

**Санкт-Петербургское государственное бюджетное  
профессиональное образовательное Училище  
«Училище олимпийского резерва №1»**

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
СПб ГБПОУ «УОР № 1»  
Протокол от 29.08.2024 № 1

**УТВЕРЖДЕНО:**

Директор  
СПб ГБПОУ «УОР № 1»  
\_\_\_\_\_ В.А. Кузнецов  
Приказ от 29.08.2024 № 251

Согласовано  
с Советом родителей  
(законных представителей)  
обучающихся СПб ГБПОУ «УОР №1»  
Протокол от 30.05.2024 № 3  
Председатель Совета родителей  
\_\_\_\_\_ Антонов Д.А.



Согласовано  
с Советом обучающихся  
СПб ГБПОУ «УОР №1»  
Протокол от 25.05.2024 № 3  
Председатель Совета обучающихся  
\_\_\_\_\_ Макаров Г.Н.

**Положение  
о режиме занятий обучающихся  
по программам основного общего и среднего общего  
образования в Санкт-Петербургском государственном  
бюджетном профессиональном образовательном учреждении  
«Училище олимпийского резерва № 1»**

## **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся по программам основного общего и среднего общего образования в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Училище олимпийского резерва № 1» (далее – Положение, Учреждение) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 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» (с изменениями и дополнениями);

- 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 28.01.2021 № 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 СПб ГБПОУ «УОР № 1»;

- Положением о Совете родителей СПб ГБПОУ «УОР № 1»;

- Учебным планом и календарным учебным графиком основного общего образования (далее – ОО) и среднего общего образования (далее – СОО) Учреждения.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся 8 – 11 классов Учреждения.

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися 8 – 11 классов и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися общего образования.

1.4. Положение подлежит размещению на официальном сайте Учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

## **2. Режим образовательного процесса**

2.1. Формы получения образования и формы обучения по общеобразовательным программам определяются соответствующими федеральными государственными образовательными стандартами.

2.2. Образовательный процесс по программам ОО и СОО в Учреждении осуществляется на основе учебного плана, календарного учебного графика, плана внеурочной деятельности, расписания занятий, разрабатываемых Учреждением самостоятельно и утверждаемых ежегодно приказом директора на начало учебного года.

2.3. Календарный учебный график отражает календарные периоды учебного года, продолжительность учебных занятий (время начала и окончания уроков),

каникул, выходных и праздничных дней, продолжительность учебной недели, сменность занятий, сроки проведения промежуточной аттестации.

2.4. Первый и последний день учебного года в Учреждении для обучающихся 8–11 классов определяется календарным учебным графиком. График учебного процесса разрабатывается Учреждением самостоятельно с учетом собственных особенностей осуществления образовательного процесса, а также с учетом мнения Педагогического совета Учреждения и утверждается приказом директора.

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

2.6. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти и полугодия.

2.7. Учебный год для 8 и 9 классов делится на 4 четверти, для 10 и 11 классов – на два полугодия.

2.8. С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане обучающихся должно быть предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха учащихся (здоровьесберегающий подход).

2.9. Сроки начала и окончания каникул определяются Учреждением самостоятельно.

2.10. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней и регулируется ежегодно Годовым календарным учебным графиком с соблюдением сроков каникулярного времени указанных в ежегодных распоряжениях Комитета по образованию Санкт-Петербурга.

2.11. В соответствии с федеральным базисным учебным планом и в целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с календарным учебным графиком и составляет:

- в 9, 11 классах — 34 учебные недели (не включая летний экзаменационный период в 9 и 11 классах);

- в 8, 10 классах – 35 учебных недель.

2.12. В Учреждении устанавливается пятидневная учебная неделя с выходными днями в субботу и воскресенье для 8-11 классов.

2.13. Промежуточная аттестация проводится по итогам освоения образовательной программы: в 8 и 9 классах – за четверти, в 10 и 11 классах – за полугодия.

2.14. В 9, 11 классах продолжительность аттестационного периода и летних каникул определяется с учетом прохождения учащимися итоговой аттестации.

2.15. Организация обучения в 8-11 классах ведётся в рамках пятидневной учебной недели. Максимальная аудиторная нагрузка обучающихся соответствует нормативным требованиям СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и составляет:

| Нагрузка \ Классы             | VIII | IX | X  | XI |
|-------------------------------|------|----|----|----|
| Максимальное количество часов | 33   | 33 | 34 | 34 |

2.16. Обучение в 8 - 9 классах осуществляется в рамках пятидневной учебной недели на уровне базового образования, в 10-11 общеобразовательных классах осуществляется обучение по универсальному профилю с углубленной подготовкой по биологии и обществознанию.

2.17. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки для обучающихся 8 – 11 классов в течение дня составляет не более 7 уроков. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.18. В Учреждении обучение осуществляется в одну смену, разделенную на 3 режима:

1 режим: начало занятий в 10.20

2 режим: начало занятий в 12.00

3 режим: начало занятий в 13.40

2.19. Продолжительность уроков в 8-11 классах составляет 40 минут, продолжительность перемен – 10 минут. Для приема пищи (обед) устанавливается перемена продолжительностью 20 минут.

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

2.21. Определение объема домашних заданий осуществляется педагогическими работниками в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями и правилами, Гигиеническими нормами. Объем домашних заданий должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали в астрономических часах: для 8 класса – 2,5 часа, для 9-11 классов – 3,5 часа.

| №    | Урок        | Перемена | РЕЖИМ-1 |
|------|-------------|----------|---------|
| 1    | 10.20-11.00 | 10 мин   | 1 урок  |
| 2    | 11.10-11.50 | 10 мин   | 2 урок  |
| 3    | 12.00-12.40 | 10 мин   | 3 урок  |
| 4    | 12.50-13.30 | 10 мин   | 4 урок  |
| 5    | 13.40-14.20 |          | 5 урок  |
| Обед | 14.20-14.40 | 20 мин   | ОБЕД    |
| 6    | 14.40-15.20 | 10 мин   | 6 урок  |
| 7    | 15.30-16.10 | 10 мин   | 7 урок  |
| №    | Урок        | Перемена | РЕЖИМ-2 |
| 1    | 12.00-12.40 | 10 мин   | 1 урок  |
| 2    | 12.50-13.30 | 10 мин   | 2 урок  |
| 3    | 13.40-14.20 | 10 мин   | 3 урок  |
| 4    | 14.30-15.10 |          | 4 урок  |
| Обед | 15.10-15.30 | 20 мин   | ОБЕД    |
| 5    | 15.30-16.10 | 10 мин   | 5 урок  |
| 6    | 16.20-17.00 | 10 мин   | 6 урок  |
| 7    | 17.10-17.50 | 10 мин   | 7 урок  |

| №        | Урок               | Перемена      | РЕЖИМ-3       |
|----------|--------------------|---------------|---------------|
| Обед     | <b>13.20-13.50</b> | <b>30 мин</b> | <b>ОБЕД</b>   |
| <b>1</b> | <b>13.50-14.30</b> | 10 мин        | <b>1 урок</b> |
| <b>2</b> | <b>14.40-15.20</b> | 10 мин        | <b>2 урок</b> |
| <b>3</b> | <b>15.30-16.10</b> | 10 мин        | <b>3 урок</b> |
| <b>4</b> | <b>16.20-17.00</b> | 10 мин        | <b>4 урок</b> |
| <b>5</b> | <b>17.10-17.50</b> | 10 мин        | <b>5 урок</b> |
| <b>6</b> | <b>18.00-18.40</b> | 10 мин        | <b>6 урок</b> |
| <b>7</b> | <b>18.50-19.30</b> |               | <b>7 урок</b> |

### **3. Реализация образовательных программ основного общего и среднего общего образования с применением электронного оборудования и дистанционных образовательных технологий**

3.1. Реализация образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий регламентирована Положением «Об организации электронного обучения и обучения с использованием дистанционных образовательных технологий при реализации основных образовательных программ».

3.2. Реализация образовательных программ ООО и СОО с применением дистанционных образовательных технологий осуществляется любым доступным способом, в том числе с использованием информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3.3. При реализации образовательных программ, а также по дополнительным общеобразовательным программам с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий образовательной организации рекомендуется обеспечить внесение соответствующих корректировок в рабочие программы и (или) учебные планы в части форм обучения (лекция, онлайн-консультация), технических средств обучения.

3.4. В соответствии с техническими возможностями образовательная организация организывает проведение учебных занятий, консультаций, вебинаров на школьном портале или иной платформе с использованием различных электронных образовательных ресурсов.

3.5. Ресурсы для организации обучения с использованием дистанционных образовательных технологий:

3.5.1. Портал дистанционного обучения (<http://do2.rcokoit.ru>). Интерактивные курсы по основным предметам школьной программы;

3.5.2. Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>. Видеоуроки и тренажеры по всем учебным предметам;

3.5.3. Учи.ру математика и английский язык для 8-9 классов;

3.5.4. Лекториум <https://www.lektorium.tv/>. Онлайн-курсы и лекции для дополнительного образования. Отдельный блок курсов по наставничеству, педагогике и работе в кружках;

3.5.5. Интернет урок <https://interneturok.ru/>. Библиотека видеоуроков по школьной программе;

3.5.6. ЦОС Моя Школа <https://myschool.edu.ru/?ysclid=lqniy37h2i143816137/> Электронные книги, курсы, обучающие видео, интерактивный контент

и тренажеры. Российская электронная школа. Интерактивные уроки с 1 по 11 класс от лучших учителей страны.

3.5.7. Площадка Образовательного центра «Сириус» и тренажеры.  
<http://edu.sirius.online>

#### **4. Режим питания обучающихся**

4.1. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период приказом директора Учреждения.

4.2. Для организации питания выделяется специальное помещение (столовая), а также помещения для хранения и приготовления пищи.

4.3. Питание обучающихся проводится согласно расписанию учебных занятий.

#### **5. Режим внеурочной деятельности**

5.1. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающие проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

5.2. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием занятий внеурочной деятельности, утвержденным директором Учреждения.

5.3. Расписание занятий внеурочной деятельности составляется отдельно от расписания уроков.

5.4. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут.

5.5. Время проведения экскурсий, походов, выходов с обучающимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы Учреждения разрешается только после издания соответствующего приказа директора, направления в ГИБДД уведомления об организованной перевозке группы обучающихся. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора в качестве сопровождающего.

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

#### **6. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся**

6.1. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений, обучающихся определяется соответствующими локальными актами Учреждения, Положением о порядке проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся СПб ГБПОУ «УОР №1».

6.2. Промежуточная аттестация (административные контрольные работы), независимое тестирование в переводных классах проводится в сентябре - октябре, апреле - мае текущего года без прекращения образовательной деятельности в соответствии с решением педагогического совета Учреждения.

6.3. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2-х календарных дней. При проведении государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования в форме единого государственного экзамена (далее - ЕГЭ) по предметам по выбору участников ЕГЭ допускается их проведение через день.

## **7. Режим двигательной активности обучающихся**

7.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:

- утренней зарядки;
- физкультминуток;
- учебно-тренировочные занятия в соответствии с программами дополнительного образования по спортивной подготовке по выбранному виду спорта;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

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

7.3. Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения (допуска) врача.

## **8. Режим трудовых занятий обучающихся**

8.1. В рамках трудового воспитания обучающиеся обязаны принимать участие в общественно полезном труде, направленном на формирование у них трудолюбия и базовых трудовых навыков, чувства причастности и уважения к результатам труда.

8.2. Учреждение оказывает содействие добровольческой (волонтерской) деятельности обучающихся и их участию в общественно полезном труде исключительно с учетом своих возрастных и психофизических особенностей и в рамках образовательной программы.

8.3. Привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, осуществляется в соответствии с требованиями трудового законодательства.

8.4. Не допускается привлечение обучающихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещено применение труда лиц моложе 18 лет, а также к уборке туалетов, душевых, умывальных, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш, выполнению ремонтно-строительных и отделочных работ, подъему и переносу тяжестей.

8.5. Обучающиеся обязаны относиться к имуществу Училища бережно и поддерживать в нем чистоту и порядок.

При принятии настоящего локального нормативного акта, в соответствии с ч. 3 ст. 30 ФЗ «Об образовании в РФ», учтено мнение совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся. Протокол заседания Совета родителей № 3 от 25.05.2024.