

ПРИНЯТО:  
УТВЕРЖДАЮ:  
На Совете школы  
Протокол № 2  
от 23.08.2021г.



Директор ГБОУ СО  
«Тури́нская школа-интернат»  
Н.Н. Кондырева  
приказ № 79 от 01.09.2021г.

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о режиме занятий обучающихся, воспитанников на интернате**

#### **1. Общие положения.**

1. 1.1. Настоящий режим занятий учащихся ГБОУ СО «Тури́нская школа-интернат» (далее – организация) 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,
- 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. Адаптированные основные общеобразовательные программы реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательных деятельности в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

#### **2. Организация занятий обучающихся во время образовательных отношений**

2.1. Организация образовательных отношений регламентируется учебным планом, календарным графиком, расписанием учебных занятий, внеурочной деятельности, расписанием звонков.

2.2. Продолжительность учебного года: учебный год начинается 1 сентября. Продолжительность учебного года в 1 классе равна 33 недели, во 2-х – 9-х классах – 34 недели.

2.3. Регламентирование образовательных отношений: в организации используется триместровая организация образовательных отношений, согласно которому учебные модули и каникулы чередуются следующим образом:

1-й триместр — 11 недель;

2-й триместр — 11 недель;

3-й триместр — 12 недель;

Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 30 календарных дней и регулируется ежегодно календарным графиком. Для обучающихся 1 класса устанавливаются дополнительные каникулы в феврале месяце (7 календарных дней).

2.4. Продолжительность учебной рабочей недели - пять дней.

2.5. Продолжительность урока в первом классе в первой четверти составляет 35 минут, в последующих классах не менее 40 минут.

2.6. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов не превышает 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 9-х классов - не более 7 уроков.

2.6. Учебные занятия начинаются в 8.30 часов – 1-5 классы, 9.25 часов – 6-9 классы, продолжительность перемен между учебными занятиям

после 1-го урока — 10 минут;

после 2 и 3-го урока — 20 минут;

после 4-го урока 20 минут;

после 5 и 6-го урока — 10 минут.

2.8. Для обучающихся 1-х классов устанавливается следующий ежедневный режим занятий:

в сентябре и октябре — по 3 урока продолжительностью 35 минут;

в ноябре и декабре — по 4 урока продолжительностью 35 минут;

с января по май — по 4 урока продолжительностью 40 минут.

В середине учебного дня (после второго урока) проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

2.9. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в школе организуется облегченный учебный день – среда.

2.10. Перед началом каждого урока подается звонок. По окончании урока учитель и обучающиеся выходят из кабинетов, мастерских, спортивного зала, и педагог проводит подготовку к следующему уроку.

2.11. Во время перемен обучающиеся должны покинуть класс для проветривания и динамической разрядки. Учитель ведущий урок в данном кабинете, несет ответственность за его сохранность, обеспечение его санитарно-гигиенического режима, безопасность обучающихся и соблюдения ими дисциплины.

2.12. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2 - 5 классах – 40 мин., в 6 - 9 классах - до 1 ч

2.13. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.

2.14. При организации занятий общественно-полезным трудом обучающихся, предусмотренных образовательной программой, связанных с большой физической нагрузкой (переноска и передвижение тяжестей), организация руководствуется санитарно-эпидемиологическими требованиями к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста.

2.15. Для проведения сельскохозяйственных работ (практики) отводятся часы, как в первую, так и во вторую половину дня. Сельскохозяйственный инвентарь, используемый для работы, должен соответствовать росту и возрасту обучающихся. Допустимая продолжительность работ для обучающихся 12 - 13 лет составляет не более 2 часов; для подростков 14 лет и старше – не более 3 часов. Через каждые 45 минут работы необходимо устраивать регламентированные 15-минутные перерывы для отдыха

2.16. Классные руководители дежурных классов и дежурные учителя во время перемен дежурят по организации и обеспечивают дисциплину учеников, а также несут ответственность за поведение детей на всех переменах.

2.17. Дежурство по организации педагогов и классных руководителей осуществляются в соответствии с «Положением о дежурстве» и определяется графиком дежурств, составленным заместителем директора по воспитательной работе в начале учебного года и утвержденным директором.

2.18. Время начала работы каждого учителя – за 15 минут до начала своего первого урока, в начальной школе за 20 минут. Дежурство учителей начинается за 20 минут до начала учебных занятий и заканчивается через 20 минут после окончания последнего урока и осуществляется в соответствии с должностной инструкцией дежурного учителя и Положением о дежурстве (правилами трудового распорядка).

2.19. Категорически запрещается отпускать учеников с уроков на различные мероприятия (репетиции, соревнования) без разрешения администрации организации.

2.20. Категорически запрещается удаление обучающихся из класса, моральное или физическое воздействие на обучающихся.

2.21. Категорически запрещается производить замену уроков по договоренности между учителями без разрешения администрации организации.

### **3. . Особенности организации образовательной деятельности**

3.1. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.3. 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.

3.4. 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%.

### **4. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

4.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

4.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

4.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

4.4. 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 14.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

## **5. Режим внеурочной деятельности**

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

5.2. Недельный распорядок дня воспитанников, проживающих на интернате:

- 07.00 – подъем;
- 07.10- 07.25 – утренняя зарядка;
- 07.25-07.50 – утренний туалет;
- 07.50-08.00 – завтрак;
- 08.10-08.30 – утренняя прогулка 1-4 классы;
- 08.10-09.10 - утренняя прогулка 5-9 классы;
- 09.10-09.25 – второй завтрак;
- 08.30-14.40 – уроки по расписанию;
- 12.45-13.05 – обед 1-4 классы;
- 13.45-14.05 – обед 5-9 классы;
- 14.40-15.45 – час отдыха для обучающихся начальных классов;
- 14.40-16.00 – объединения дополнительного образования;
- 16.00-16.40 – воспитательный час;
- 16.40-16.50 – вечерний полдник;
- 16.50-17.40 – самоподготовка;
- 17.40-19.00 – вечерняя прогулка;
- 19.15-19.30 – ужин;
- 19.15-20.30 – свободное время;
- 20.30-21.00 – подготовка ко сну.

5.4. Недельный распорядок группы продлённого дня:

- 13.45 - 14.00 - прием детей воспитателем;
- 14.00 – 14.30 - время отдыха, игры по интересам детей;
- 14.30 – 15.30 - прогулка (экскурсии, подвижные и спортивные игры, ОПТ);
- 15.45 - 16.00 – вечерний полдник;
- 16.00 – 16.50 – самоподготовка;
- 16.50 – 17.00 - подведение итогов дня, заполнение экрана настроения;
- 17.00 - встреча с родителями. Уход детей домой.

