

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
Удмуртской Республики «Зуринская школа-интернат»  
(ГКОУ УР «Зуринская школа-интернат»)**

**ПРИНЯТО**

Решением педагогического  
совета школы  
Протокол № 6 от 04.03.2022

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ОУ  
Л.Н.Байметова  
Приказ № 28 от 04.03.2022



**Положение  
о режиме занятий обучающихся**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся ГКОУ УР «Зуринская школа-интернат» (далее – школа) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача от 28 сентября 2020 № 28, СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача от 30 июня 2020 № 16, Распоряжением Главы Удмуртской Республики от 3 августа 2021 года № 179-РГ "О внесении изменения в распоряжение Главы Удмуртской Республики от 18 марта 2020 года № 42-РГ "О введении режима повышенной готовности и об отдельных мерах по снижению риска распространения новой коронавирусной инфекции (2019-nCoV) на территории Удмуртской Республики", Уставом школы.

1.2. Положение разработано с целью обеспечения охраны здоровья обучающихся (воспитанников) в ходе образовательно-воспитательного процесса.

1.3. Режим дня обеспечивает научно-обоснованное сочетание обучения труда и отдыха, составлен с учетом особенностей обучающихся воспитанников с нарушением интеллекта и круглосуточным пребыванием обучающихся (воспитанников) школы-интерната.

1.4. Режим дня и организация учебно-воспитательного процесса обучающихся (воспитанников) строится с учетом особенностей учебно-воспитательной работы школы-интерната дифференцированно для школьников различных возрастных групп.

**2. Учебный год**

2.1. Учебный год в школе-интернате 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 общего образования составляет не менее 34 недель, в 1-м классе – 33 недели.

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

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

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 адаптированных основных общеобразовательных программ.

### 3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе.

3.2. Обучение в первом (первом дополнительном) классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день до 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока до 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока до 40 минут каждый);

- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

Продолжительность уроков в остальных классов – 40 минут.

3.3. После каждого урока обучающимся предоставляется перемена 10 минут, большая перемена – 30 минут.

3.4. Расписание звонков:

Расписание звонков при 5-ти дневной учебной неделе для 1-4 классов.

№ урока	Начало	Окончание	Примечание
1	9.10	9.50	1-4 классы: не более 5 уроков в день
2	10.00	10.40	
3	10.50	11.30	
4	11.40	12.20	
Обед 12.20 – 13.10			
5	13.10	13.50	
1-4 классы: перерыв 30 минут			
6	14.20	15.00	Кор.зан.
7	15.10	15.50	

Расписание звонков при 5-ти дневной учебной неделе для 5-6 классов.

№ урока	Начало	Окончание	Примечание
1	8.20	9.00	Для 5-6 классов не более 6 уроков.
2	9.10	9.50	
3	10.00	10.40	
4	10.50	11.30	
Обед 11.30 – 12.20			
5	12.20	13.00	
6	13.10	13.50	
5-6 классы: перерыв 30 мин.			
7	14.20	15.00	

Расписание звонков при 5-ти дневной учебной неделе для 7-9 классов.

№ урока	Начало	Окончание	Примечание
1	8.20	9.00	Для 7-9 классов не более 7 уроков.
2	9.10	9.50	
3	10.00	10.40	
4	10.50	11.30	
Обед 11.30 – 12.20			
5	12.20	13.00	
6	13.10	13.50	
7	14.00	14.40	
5-6 классы: перерыв 30 мин.			



8	15.10	15.50	
<p>Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания, отдыха и оздоровления детей и молодежи".</p> <p>3.4.16. Урочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможны организация и проведение внеурочной деятельности.</p> <p>Образовательная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- для обучающихся 1-х классов – не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры,</li> <li>- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,</li> <li>- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков, для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.</li> </ul> <p>Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену,</li> <li>- обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре – декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе – мае – по 4 урока в день по 40 минут каждый,</li> <li>- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут,</li> <li>- предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей (триместров).</li> </ul> <p>Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.</p> <p>Продолжительность урока не должна превышать 45 минут, за исключением 1 класса и компенсирующего класса, продолжительность урока в которых не должна превышать 40 минут.</p> <p>Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) – 20-30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.</p> <p>Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.</p>			

3.5. Образовательную недельную нагрузку необходимо равномерно распределять в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся первых классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

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 для 5-9 классов по ПТО (профессионально-трудовое обучение), цветоводству, СБО (социально-бытовая ориентировка) осуществляется деление класса на подгруппы. 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. При проведении уроков по ПТО (профессионально-трудовое обучение), цветоводству, СБО (социально-бытовая ориентировка) допускаются сдвоенные уроки. В начальной школе сдвоенные уроки не допускаются.

4.3. В целях преодоления отклонений в развитии обучающихся (воспитанников) проводятся групповые и индивидуальные коррекционные занятия. Групповые занятия проводятся с обучающимися (воспитанниками), имеющими специфические нарушения. Группы комплектуются по принципу однородности дефекта с учетом индивидуальных



особенностей обучающихся (воспитанников). Групповые и индивидуальные занятия проводятся согласно расписанию.

4.4. Контрольные работы проводятся в соответствии с графиком, утвержденным директором ОУ, не более чем по одному предмету в день в одном классе предпочтительно в первой половине дня. Не рекомендуется проводить контрольные работы в первый и последний день учебной недели. Запрещается проведение контрольных работ на последних уроках.

4.5. С учетом специфики отклонений и утомляемости обучающихся (воспитанников) во время каждого урока проводятся физкультурные паузы (физминутки).

4.6. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали: во 2–4-х классах – до 1 часа, в 5–9-х классах – до 2 часов. Домашние задания в 1-м классе не задаются.

## **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.

## **6. Режим и распорядок дня обучающихся (воспитанников) школы-интерната**

6.1. Утренний подъем обучающихся (воспитанников) проводится не позднее 7:00 часов. Подъем проводится воспитателем совместно с помощником воспитателя. Утренняя зарядка проводится в хорошо проветренном помещении либо на улице (при условии хорошей погоды) в легкой форме одежды, при необходимом чередовании упражнений, под контролем воспитателя. Утренние и вечерние гигиенические водные процедуры проводятся под контролем воспитателя.

6.2. Прием пищи (завтрак, обед, полдник, ужин, 5-е питание) осуществляется 5 раз в день с интервалом не более 4-х часов в одно и то же время согласно режиму дня. Посещение столовой осуществляется по установленному графику группой в полном составе под контролем воспитателя.

6.3. Уборка спальных комнат и заправка кроватей проводится под контролем воспитателя. Проветривание комнат проводит помощник воспитателя в момент завтрака воспитанников. Воспитанники обеспечиваются необходимыми средствами для выполнения влажной уборки, за каждым закрепляется объект. В спальных комнатах, где спят учащиеся 1-4 классов, влажную уборку проводит технический персонал. Дежурство проходит по установленному графику. Перед проведением уборки проводится инструктаж по охране труда.

6.4. Перед занятиями в школе дети должны быть переодеты в школьную форму и для передвижения в школу одеты по сезону, перед занятиями проводится прогулка на свежем воздухе. Группа собирается в полном составе и проводится актуализация знаний по правилам дорожного движения.

6.5. Для воспитанников школы-интерната в режиме дня предусматривается организация досуга воспитанников. Для повышения общего тонуса и работоспособности обучающихся (воспитанников) способствует рационально организованный отдых на открытом воздухе (прогулки). Продолжительность прогулок в течение дня должна составлять для воспитанников 7-10 лет не менее 3,5 часов, для воспитанников 11-14 лет – не менее 3 часов, для воспитанников 15-17 лет – не менее 2,5 часов. Время прогулки рекомендуется распределять в течение дня следующим образом:



- до начала занятий - 20-30 минут,
- после учебных занятий - 1-1,5 часов,
- перед приготовлением домашнего задания и после ужина – 1 час.

Прогулка проводится в сочетании с подвижными играми, экскурсиями на природу, общественно-полезным трудом на пришкольном участке и т.д. 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, скакалкой, обручем, эстафеты, в зимнее время санки, лыжи, снегоступы и т.д.). За 10 минут до конца прогулки занятия и игры прекращаются.

6.6. Подготовка домашнего задания – один из наиболее ответственных воспитательных моментов, как для детей, так и для воспитателя. Самоподготовка – организационная форма учебной деятельности по выполнению домашних заданий под руководством воспитателя, в ходе которой целенаправленно формируются навыки самостоятельной учебной работы. Воспитательные задачи самообразовательной работы:

- закрепить навыки самообразовательной работы;
- воспитывать у учащихся организованность, собранность и дисциплинированность и самостоятельность;
- сформировать положительное отношение к учебе, потребность и способность своевременно и в установленный срок выполнять учебные задания учителей;
- учить пользоваться справочниками, словарями, дополнительной литературой, умению работать в библиотеке;
- подбирать индивидуальные задания;
- отбирать упражнения для гимнастики глаз и физкультминуток;
- соблюдать гигиенические нормы максимального времени на приготовление домашних заданий.

6.7. Для проведения культурно-массовой работы отводится не более 1,5 часа.

6.8. Просмотр телевизионных передач, сопряженный со значительной зрительно-психической нагрузкой, не превышает в день для младших обучающихся (воспитанников) 1 час, для старших – 1,5 часа.

6.9. Массовые общешкольные праздники, экскурсии проводятся с четверга по воскресенье.

6.10. Мероприятия эмоционального и двигательного характера проводятся до ужина.

6.11. Беседа с помощниками воспитателя и медицинским работником о психическом и соматическом состоянии здоровья детей, а так же передача детей помощникам воспитателя в 22:00. Присутствие воспитанников в интернате фиксируется в журнале приема-передачи учащихся между учителями и воспитателями и в журнале передачи ежедневной информации по количеству учащихся (спальный корпус).

6.12. Продолжительность ночного сна для обучающихся (воспитанников) школы-интерната составляет: 1-4 классы – 10 часов, 5-9 классы – 9 часов.