

ГБОУ лицей № 144
Калининского района
Санкт-Петербурга



Подписано электронной подписью

01.09.2026 16:50

директор

Федорова Лолита Анатольевна

7804140160-15-1789998678-20260921-263-1-1651-18

Отдел образования администрации Калининского района Санкт-Петербурга

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

ЛИЦЕЙ № 144

195297, Санкт-Петербург, Суздальский пр., д.93, корп.2, лит. А

Тел./факс: (812) 551-57-42, <http://lyceum144.ru>, e-mail: lyceum144spb@obr.gov.spb.ru

ПРИКАЗ

01.09.2026

№ 192 -о/д

В соответствии с гигиеническими требованиями к условиям обучения школьников и СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», на основании Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования», Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования», Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» установить следующие параметры режима жизнедеятельности лицея на 2026 – 2027 учебный год:

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Все классы лицея обучаются в 1 смену.
1- 6 классы – 5 – ти дневная рабочая неделя
7 – 11 классы – 6 – ти дневная рабочая неделя
2. Строго соблюдать требования эпидемиологической безопасности:
 - проведение массовых мероприятий на свежем воздухе;
 - организовать проведение термометрии учащимися при входе в образовательное учреждение;
 - обеспечить регулярную санитарную обработку кабинетов, мест общего пользования.
3. Начало занятий с 8.00, начало уроков с 9.00 продолжительностью:
1-е классы – 35 мин., со 2 полугодия -40 мин.
2-11 классы – 45 мин.

Расписание звонков:

- для 1-ых классов (1-ое полугодие)

Компоненты учебного дня	Время	Продолжительность отдыха
1 урок	9.00 – 9.35	
Перемена		20 минут
2 урок	9.55 – 10.30	
Динамическая пауза		40 минут
3 урок	11.10 – 11.45	
Перемена		20 минут
4 урок	12.05 – 12.40	
Перемена		20 минут

- для 1-ых классов (2-ое полугодие)

<i>Компоненты учебного дня</i>	<i>Время</i>	<i>Продолжительность отдыха</i>
1 урок	9.00 – 9.40	
Перемена		15 минут
2 урок	9.55– 10.35	
Динамическая пауза		40 минут
3 урок	11.15– 11.55	
Перемена		10 минут
4 урок	12.05 – 12.45	
Перемена		15 минут
5 урок	13.00 – 13.40	
Перемена		20 минут

- для 2-11 классов

<i>Компоненты учебного дня</i>	<i>Время</i>	<i>Продолжительность отдыха</i>
1 урок	9.00 – 9.45	
Перемена		10 минут
2 урок	9.55 – 10.40	
Перемена		10 минут
3 урок	10.50 – 11.35	
Перемена		20 минут
4 урок	11.55 – 12.40	
Перемена		20 минут
5 урок	13.00 – 13.45	
Перемена		20 минут
6 урок	14.05 – 14.50	
Перемена		10 минут
7 урок	15.00 – 15.45	

В воскресенье и праздничные дни лицей не работает. На период школьных каникул приказом директора устанавливается особый график работы лицея.

4. В целях облегчения адаптации детей к требованиям лицея в 1-ых классах постепенно наращивать учебную нагрузку:

1 – я неделя сентября по 3 урока по 35 минут каждый и занятия по внеурочной деятельности

со 2 – ой недели сентября и далее – по 4 урока по 35 минут, во 2 полугодии по 40 минут.

5. В 1 – 5 классах, в целях профилактики утомления, нарушения осанки, зрения учащихся, учителя должны проводить на уроках физкультминутки и гимнастику для глаз при обучении письму, чтению, математике.

В 5 -11 классах в целях предупреждения развития близорукости в соответствии с рекомендациями медицинских работников должна проводиться гимнастика для глаз на занятиях, где организуется регулярная письменная работа учащихся, а также на уроках информатики.

В целях предупреждения травматизма, в том числе ДТП, техники безопасности учащихся, классным руководителям проводить регулярную профилактическую работу с учащимися, фиксируя её в классном журнале на странице инструктажа.

6. При использовании в учебном процессе ТСО или компьютерной техники должны учитываться нормы длительности их непрерывного применения. Продолжительность

непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет:

- для учащихся **1-2-х классов — не более 20 минут;**
- для учащихся **3-4 классов — не более 25 минут;**
- для учащихся **5-6 классов — не более 30 минут;**
- для учащихся **7-11 классов — 35 минут.**

Работа с интерактивной доской

- Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках: в 1-4 классах не более 10 минут, 5-9 классах не более 15 минут, 10-11 классов не более 20 минут.
- Общая продолжительность использования ЭОС с помощью интерактивной доски на уроках: для учащихся младше 10 лет — не более 20 минут, старше 10 лет – 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60-80%, физкультминутки, офтальмотренажеры. С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения.

7. В целях недопущения учебной перегрузки учащихся учителям – предметникам составлять на четверть (2-9 кл.) и полугодия (10, 11 кл) график контрольных работ, практических и самостоятельных работ, который согласовывается в учебной части и утверждается приказом директора лица.

8. Обеспечить необходимый объём двигательной активности учащихся, который складывается из продолжительности перемен:

1 – классы – 1 час

2 – 4 классы – 1 час 15 мин.

5 – 11 классы – 1 час 15 минут

И 3-х уроков физкультуры в неделю в соответствии с учебным планом.

9. Запретить проведение нулевых уроков.

10. Не допускать сдвоенных уроков в 1 – 5 классах. Составлять расписание уроков, руководствуясь Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28

11. Учителям не допускать письменных домашних заданий в 1 – 4 классах на выходные дни.

12. Не спрашивать с детей выполнения домашних заданий на следующий день после проведения вечернего посещения театра.

13. Регламентировать объём домашних заданий, их выполнение не должно превышать:

в 1 классах – 1 час

во 2 классах – 1, 5 часа

в 3 - 4 классах – 2 часа

в 5 - 6 классах – 2, 5 часа

в 7 - 8 классах – 3 часа

в 9 - 11 классах – 4 часа

14. Утвердить график питания учащихся в столовой согласно Приложению 1.

15. Контроль за выполнением санитарно – гигиенических требований возлагаю на заместителей директора по УВР:

- Коршунову В.В., зам.директора по УВР 1-4 классы
- Сычеву И.В., зам. директора по УВР 5-11 классы.

16. В целях обеспечения выполнения требований ТБ – организовать дежурство учителей во время перемен на этажах лицея. Дежурные обеспечивают дисциплину учащихся, а также несут ответственность за жизнь и здоровье учащихся на переменах.

Ответственность за организацию дежурства возлагаю на координатора учебного процесса Федорову Е.Ю. – педагога-организатора. График дежурства утверждается директором.

17. Учителям категорически запрещено на переменах оставлять учащихся одних в учебных кабинетах.

18. В целях соблюдения санитарно-гигиенических требований учителям необходимо после каждого урока проводить проветривание кабинета.

19. Учитель, ведущий последний урок, сопровождает учащихся этого класса в раздевалку и присутствует там до ухода учащихся (1 – 11 классов) из лицея.

20. Время начала работы каждого учителя за 15 минут до начала первого урока. Дежурство учителей начинается за 20 минут до начала учебных занятий и заканчивается через 20 минут после окончания последнего урока.

Время работы всех учителей начальных классов начинается за 20 минут до начала первого урока (8.40 минут).

21. Всех учащихся 2-9 классов аттестовывать по четвертям, 10-11 классов по полугодиям. Сроки каникул устанавливаются в соответствии с графиком, составленным на основании Федеральной образовательной программы:

Осенние каникулы: с 26.10.2026 по 03.11.2026 (9 дней);

Зимние каникулы: с 31.12.2026 по 08.01.2027 (9 дней);

Весенние каникулы: с 27.03.2027 по 04.04.2027 (9 дней);

Дополнительные каникулы для первоклассников: с 15.02.2027 по 21.02.2027 (7 дней).

22. Категорически запрещается отпускать или забирать учащихся с урока на различные мероприятия без разрешения зам.директора по УВР.

23. Работа спортивных секций, кружков, кабинетов информатики, учебных мастерских допускаются только по расписанию, составленному заведующей ОДОД и утверждённому директором лицея не ранее 15.30, для учащихся 1 –х классов с 15 часов.

24. Проведение внеплановых мероприятий проводится по согласованию с учебной частью и утверждению директора лицея .

25. С целью формирования у учащихся бережного отношения к школьному имуществу лицея рекомендовать классным руководителям проводить классные часы и беседы с учениками .

26. Не допускать на уроки учеников в верхней одежде и без сменной обуви.

27. За сохранность учебного кабинета и имеющегося в нём имущество несёт полную ответственность, в том числе и материальную – учитель, работающий в этом кабинете.

28. Курение учеников и учителей в помещениях лицея, а также на крыльце и территории, прилегающей к ней, категорически запрещается.

29. Ведение дневников является обязательным для каждого ученика, начиная со 2-го класса.

30. Посторонние лица не допускаются на уроки без разрешения директора.

31. Категорически запрещается производить замещение уроков по договоренности между учителями без разрешения администрации лицея.

32. Проведение экскурсий, походов, поездок и т.д., разрешается только после издания приказа директора лицея и исключительно во внеурочное время.

Ответственность за жизнь и здоровье учащихся при проведении любой экскурсии, поездки, походов в театр, кино, на выставку и так далее, несёт тот учитель, воспитатель или любой другой сотрудник лицея, который назначен приказом директора.

33. Возложить ответственность на учителей, классных руководителей, воспитателей в ГПД, руководителей секций, педагогов дополнительного образования за охрану, жизнь и здоровье учащихся во время их пребывания в зданиях лицея, на его территории во время прогулок, на время проведения экскурсий и других внеклассных мероприятий.

Директор лицея №144

Л.А.Федорова