8:00-8:40	1 УРОК
8:40-8:50	ЗАВТРАК
8:50-9:30	2 УРОК
9:30-9:45	ДИНАМИЧЕСКАЯ ПАУЗА
9:45-10:25	3 УРОК
10:25-10:45	ПЕРЕМЕНА
10:45-11:25	4 УРОК
11:25-11:40	ПЕРЕМЕНА
11:40-12:20	5 УРОК ( по расписанию)
11:25(12:20)-11:40(12:35)	ПЕРЕМЕНА
11:40(12:20)	внеурочная деятельность

Расписание звонков для остальных классов:

УРОК	ВРЕМЯ	ПЕРЕМЕНА
	<b>1 смена</b>	
1 урок	08:00 - 08:40	10 мин
2 урок	08:50 - 09:30	15 мин
3 урок	09:45 - 10:25	20 мин
4 урок	10:45 - 11:25	15 мин
5 урок	11:40 - 12:20	15 мин
6 урок	12:35 - 13:15	10 мин
7 урок	13:25 - 14:05	

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

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;
- 7 – 11-х классах – семи.

3.2. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

#### **IV. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в 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).

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.

4.1. 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%.

#### **V. 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.

Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

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 заканчивается не позднее 18.00.

Продолжительность урока не превышает 40 минут.

## **VI. Режим внеурочной деятельности**

6.1.Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.


6.2.Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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

Лист согласования к документу № 28 от 30.03.2026  
Инициатор согласования: Расулова Э.Г. Директор  
Согласование инициировано: 30.03.2026 10:05

**Лист согласования**

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Расулова Э.Г.		 Подписано 30.03.2026 - 10:05	-