

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
ГКОУ ЛО «Сясьстройская школа-интернат»
(протокол от 19.08.2019 г. № 12

УТВЕРЖДЕНО
приказом ГКОУ ЛО
«Сясьстройская школа-интернат»
от 19.08.2019 г. № 137-од



ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

- 1.1. Настоящий режим занятий обучающихся ГКОУ ЛО «Сясьстройская школа-интернат» (далее – образовательная организация) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 29.12.2010 № 189, Уставом школы.
- 1.2. Адаптированные 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 нормами и правилами.
- 1.4. Данное Положение разработано с целью обеспечения охраны здоровья обучающихся, воспитанников в ходе образовательно-воспитательного процесса.
- 1.5. Режим дня, обеспечивает научно обоснованное сочетание обучения, труда и отдыха, составлен с учетом особенностей обучающихся, воспитанников с ОВЗ и круглосуточным пребыванием обучающихся, воспитанников в школе - интернате.

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 начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х(12) классах, в 1-м классе – 33 недели.
- 2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти или полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.
- 2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. 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 адаптированных основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется:

– по пятидневной учебной неделе в 1–11(12)-х классах;

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 мин. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

– 35 мин в сентябре – декабре;

– 40 мин в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 09 ч 00 мин.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после четвёртого урока – 20 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – март
1	9:00–9:35	9:00–9:40
2	9:45–10:20	9:50–10:30
3	10:30–11:05	10:40–11:20
4	11:15–11:50	10:30–11:10

Расписание звонков для 2–11-х(12) классов:

Урок	Первая смена	Внеурочная деятельность
1	9:00–9:40	Продолжается после обеда
2	9:50–10:30	
3	10:40–11:20	
4	11:30–12:10	
5	12:30–13:10	
6	13:20–14:00	
7	14:10 – 14:50	

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.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении занятий по трудовому обучению осуществляется деление класса на группы. В случае необходимости при наличии необходимых условий и средств заместитель директора по учебной работе принимает решение о делении на группы классов для проведения учебных занятий по другим предметам.

4.2. Педагогические работники обеспечивают 60–80 процентов плотности учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам, не менее 70 процентов – моторной плотности на занятиях физической культурой.

4.3. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2–3-х классах – 1,5 ч, в 4–5-х классах – 2 ч, в 6–8-х классах – 2,5 ч, в 9–11-х классах – 3,5 ч. Домашние задания в 1-м классе не задаются.

4.4. В целях преодоления отклонений в развитии обучающихся, воспитанников в школе-интернате проводятся ежедневно групповые и индивидуальные коррекционные занятия. Групповые занятия проводятся с обучающимися, воспитанниками в количестве 2-4 человек, имеющих специфические нарушения. Группы комплектуются по принципу однородности

дефекта с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, воспитанников. Продолжительность занятий 15-25 минут. Индивидуальные занятия по РСВ и ФП проводятся с обучающимися, воспитанниками в количестве 1 человека. Продолжительность занятий 20 минут. Групповые и индивидуальные занятия проводятся как в первой, так и во второй половине дня (согласно расписанию).

4.5. Наиболее трудные и утомительные учебные предметы общеобразовательного компонента должны проводиться для учащихся средних и старших классов на 2, 3, 4 уроках, чередуя их по видам деятельности. В недельной динамике такие уроки следует проводить во вторник - четверг.

4.6. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий в школе-интернате входят в объем максимально допустимой нагрузки обучающихся, воспитанников.

4.7. В начальной школе не проводятся сдвоенные уроки.

5. Режим внеурочной деятельности

5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

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

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

5.4. Домашние задания даются обучающимся, воспитанникам:

- в 1 классе - не задаются;
- во 2 – 4 классах - до 1 часа;
- в 5 – 7 классах - до 1, 5 часов;
- в 8 – 11(12) классах - до 2 часов.

5.5. Продолжительность ночного сна для обучающихся, воспитанников школы-интерната должна составлять:

- в начальной школе (7-10 лет) не менее 10 часов,
- для детей среднего школьного возраста (11-14 лет) - 9 часов,
- для старших школьников (15-17 лет) - не менее 8,5 часов.

Младшим школьникам, перенесшим заболевание, а также в период адаптации к школе в 1-ом классе показан дневной сон длительностью в 1 час. Дневной сон может быть рекомендован по медицинским показаниям и более старшим детям. Полноценное качество сна, помимо длительности, должно обеспечиваться организацией между ужином и сном тихих игр в помещении или спокойной прогулки на воздухе, а также соблюдением гигиенического режима проветривания спальных помещений.

5.6. Для повышения общего тонуса и работоспособности обучающихся, воспитанников способствует рационально организованный отдых на открытом воздухе (прогулки). Продолжительность прогулок в течение дня составляет:

5.7. Для повышения общего тонуса и работоспособности обучающихся, воспитанников способствует рационально организованный отдых на открытом воздухе (прогулки). Продолжительность прогулок в течение дня составляет:

- для обучающихся, воспитанников младшего школьного возраста (7-10 лет) не менее 3,5 часов;
 - для обучающихся, воспитанников среднего школьного возраста (11-14 лет) не менее 3 часов;
 - для обучающихся, воспитанников старшего школьного возраста (15-17 лет) не менее 2, 5 часов.
- 5.8. Прогулка проводится в сочетании с подвижными играми, экскурсиями на природу. Первую половину прогулки обучающиеся, воспитанники проводят «по собственному желанию» под наблюдением и контролем педагога, вторая половина прогулки организована педагогом и включает элементы физического воспитания (подвижные игры, игры с мячом, эстафеты). За 10 минут до окончания прогулки эти занятия, игры прекращаются.
- 5.9. Наряду с уроками физкультуры в режиме дня в школе-интернате используются и малые средства физического воспитания: утренняя гимнастика, физкультпауза на уроках и при самоподготовке, подвижные игры на переменах и во время прогулки, занятия в спортивных секциях и кружках и система закаливающих процедур.
- 5.10. Предусматривается организация рационального распределения энергетической ценности двухразового горячего питания обучающихся, пребывающих в школе-интернате до 17 часов: второй завтрак - 25%, обед – 35%, а для воспитанников, пребывающих в круглосуточном режиме, предусматривается пятиразовое горячее питание: I завтрак – 20%, полдник 10-15%, обед 35-40%, ужин 23-28%, второй ужин 10%, поэтому распределение по калорийности в течении суток сделано таким образом, чтобы приходящие дети получили 50% от суточной калорийности.
- 5.11. Для организации питания обучающихся в пути следования к месту отдыха и обратно, при проведении походов, экскурсий, различных внешкольных и выездных мероприятий выдается сухой паек.
- 5.12. Интервалы между приемами пищи обучающимися не должны превышать 3,5 - 4-х часов.
- 5.13. Для проведения культурно-массовой работы отводится не более 1, 5 часов.
- 5.14. Просмотр телевизионных передач, сопряженный со значительной зрительно - психической нагрузкой, не превышает в день
- для младших обучающихся, воспитанников 30 минут,
 - для старших - 1 часа и не чаще 2 раз в неделю.
- 5.15. Массовые общешкольные праздники, экскурсии проводятся в середине недели (среда, четверг), а также в субботу или воскресенье.
- 5.16. Мероприятия эмоционального и двигательного характера проводятся до ужина.
- 5.17. Для обучающихся, воспитанников школы-интерната в режиме дня предусматривается свободное время.
- 5.18. В каникулярное время проводится оздоровление обучающихся, воспитанников: увеличивается время пребывания на воздухе, организовываются спортивные соревнования, санаторно-курортное оздоровление в санатории «Колчаново».