

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
« Ачитская школа-интернат, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»

ПРИНЯТО:

Педагогическим советом

Протокол № 5 от 24.03.2021 г

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ СО

«Ачитская школа-интернат»

 Ю.П. Лунегов

Приказ № 42/ 1- ОД

от 24 марта 2021 года

ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся

**Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
Свердловской области «Ачитская школа-интернат,
реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»**

Ачит 2021 г.

1. Общие положения

1.1 Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее Положение) является локальным актом ГБОУ СО «Ачитская школа - интернат», 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;
- Уставом образовательного учреждения и регламентирует режим занятий обучающихся.

1.2. Положение принимается Педагогическим советом ОУ, имеющим право вносить изменения и дополнения. Положение утверждается руководителем образовательного учреждения.

1.3. Режим занятий обучающихся определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа руководителя ОУ.

1.4. Адаптированные основные общеобразовательные программы: начального общего, основного общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

2. Регламентирование образовательного процесса.

2.1. Учебный год в ОУ начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом адаптированной основной общеобразовательной программой (далее АООП) соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года в 1 классе - 33 рабочих недели, во 2-9 классах - 34 рабочих недели, без учета итоговой аттестации. Учебный год делится на четыре четверти. После окончания учебной четверти следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти (в феврале) .

2.3. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций и итоговой аттестации устанавливаются в календарном учебном графике.

3. Регламентирование образовательного процесса на неделю.

3.1. Обучение в ОУ ведётся по пятидневной учебной неделе.

4. Регламентирование образовательного процесса на день, на неделю.

4.1. Учебные занятия в школе организованы в 1 смену. Начало уроков в 8.30.

4.2 Продолжительность урока в первом классе - 35 минут (в сентябре – октябрь – 3 урока) и ноябрь – декабрь – 4 урока), классе для обучающихся с ТМНР - 35 минут; в первом классе 40 минут (в январе – мае), во 2 - 9 классах - 40 минут, продолжительность перемен между уроками 10 минут и по 20 минут для приёма пищи обучающимися.

4.3 Каждый день для обучающихся 1 класса после 3 урока организована динамическая пауза, продолжительностью 40 минут.

4.4 Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся в 1 классе не более 4 уроков и 1 раз в неделю 5 уроков (при включении в расписание занятий 3-х уроков физической культуры: для обучающихся 2-4 классов , в которых обучаются дети с ОВЗ -5 уроков; для обучающихся 5-9 классов , в которых обучаются дети с ОВЗ -6 уроков.

4.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – октябрь	Ноябрь - декабрь	Январь – май
1	8.30 - 9.05 Завтрак (9.05-9.25)	8.30 - 9.05 Завтрак (9.05-9.25)	8.30 - 9.10 Завтрак (9.10-9.30)
2	9.25 – 10.00	9.25 – 10.00	9.30 – 10.10
3	10.10 – 10.45 Динамическая пауза	10.10 – 10.45 Динамическая пауза	10.20 – 11.00 Динамическая пауза
4		11.25 – 12.00	11.40 – 12.20
Обед	12.45 -13.05	12.45 - 13.05	12.45 -13.05
Внеурочная деятельность		13.15 - 13.45	Внеурочная деятельность, коррекционные занятия, внеклассные мероприятия, самоподготовка
		13.55 - 14.25	
		14.35 - 15.05	
Полдник		15.30 - 15.45	15.30 - 15.45
Отправка домой		16.30	16.30

Расписание звонков для остальных классов:

Урок	2-4 классы	5-7 классы	8-9 классы
1	8.30 - 9.10 Завтрак (9.10-9.30)	8.30 – 9.10	8.30 -9.10
2	9.30 – 10.10	9.20 – 10.00 Завтрак (10.00 -10.15)	9.20 – 10.00 Завтрак (10.15 -10.30)
3	10.20 – 11.00	10.20 – 11.00	10.30 – 11.10
4	11.20 – 12.00	11.20 – 12.00	11.20 – 12.00
5	12.10 – 12.40 Обед (12.40 -13.00)	12.10 – 12.50	12.10 – 12.50
6		13.00 - 13.40 Обед (13.40 -14.00)	13.00 - 13.40 Обед (14.00 -14.20)
Внеурочная деятельность коррекционные занятия, внеклассные мероприятия,	13.30 - 14.00	14.10 -14.40	14.20 -14.50
	14.10 - 14.40	14.45 -15. 15	15.00 -15. 30
	14.50 - 15.20	15.20 – 15.50	15.40 – 16.10

самоподготовка			
Полдник	15.30 - 15.45	15.50 – 16.05	16.10 -16.25
Отправка домой	16.30	16.30	16.30

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

4.7. Для предупреждения переутомления в течение дня организуются перемены. Продолжительность перемены зависит от места в расписании. Обычно – не менее 10 минут. После второго или третьего урока предусматривается одна большая перемена на 20-30 минут для приёма пищи или две перемены по 20 минут. В течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг – с меньшим количеством занятий или их меньшей сложности.

4.8. Недельная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной, превышать предельно допустимую учебную нагрузку обучающихся.

- 1 класс - 21 час в неделю при 5-дневной учебной неделе;
- 2-4 классы -- 23 предельно допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе;
- 5 класс - 29 час предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной неделе;
- 6 класс - 30 час предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной неделе;
- 7 класс - 32 час предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной неделе;
- 8 класс - 33 час предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной неделе;
- 9 класс - 33 час предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной неделе

5. Особенности организации образовательного процесса

5.1. В 1-4 классах сдвоенные уроки не проводятся, в 5-9 классах сдвоенные уроки по трудовому обучению и физической культуре (по лыжной подготовке).

5.2. При проведении учебных занятий по трудовому обучению, курсов коррекционно-развивающей области возможно деление классов на группы. Допускается деление класса на две и более группы.

5.3. На учебных занятиях в 1-4 классах применяется от 3 до 7 видов учебной деятельности, с продолжительностью одного вида учебной деятельности от 5 до 7 минут, в 5-9 классах от 5 до 7 видов учебной деятельности, с продолжительностью от 7 до 10 минут. Плотности урока (отношение времени затраченного на учебную деятельность к общему времени) в 1-4 классах – 60-80%, в 5-9 классах – 70 -90%.

5.4. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий (не менее 2 минут), 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. - При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

5.5. 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.

5.6. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

5.7. Продолжительность выполнения домашних заданий в 1 классе не более 1 часа, во 2-3 классах – не более 1,5 часов, в 4-5 классах – не более 2 часов, в 6-8 классах – не более 2,5 часов, в 9 классах – 3,3 часов.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Недельный объём внеурочной деятельности не более 10 часов.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6.4. Выход за пределы ОУ разрешается только после приказа директора ОУ. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, назначенный приказом директора.

6.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены со сменой вида деятельности.

7. Режимные моменты для воспитанников

7.1. Режимные моменты для воспитанников составляются в соответствии с требованиями санитарных правил и гигиеническим нормативам.

7.2. При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков секций (студий), спортивных секций окончание занятий, не позднее 20:00 для детей 7 -10 лет и не позднее 21:00 для детей 10 -18 лет.

7.3. Продолжительность ночного сна, не менее 10,0 часов для детей 8-10 лет и 9.0 часов для детей 11-14 лет.

- 7.4. Продолжительность дневного сна, не менее 1,5 часа для детей старше 7 лет.
- 7.5. Продолжительность прогулок, не менее 2,0 часов в день для детей старше 7 лет.
- 7.6. Подъем, не ранее 7ч 00 минут для детей всех возрастов.
- 7.7. Утренняя зарядка, продолжительность, не менее 15 минут для детей старше 7 лет.
- 7.8. Режим дня утверждается приказом руководителя ОУ.