

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей информационных технологий»  
Приморского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ «Лицей ИТ»)**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
ГБОУ «Лицей ИТ»  
Протокол от 01.09.2025 № 1

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора ГБОУ «Лицей ИТ»  
от 01.09.2025 № 8-од  
\_\_\_\_\_ Д.И. Серженко

**УЧТЕНО мотивированное мнение**

Совета родителей  
ГБОУ «Лицей ИТ»  
Протокол от 01.09.2025 № 1

**УЧТЕНО мотивированное мнение**

Совета обучающихся  
ГБОУ «Лицей ИТ»  
Протокол от 01.09.2025 № 1

**ПОЛОЖЕНИЕ  
о режиме занятий обучающихся**

**Санкт-Петербург  
2025**

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) является локальным нормативным актом, регулирующим режим организации образовательного процесса и регламентирующим режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей информационных технологий» Приморского района Санкт-Петербурга (далее – Лицей).

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- 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»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей информационных технологий» Приморского района Санкт-Петербурга, утвержденным распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 18.04.2025 № 457-р.

1.3. Режим занятий обучающихся определяется настоящим Положением, временное изменение режима занятий возможно только на основании приказов по ОУ.

## **2. Режим образовательного процесса**

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

2.2. Продолжительность учебного года при получении начального общего образования в 2-4 классах, основного общего и среднего общего образования в 5-9 классах без учета государственной (итоговой) аттестации составляет не менее 34 учебных недели, в первом классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти (в 1-9-х классах) и полугодия (в 10-11-х классах). Количество четвертей – 4, количество полугодий – 2.

2.4. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для учащихся в первом классе устанавливаются в течение учебного года дополнительные недельные каникулы.

2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, утверждаемым приказом директора Лицея.

2.6. Обучение в Лицее ведется:

- в 1-4-х классах – по 5-ти дневной учебной неделе;
- в 5-9 классах, изучающих предметы на базовом уровне – по 5-дневной учебной неделе;
- в 5-9 классах, изучающих предметы на углублённом уровне – по 6-дневной учебной неделе.

2.7. Продолжительность урока во 2-11-х классах не превышает 45 минут.

2.8. В 1-х классах в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- сентябрь, октябрь — 3 урока по 35 минут каждый;
- ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый;
- январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый.

В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

2.9. Учебные занятия начинаются не ранее 8 часов утра и заканчиваются не позднее 19 часов. Обучение осуществляется в одну смену.

2.10. Продолжительность перемен между уроками составляет от 10 до 20 минут. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 20-30 минут.

2.11. Для 2-11-х классов устанавливается следующий режим уроков и перемен:

<b>№</b>	<b>Урок</b>	<b>Перемена</b>
1.	09:00 – 09:40	09:40 – 10:00
2.	10:00 – 10:40	10:40 – 11:00
3.	11:00 – 11:40	11:40 – 12:00
4.	12:00 – 12:40	12:40 – 13:00
5.	13:00 – 13:40	13:40 – 13:50
6.	13:50 – 14:30	14:30 – 14:40
7.	14:40 – 15:20	15:20 – 15:30
8.	15:30 – 16:10	

2.12. 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;
- для обучающихся 5 – 6-х классов – не более 6 уроков;

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

2.13 Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели.

2.14 При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся I ступени основные предметы (математика, русский и иностранный язык) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда (технологии), физкультуры, а для обучающихся II и III ступени обучения - предметы естественно-математического и гуманитарного циклов.

2.15 Для обучающихся 1-х классов наиболее сложные предметы проводятся на 2 уроке; 2-4 классов – 2-3 уроках, для обучающихся 5-11-х классов на 2-4 уроках.

2.16 В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

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

2.19 В течение учебного дня запрещено проводить более одной контрольной работы. Контрольные по предмету не чаще, чем 1 раз в 2,5 недели. Для оптимизации в начале учебного года создается единый график оценочных процедур.

### **3 Режим каникулярного времени.**

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

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

### **4. Режим внеурочной деятельности.**

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

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

4.3. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, воспитатель, который назначен приказом директора.

4.4. Групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются через 30 минут после окончания уроков.

4.5. Часы групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой нагрузки.

4.6. В Лицее по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продленного дня обучающихся 1-4-х классов, которые начинают свою работу после окончания уроков. Режим работы каждой группы утверждается директором школы. Группы продленного дня действуют на основании Положения о группах продленного дня. В группе продленного дня продолжительность прогулки для младших школьников должна составлять не менее 1 часа. Двигательная активность на воздухе должна быть организована в виде подвижных и спортивных игр.