

**Государственное общеобразовательное учреждение Ярославской области**

Принято на заседании  
педагогического совета  
Протокол №3 от «29» декабря 2020 г.

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
Директор школы Т.М. Головкина  
Приказ от «15» января 2021 г. №06/01-03

Согласовано с родительским собранием

Протокол №1 от «15» декабря 2020 года

**Режим занятий обучающихся**

**ГБОУ ЯО «Переславль-Залесская школа-интернат №3»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся образовательного учреждения (далее – ОУ) 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 28.08.2020 № 442.

1.2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализуется в соответствии с расписанием учебных занятий, утверждённых директором школы и согласованным с представителем профсоюзной организации.

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

**2. Учебный год**

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся в 1-м классе – 33 недели, со второго класса – 34 недели без учёта проведения практики и итоговой аттестации выпускников 9 (10/12 классов).

2.4. Учебный год составляют учебные периоды - четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной, внеурочной, практики) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике.

### **3. Режим занятий**

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе

3.2. В субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) со 2-го класса составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре.
- 40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало – не ранее 8.00. Начало и окончание учебных занятий определяется расписанием, которое составляется в соответствии с учебным планом (учебными планами), требованиями санитарных норм и правил, кадровыми условиями ОУ.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, также предусмотрены большие перемены (40-50 минут) для горячего завтрака и обеда.

3.5. Расписание звонков утверждается ежегодно по согласованию с педагогическим советом в соответствии с продолжительностью уроков и перемен, а также количества часов в учебном плане каждого класса. Расписание звонков публикуется на официальном сайте ОУ.

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.

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;

- 7 – 11-х классах – семи.

3.7. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающимся предоставляется облегчённый учебный день в среду или четверг, что отражается в расписании учебных занятий.

3.8. Режим занятий в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

В сентябре, октябре проводятся 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 и один раз в неделю – 5 уроков за счёт физической культуры.

В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут вместе с посещением столовой для приёма пищи.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении учебных занятий по технологии (трудовому обучению), основам социального мира (домоводству, СБО) возможно деление классов на группы.

4.2. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, 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.

4.3. 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%.

4.4. Для организации занятий по технологии (трудовому обучению) используются кабинеты, оснащённые необходимым оборудованием, инструментами, приспособлениями, материалами с учётом особых образовательных потребностей, а также, при необходимости, учебно-опытный участок, теплицы, расположенные на территории ОУ.

Условия трудового обучения должны соответствовать возрасту обучающегося, учебным, воспитательным и коррекционным задачам.

4.5. Практика по технологии (трудовому обучению) проводится в соответствии с учебным планом и программой обучения, включающей раздел «Практика». Этот раздел может быть представлен как дополнение к программе по трудовому обучению (технологии).

4.6. При необходимости предусматривается особый ортопедический режим для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата, зрительный режим – для слабовидящих детей, режим слуховых нагрузок – для слабослышащих обучающихся.

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

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

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

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. 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 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

### **6. Режим внеурочной деятельности, работы групп дополнительного образования**

6.1. Режим работы кружков, секций, групп дополнительного образования устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

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, занятиями по программам дополнительного образования предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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

### **7. Режим работы групп продлённого дня**

7.1. В ОУ организуется работа групп продлённого дня (далее – ГПД) для осуществления присмотра, ухода за обучающимися и организации воспитательного процесса.

7.2. В ОУ составляется режим дня для ГПД и недельная сетка занятий для каждой группы с учётом санитарных норм и правил, воспитательных, коррекционно-развивающих задач. Режим дня и сетка занятий разрабатываются ежегодно.

7.3. В режиме дня ГПД предусмотрены прогулки, физкультурно-оздоровительные мероприятия, самоподготовка, посещение групп дополнительного образования, занятий внеурочной деятельностью, воспитательные занятия.

7.4. Содержание работы в ГПД определяется воспитательной программой ОУ и адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

7.4. В зависимости от времени пребывания обучающихся в образовательном учреждении для них организуется двухразовое горячее питание, которое, по решению общешкольного родительского собрания, может быть дополнено третьей платным приёмом пищи.

## **8. Режим работы групп круглосуточного пребывания обучающихся**

8.1. В ОУ созданы условия для круглосуточного пребывания обучающихся в режиме пятидневной недели.

8.2. Обучающиеся, воспитанники объединяются по окончании работы ГПД в воспитательные группы в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями.

8.3. В режиме работы групп круглосуточного пребывания предусмотрены воспитательные занятия, самообслуживание, занятия по интересам, прогулки и физкультурно-оздоровительные мероприятия, посещение групп дополнительного образования, посещение библиотеки, самоподготовка.

8.4. Обучающиеся групп круглосуточного пребывания обеспечиваются бесплатным пятиразовым питанием.

8.5. Содержание групп круглосуточного пребывания определяется воспитательной программой ОУ и адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).