

**Федеральное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Ишимбайское специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа»**

Приложение № 15

Рассмотрено педсоветом  
(Протокол от 09 октября 2018г. № 3)

Утверждено  
приказом Ишимбайского СУВУ  
от 15 октября 2018 г. № 191

**ПОЛОЖЕНИЕ  
о режиме занятий обучающихся**

## **I. Общие положения**

1.1 . Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», Уставом Ишимбайского СУВУ (далее по тексту – Учреждение).

1.2. Положение определяет гигиенические требования к режиму образовательного процесса.

## **II. Гигиенические требования к режиму образовательного процесса**

2.1. Наполняемость классов (группы) устанавливается до 10 обучающихся, в классах (группах) для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья до 7 человек.

Учебная и производственная практика по образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения осуществляется в классах (группах) от 4 до 5 человек.

На теоретических и лабораторных занятиях по отдельным дисциплинам, а также на занятиях по физическому воспитанию класс (группа) могут делиться на 2 группы.

2.2. Учреждение самостоятельно разрабатывает и утверждает приказом директора годовой календарный учебный график на учебный год.

2.3. Учебный год в школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной (нерабочий день), то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.4. Учебные занятия общеобразовательной подготовки начинаются в 8.30, в учебно-производственных мастерских -13.40. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.5. Учреждение устанавливает шестидневную учебную неделю обучающихся с учётом действующих санитарно-гигиенических норм и правил для 5-11 классов.

Продолжительность учебного года не менее 35 недель без учёта итоговой аттестации, в учебно-производственных мастерских – 40 недель без учета итоговой аттестации.

Продолжительность каникул и сроки их проведения определены в Годовом календарном учебном графике.

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана учреждения, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не должно в совокупности превышать величину недельной образовательной нагрузки.

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

- для обучающихся 1-4 классов - не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не более 8 уроков.

2.7. Расписание уроков составлены с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся.

2.8. В течение учебного дня не проводится более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся на 2-4 уроках.

2.9. Продолжительность урока (академический час) во всех классах - 40 минут.

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

2.10. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели, обучающиеся имеют облегченный учебный день в субботу.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет 5-10 минут.

2.12. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводится физкультминутки и гимнастику для глаз.

2.13. Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) 10-15 минут. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблице.

### **Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках**

классы	Непрерывная деятельность (мин.), не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Работа с изображ. на индивидуал. мониторе компьютера и клавиатурой	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
3-4 кл.	15	20	20	20	20	15
5-7 кл.	20	25	25	20	25	20
8-11 кл.	25	30	30	25	25	25

После использования технических средств обучения, связанных со

зрительной нагрузкой, проводится комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

2.14. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

2.15. Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательном процессе обеспечивается за счет: физкультминуток в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений; организованных подвижных игр на переменах; внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья, самостоятельных занятий физической культурой в секциях.

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

Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). 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 физической культурой со снижением физической нагрузки.

Уроки физической культуры также могут проводиться на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

2.17. Все работы в кабинетах специальных дисциплин и учебных мастерских обучающиеся выполняют в специальной одежде и удобной обуви. При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, используют защитные очки.

2.18. При организации практики и занятий общественно-полезным трудом обучающихся, предусмотренными образовательной программой, связанными с большой физической нагрузкой (переноска и передвижение

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