

Министерство образования и науки Республики Башкортостан
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Республиканский центр дистанционного образования детей-инвалидов
(ГБОУ РЦДО)

Утверждено
приказом директора
ГБОУ Республиканский центр
дистанционного образования
детей-инвалидов
от 30.08.2023г. № 245-1/А

Режим занятий обучающихся

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом ГБОУ РЦДО
Протокол от 29.08.2023г. № 1
СОГЛАСОВАНО
советом родителей ГБОУ РЦДО
Протокол от 29.08.2023г. №1

Уфа-2023 г.

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся Государственного бюджетного образовательного учреждения Республиканский центр дистанционного образования детей-инвалидов (далее – РЦДО) 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,
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2,
- 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 22.03.2021 № 115,
- Уставом ГБОУ РЦДО.

1.2. Адаптированные основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

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 РЦДО 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. В учреждение организовано обучение на дому с применением дистанционных образовательных технологий. Основанием для организации индивидуального обучения на дому являются заключение медицинской организации (врачебной комиссии) и рекомендации ПМПК, а также заявление родителей (законных представителей).

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 12-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. В соответствии с календарным учебным графиком учебный год в 1 – 10 классах делится на четверти, в 11 - 12 классах - на полугодия.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом - не менее 8 недель.

2.6. Для обучающихся в 1 классе в феврале устанавливаются дополнительные недельные каникулы. Сроки и продолжительность каникул в каждом учебном году определяются календарными учебными графиками.

2.7. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (полугодий), 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 основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в РЦДО ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1–12-х классах.

Урочная деятельность учащихся по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

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

3.3. Обучение проводится в первую смену. Начало уроков в 09.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв. После первого, пятого и шестого уроков 10 минут, после второго и четвертого уроков – 20 минут, после третьего урока – 15 минут

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Расписание звонков в 1 классах
Сентябрь-октябрь

	Продолжительность урока	Перемена
1 урок	09.00 – 09.35	10 минут
2 урок	09.45- 10.20	40 минут (динамическая пауза)
3 урок	11.00 -11.35	

Расписание звонков в 1 классах
Ноябрь-декабрь

	Продолжительность урока	Перемена
1 урок	09.00 – 09.35	10 минут
2 урок	09.45- 10.20	40 минут (динамическая пауза)
3 урок	11.00-11.35	10 минут
4 урок	11.45-12.20	

Расписание звонков в 1 классах
январь-май

	Продолжительность урока	Перемена
1 урок	09.00 – 09.40	10 минут
2 урок	09.50- 10.30	40 минут (динамическая пауза)
3 урок	11.10-11.50	10 минут
4 урок	12.00-12.40	10 минут
5 урок	12.50-13.30	

Расписание звонков для остальных классов:

	Продолжительность урока	Перемена
1 урок	09.00 – 09.40	10 минут
2 урок	09.50- 10.30	10 минут
3 урок	10.40-11.20	20 минут

4 урок	11.40-12.20	10 минут
5 урок	12.30-13.10	10 минут
6 урок	13.20-14.00	20 минут
7 урок	14.20-15.00	10 минут
8 урок	15.10-15.50	10 минут
9 урок	16.00-16.40	10 минут
10 урок	16.50-17.30	

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 – 12-х классах – семи.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Организация образовательной деятельности ведется индивидуально с применением дистанционных образовательных технологий, а также в минигруппах и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, в том числе обеспечивающих изучение родного языка в образовательных организациях, в которых наряду с русским языком изучается родной язык, государственный язык республик Российской Федерации.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.3. 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.

4.4. 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%.

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

5.2. 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

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора РЦДО.

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут,

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

