

государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Нижнечирская школа-интернат»

Рассмотрено  
на педагогическом совете  
Протокол №1  
от 29 августа 2015 г.



И.Г. Дегтяренко

Положение о режиме занятий  
в государственном казенном общеобразовательном учреждении  
«Нижнечирская школа-интернат»

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий учащихся ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат» разработано в соответствии со статьей 30 Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. N 273-ФЗ ;

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- Адаптированной образовательной программой VIII вида;
- Учебным планом школы;
- Календарным учебным графиком.

### 2. Образовательный процесс

2.1. Образовательный процесс в ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат» осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого образовательной организацией самостоятельно в соответствии с Базисным учебным планом, календарного учебного графика и регламентируется расписанием занятий, утвержденным приказом директора.

2.2. Учебный план включает в себя общеобразовательные предметы, содержание которых адаптировано к возможностям детей с легкой степенью

интеллектуальной недостаточности, а также специфические коррекционные предметы, индивидуальные и групповые коррекционные занятия.

2.3. Начало и окончание учебного года определяются календарным учебным графиком.

2.4. Продолжительность учебного года в ГКОУ «Нижнечирская школа-интернат» составляет не менее 34 недель (без учета экзамена по трудовому обучению) в 9-10(11) классах, в первом классе – 33 недели.

2.5. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в течение учебного года.

2.6. Обучение проводится в первую смену в режиме шестидневной рабочей неделе. Учебные занятия начинаются в 8 часов 30 минут. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.7. Количество учебных часов и часов факультативных, групповых и индивидуальных занятий не превышает максимально допустимую нагрузку учащихся.

2.8. Построение учебного процесса проводится с учетом биоритмических закономерностей умственной работоспособности детей и подростков. Им соответствует:

проведение школьных занятий в первую смену;

преподавание наиболее трудных предметов на 2-3 уроках;

приготовление домашних уроков в интервале 16-18 часов;

организация в середине школьных занятий спортивного часа;

частичное ограничение учебной нагрузки в четверг за счет проведения вместо самоподготовки экскурсий, зрелищных мероприятий, занятий общественно полезным трудом;

планирование контрольных работ, изложение нового материала с учетом того, что наиболее высокий уровень функционального состояния центральной нервной системы учащихся приходится на вторник и среду.

2.9. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

-для обучающихся 1 классов не превышает 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, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физкультуры;

-для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;

-для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

2.10. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учащихся и шкалой трудности учебных предметов.

Между началом факультативных занятий и последним уроком организуется перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся I степени образования основные предметы (русский язык и математика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, ритмики, труда, физической культуры; для обучающихся II и III степени образования предметы естественно – математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

2.11. Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы проводятся на 2-м уроке, 2-4 классов - 2-3 уроках; для обучающихся 5-11 классов - 2-4 уроках.

На I степени обучения не проводятся сдвоенные уроки.

Для учащихся 5-11 классов сдвоенные уроки допускаются для проведения уроков социально-бытовой ориентировки, уроков труда.

В 10-11 классах допускается проведение сдвоенных уроков по основным предметам.

2.12. Контрольные работы проводятся в соответствии с графиком, утвержденным директором, не более чем по одному предмету в день в одном классе в часы наивысшей работоспособности. Не рекомендуется проводить контрольные работы в первый и последний день учебной недели. Запрещается проведение контрольных работ на последних уроках.

Плотность учебной работы обучающихся по основным предметам на уроках составляет 60-80%.

2.13. Продолжительность урока в 1 классе в первой четверти составляет 35 минут по 3 урока, со второй четверти - 35 минут по 4 урока, в III –IV четверти длительность уроков составляет 40 минут, во 2- 10 (11) классах – 40 минут в течение года.

2.14. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день четверг или пятницу.

2.15. Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большой перемены - 20 минут (после 3 урока)

2.16. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения на уроках проводятся физминутки и гимнастика для глаз.

2.17. Во время уроков чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.д.) в 1-4 классах не превышает 7-10 минут, в 5-11 классах – 10-15 минут.

2.18. При проведении уроков с использованием компьютеров продолжительность непрерывного использования составляет для учащихся 1-5 классов не более 15 минут; для учащихся 6-7 классов – не более 20 минут; для учащихся 8-9 классов не более 25 минут; для учащихся 10-11 классов – не более 30 минут.

Для профилактики зрительного утомления после работы с компьютером проводится комплекс упражнений гимнастики для глаз 1-2 минуты.

2.19. В учебно-воспитательном процессе двигательная активность составляет для обучающихся I ступени – до 50% дневного бюджета времени, а для учащихся II-III ступеней – до 30%.

2.20. Физическое воспитание детей проводится на основе комплексной программы физического воспитания учащихся I-X классов. Она включает в себя различные формы двигательной активности детей: утреннюю гимнастику, физкультурные занятия, спортивный час, физкультурные минутки, подвижные игры и физические упражнения во время перемен и на прогулке, занятия в спортивных секциях, спортивные соревнования, по медицинским показаниям – лечебную физкультуру (ЛФК).

2.21. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся проводятся не менее 3 уроков физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Замена уроков физкультуры другими предметами не допускается.

2.22. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического и спортивного часа соответствуют возрасту. Состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

2.23. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно - оздоровительных и спортивно - массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются со снижением физической нагрузки.

Дети, освобожденные по состоянию здоровья от занятий физической культурой, систематически занимаются лечебной физкультурой. Эти занятия проводят как индивидуально, так и малыми группами в зале лечебной физкультуры. Комплексы ЛФК назначает врач в соответствии с основным заболеванием ребенка.

2.24. Ежедневно в режиме учебного дня проводится спортивный час на открытом воздухе. Наиболее приемлемой формой его проведения являются подвижные игры, проводимые под наблюдением воспитателя или учителя физкультуры.

Во время большой перемены учащиеся проводят игры на открытом воздухе, при неблагоприятных погодных условиях игры проводятся в хорошо проветренных за время уроков рекреациях, спортивном зале.

2.25. Не реже одного раза в месяц проводятся дни здоровья и включают подвижные и спортивные игры, туристические походы, массовых соревнования.



2.26. Трудовое обучение и воспитание организуется в соответствии с содержанием программ трудового обучения и интересами воспитанников на базе мастерских школы – интерната, а также включает работы по самообслуживанию.

Трудовое обучение выполняется воспитанниками только в специальной одежде (халаты, фартуки, косынки).

Перед выполнением тех или иных работ педагоги проводят обязательный инструктаж и обучают детей рациональным приемам и безопасным правилам при их выполнении.

2.27. К трудовому обучению в полном объеме привлекаются только здоровые воспитанники. Дети, имеющие отклонения в состоянии здоровья, допускаются к участию в труде согласно заключению врача.

2.28. Допустимая продолжительность работ для обучающихся 12 - 13 лет составляет 2 часа; для подростков 14 лет и старше - 3 часа. Через каждые 45 минут работы организуются регламентированные 15-минутные перерывы для отдыха. Работа на участках и в помещениях, обработанных пестицидами и агрохимикатами, допускается в сроки, установленные Государственным Каталогом пестицидов и агрохимикатов.

2.29. При организации профессиональной подготовки воспитанников педагоги руководствуются гигиеническими критериями допустимых условий и видов работ для профессионального обучения и труда подростков и «Перечнем тяжелых работ и работ с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе 18 лет», утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации №163 от 25.02.00.

2.30. Во второй половине дня организуется самоподготовка учащихся, а также различные виды активной деятельности и отдыха: прогулка на пришкольной территории в сочетании с подвижными играми, экскурсии на природу, общественно полезный труд на пришкольном участке - от 1 до 1,5 ч, производительный труд.

2.31. Начало самоподготовки - не ранее 16 ч после проведения мероприятий по восстановлению необходимого уровня работоспособности учащихся (спортивный час).

2.32. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): в 1 классе со второго полугодия - 1ч, во 2 - 4 классах - 1,5 ч., в 5-10 классах - 2 ч.

Домашние задания не задаются учащимся первого класса в первом полугодии, учащимся начальных классов – на выходные дни, всем учащимся – на каникулярное время.

2.33. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день.

2.34. После окончания самоподготовки и пребывания детей на воздухе внеучебное время заполняется видами деятельности эмоционального

характера: зрелищные мероприятия, занятия в кружках, чтение, репетиции, тихие игры и т.д. общей продолжительностью не более 1,5 ч.

Виды деятельности эмоционального характера равномерно распределяются на протяжении учебной недели и сбалансированы с двигательными - активными мероприятиями в течение учебного дня

2.35. Кружковая работа во второй половине дня учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивает баланс между двигательными и статическими занятиями. Занятия в кружках и секциях проводятся не чаще двух раз в неделю длительностью до 1 ч для обучающихся I ступени и 1,5 ч – для обучающихся II-III ступени.

Допускается участие одного воспитанника не более чем в 2 различных кружках (один из них с физической нагрузкой: спортивный, танцевальный).

2.36. Просмотр телевизионных передач, сопряженный со значительной зрительно-психической нагрузкой, не превышает в день для младших учащихся 1ч, для более старших – 1,5ч и не чаще 2раз в неделю.

2.37. Массовые общешкольные вечера, концерты, встречи гостей, экскурсии проводятся в середине недели (среда, четверг), а также в субботу и воскресенье.