


государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Саратовской области  
«Школа для обучающихся по адаптированным образовательным программам № 14  
г.Вольска»

Согласовано  
Председатель профсоюзного комитета  
ГБОУ СО «Школа АОП № 14 г.Вольска»  
  
\_\_\_\_\_ М.В.Нифонтова

Утверждаю \_\_\_\_\_ Н.Л.Кудишина  
Директор ГБОУ СО «Школа АОП № 14  
г.Вольска»



Приказ от «31» августа 2018 г. №110

***ПОЛОЖЕНИЕ***  
***о режиме занятий обучающихся***

Принято на заседании  
педагогического совета

Протокол №1 от 30.08.2018г.

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся является локальным нормативным актом государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Саратовской области «Школа для обучающихся по адаптированным образовательным программам № 14 г.Вольска» (далее – школа), разработано в соответствии с действующим законодательством в Российской Федерации и Саратовской области в системе образования, Уставом Учреждения.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся школы в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий.

1.3. Режим занятий в школе осуществляется в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124-ФЗ (с изменениями от 02.12.2013 г. № 328-ФЗ), Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 “Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья”, Уставом школы.

1.4. Организация образовательного процесса в школе регулируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком и расписанием занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми школой самостоятельно.

## **2. Режим учебной деятельности обучающихся**

2.1. Первый и последний день учебного года в школе для обучающихся 1–9 классов определяется годовым календарным учебным графиком, который утверждается приказом директора.

2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти. Между четвертями проводятся каникулы. Этим достигается равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года.

2.3. В целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с годовым календарным учебным графиком: в 1 классе — 33 учебные недели, во 2–9 классах — не менее 34 учебных недель.

2.4. В школе устанавливается пятидневная рабочая неделя с 1 по 9 класс .

2.5. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель.

2.6. В учебное время первая половина дня отводится непосредственно образовательной деятельности, требующей повышенной умственной нагрузки.

2.7. Вторая половина дня отводится для коррекционной работы, направленной на коррекцию психофизических недостатков обучающихся, а также для внеклассной и внеурочной деятельности, направленной на физическое, художественно-эстетическое, интеллектуальное развитие детей.

2.8. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и день в неделю — не более 5 уроков за счет уроков физической культуры или ритмики;
- для обучающихся 2–4-х классов — не более 5 уроков,
- для обучающихся 5–6-х классов — не более 6 уроков;

- для обучающихся 7–9-х классов — не более 7 уроков.

2.9. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начальных классов (1-4) основные предметы (математика, письмо и развитие речи, чтение) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся старших классов (5-9) предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

2.10. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся, кроме уроков трудового обучения в 4 классе, имеющих пропедевтическую направленность к освоению профильного труда.

2.11. Начало учебных занятий в 09.00.

2.12. Продолжительность урока во 2–9-х классах составляет 40 минут.

2.13. Для облегчения процесса адаптации детей к требованиям школы в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

сентябрь, октябрь - 3 урока по 35 минут каждый (для прохождения учебной программы четвертые уроки заменяются целевыми прогулками на свежем воздухе, уроками физической культуры, уроками-играми, уроками-театрализациями, уроками-экскурсиями);

январь – май – по 4 урока по 40 минут каждый;

2.14. Наполняемость классов и групп продленного дня в школе – 12 человек.

При проведении занятий по трудовому обучению класс (группа) делятся на две подгруппы. При делении класса (группы) на подгруппы учитывается профиль трудового обучения для девочек и мальчиков, которое проводится в соответствии с адаптированной общеобразовательной программой.

2.15. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.16. В школе устанавливаются следующие основные виды учебных занятий: урок, контрольная работа, самостоятельная работа, факультативное занятие, индивидуальное занятие.

2.17. Продолжительность малых перемен – не менее 5 мин., большой перемены (после 2-ого и 4-ого уроков) – 20 минут.

2.18. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

2.19. Расписание звонков:

№ урока	Урок	Перемена
1	9.00 - 9.40	10 мин.
2	9.50 - 10.30	20 мин.
3	10.50 - 11.30	20 мин.
4	11.50 - 12.30	20 мин.
5	12.40 - 13.20	10 мин.
6	13.30 - 14.10	10 мин.
7	14.20 - 15.00	10 мин.
8	15.10 - 15.50	

### 3. Режим питания учащихся

3.1. Питание обучающихся проводится согласно установленного режима питания.

3.2. Для организации питания выделяется помещение столовой, а также специальное помещения для хранения пищи.

3.3. Обучающиеся обеспечиваются бесплатным горячим питанием, в соответствии с графиком, утвержденным директором школы.

3.4. В школе предусмотрено двухразовое питание обучающихся 1-9 классов. Для учащихся, посещающих группу продленного дня – трехразовое питание.

#### **4. Режим внеклассной деятельности**

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа организуется во второй половине дня и должна учитывать возрастные особенности обучающихся, обеспечивать баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.

4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируется Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

4.4. Режим работы кружков, регламент проведения спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий с обучающимися выстраивается в соответствии с графиком, утверждаемым директором школы.

4.5. После окончания учебных занятий для восстановления работоспособности обучающихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых длительностью не менее 1 часа. Основная часть этого времени отводится прогулкам и подвижным играм на свежем воздухе. В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения.

4.6. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, воспитатель, назначенный приказом директора.

#### **5. Режим двигательной активности учащихся**

5.1. Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры в неделю, обеспечивается за счет:

- физкультминуток и динамических пауз;
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях.

5.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

5.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

#### **6. Режим трудовых занятий обучающихся**

6.1. На занятиях трудом, предусмотренных образовательной программой школы, следует чередовать различные по характеру задания.

6.2. Все работы в учебных мастерских обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки. Практические работы выполняются после проведения обязательного инструктажа обучающихся по технике безопасности.

6.3. При организации трудовой практики обучающихся, предусмотренной образовательной программой, связанной с большой физической нагрузкой (переноска и

передвижение тяжестей), необходимо руководствоваться санитарно-эпидемиологическими требованиями к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста.

6.4. Не допускается привлекать обучающихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда, лиц моложе 18 лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

6.5. Допустимая продолжительность работ для обучающихся 12–13 лет составляет 2 часа; для подростков 14 лет и старше — 3 часа. Через каждые 45 минут работы необходимо устраивать регламентированные 15-минутные перерывы для отдыха.

## **7. Режим выполнения домашних заданий**

7.1. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

для 1–4-х классов – 1 час; для 5–9-х классов – 1,5 часа.

