



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
**Государственное бюджетное общеобразовательное
учреждение**
**«Нижегородская кадетская школа
имени Героя России Гурова Игоря Владимировича»**
ул. Сухопутная, д. 2, г. Нижний Новгород, 603076,
тел. (831) 252 84 08, факс (831) 252 84 98
e-mail: ksi_nn@mail.52gov.ru

РАССМОТРЕНО:
на Общем собрании работников
ГБОУ НКШ имени Героя
России Гурова И.В.

Протокол от 26.08.2025 №1

УТВЕРЖДЕНО:
приказом и.о.директора ГБОУ
НКШ имени Героя России
Гурова И.В.

от 26.08.2025 №253-од
(в ред. от 14.11.2025 №418-од)

Режим занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Нижегородская кадетская школа имени Героя России Гурова Игоря Владимировича» (далее – ГБОУ НКШ имени Героя России Гурова И.В.) 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 Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115.

1.2. Основные образовательные программы 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.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в школе 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. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней основного общего, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах.

2.3. Учебный год составляют учебные четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

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

3. Режим занятий

3.1. Обучение в ГБОУ НКШ имени Героя России Гурова И.В. ведется по пятидневной учебной неделе, в субботу и воскресенье возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) составляет 45 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в первую смену – 8.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после четвертого и пятого урока – 30 мин.

3.5. Расписание звонков и перемен:

урок	время начала урока, с обязательным проветриванием рекреаций	время окончания урока	продолжительность перемены с обязательным проветриванием учебных кабинетов
1	8.00	8.45	10 мин.
2	8.55	9.40	10 мин.
3	9.50	10.35	10 мин.
4	10.45	11.30	30 мин.
5	12.00	12.45	30 мин.
6	13.15	14.00	10 мин.
7	14.10	14.55	

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.

Количество уроков не превышает:

- 5 – 6-х классах – шести;

7 – 11-х классах – семи.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 10 – 15 лет не позднее 20.00, для детей 16–18 лет не позднее 21.00.

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, в том числе, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

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.

4.4. 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%.

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.

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается.

5.3. Для образовательных целей могут использоваться мобильные средства связи.

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 должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора ГБОУ НКШ имени Героя России Гурова И.В.

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут.

6.3. Между началом занятий по программам дополнительного образования и последним уроком организуется перерыв продолжительностью 20 минут.

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

7. Распорядок дня

Мероприятия	Продолжительность	Понедельник-пятница
Подъем младших командиров		06.00
Общий подъем кадет		06.10
Утренний туалет	10 мин.	06.10 - 06.20
Утренняя физическая зарядка	20 мин.	06.20 – 06.50
Умывание, заправка постелей, наведение порядка в спальнях помещений	20 мин.	06.50 – 07.100
Завтрак		
2 этаж 1 спального корпуса	20 мин.	07.10
3 этаж 1 спального корпуса		07.10
3 этаж 2 спального корпуса		07.30
Не ночующие обучающиеся		07.30
Понедельник		
Подъем Государственного флага РФ	10 мин.	07.40 – 07.50
Развод на занятия	10 мин.	07.50 – 08.00
Занятие курса внеурочной деятельности «Разговоры о важном»	25 мин.	08.00 – 08.25
Классный час	20 мин.	08.25 – 08.45
Вторник – пятница		
Развод на занятия	20 мин.	07.45 – 08.00
Пятница		
Спуск государственного флага РФ	10 мин.	15.00 – 15.10
Убытие личного состава	20 мин.	15.10 – 15.30
Учебные занятия и перемены		
1 урок	45 мин.	08.00 – 08.45
Перемена	10 мин.	08.45 – 08.55
2 урок	45 мин.	08.55 – 09.40

Перемена	10 мин.	09.40 – 09.50
3 урок	45 мин.	09.50 – 10.35
Перемена	10 мин.	10.35 – 10.45
4 урок	45 мин.	10.45 – 11.30
Перемена	30 мин.	11.30 – 12.00
5 урок	45 мин.	12.00 – 12.45
Перемена	30 мин.	12.45 – 13.15
6 урок	45 мин.	13.15 – 14.00
Перемена	10 мин.	14.00 – 14.10
7 урок	45 мин.	14.10 – 14.55
Обед		
5-7 классы	30 мин.	11.30 – 12.00
8-11 классы	30 мин.	12.45 – 13.15
Прогулка	20 мин.	14.55 – 15.15
Внеурочная деятельность Занятия в объединениях дополнительного образования:	45 мин. по расписанию дополнительного образования	15.15 – 16.00
5-9 классы		15.15 – 20.00
10-11 классы		15.15 – 21.00
Полдник		
5-7 класс	20 мин.	16.00 – 16.20
8-11 классы		16.20 – 16.40
Самоподготовка		
5 классы	120 мин.	15.30 – 16.00 16.30 – 18.00
6-7 классы	150 мин.	15.15 – 16.00 16.20 – 18.05
8-11 классы	150 мин.	15.15 – 16.20 16.40 – 18.05
Приведение учебных кабинетов в порядок		
5 классы	20 мин.	18.00 – 18.20
6-11 классы	15 мин.	18.05 – 18.20
Подведение итогов дня, постановка задач. Построение по классам. Окончание учебного дня. Убытие кадет, проживающих дома		
5-7 классы	5 мин.	18.20 – 18.25
8-11 классы		18.25 – 18.30
Ужин		
5-7 классы	20 мин.	18.30 – 18.50

8-11 классы		18.50 – 19.10
Вечерняя прогулка		
5-7 классы	20 мин.	19.10 – 19.30
8-11 классы		19.30 – 19.50
Прием кадет дежурными воспитателями ночного времени, термометрия	10 мин.	19.50 – 20.00
Личное время кадет. Приведение комнат общежития в порядок Подготовка к следующему дню	30 мин.	20.00 – 20.30
Второй ужин	20 мин.	20.30 – 20.50
Вечерняя поверка	10 мин.	21.00 – 21.10
Вечерний туалет, подготовка ко сну	20 мин.	21.10 – 21.30
Отбой		21.30

8. График работы

Приемная директора

Пн. – Пт. – с 08:00 до 17:00

Сб. – Вс. – выходной день