

Пояснительная записка к расписанию уроков

МКОУ СОШ №19 г. Ивделя п. Сама на 2021 – 2022 учебный год.

Расписание уроков на 2021 – 2022 учебный год составлено в соответствии с учебным планом МКОУ СОШ № 19, с требованиями СанПиНа к составлению расписания, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы. При разработке расписания учебных занятий учитывались следующие нормативные документы:

– Санитарно-эпидемиологические правила «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2.2821- 10», утвержденные Главным государственным санитарным врачом РФ 29.12.2010 №189 с дополнениями и изменениями на 2021-2022 учебный год.

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24 декабря 2015 года №81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях».

-СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденный Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28.

– Правила внутреннего распорядка.

–Учебный план, утвержденный директором школы.

Расписание уроков в школе преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для всех участников образовательного процесса. Расписание учебных занятий учитывает выполнение следующих требований:

–создание оптимальных условий для обеспечения эффективного труда обучающихся;

–обеспечение высокого уровня эффективности труда педагога, профилактики снижения его работоспособности как в пределах одного рабочего дня, так и в течение рабочей недели;

–учет материально-технических условий образовательного учреждения;

–соблюдение требований нормативных документов, регламентирующих работу образовательного учреждения. Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности

учебных предметов. При составлении расписания учебных занятий также учитывались:

–чередование учебных предметов в течение учебного дня и недели по степени сложности;

–чередование основных предметов с уроками физической культуры, технологии, искусства, ОБЖ.

Учебный процесс в ОУ проходит в одну смену, начало занятий в 8.30

Обучение ведётся по трем ступеням образования:

- Начальное общее образование - 4 года (1-4 классы);
- Основное общее образование -5 лет (5-9 классы);
- Среднее полное (общее) образование -2 года (10-11 классы)

В 1 - 11 классах - пятидневная учебная неделя, уроки продолжительностью 40 минут. При составлении расписания выполнены гигиенические требования к максимальному общему объему при 5-тидневной учебной недели для обучающихся 1-11-х классов. Общий объем нагрузки в течение дня соответствует СанПиН 2.4.2.2821-10. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана общеобразовательной организации, состоящей из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, в совокупности не превышает величину допустимой недельной образовательной нагрузки:

- для обучающихся 1-х классов — 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры, ИЗО и уроков технологии;
- для обучающихся 2-4 классов — не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов — не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов — не более 7 уроков.

Наиболее рационально составлено расписание уроков для учащихся начальных классов. Это объясняется тем, что почти все уроки проводят сами учителя начальных классов, исключение составляют такой предмет, как иностранный язык (немецкий) во 2- 4 классах. При составлении расписания использовалась недельная общеобразовательная нагрузка обучающихся и шкала трудности учебных предметов.

Физическая культура стоит в расписании первыми уроками, т.к в ОУ один спортивный зал для обучающихся 1-11 классов, в расписании уроков учтено, что после урока физкультуры (второй или третий урок) перемена 20 мин. После второго урока - большая перемена продолжительностью 20 мин, организованно горячее питание для учащихся начальной школы; после третьего урока для

учащихся 5-11 классов организовано горячее питание продолжительностью 20 мин, за это время обучающие успевают восстановить силы для продолжения учебного процесса.

Недельная общеобразовательная нагрузка обучающихся при 5-ой учебной неделе:

| Классы | Максимально допустимая нагрузка при 5-ой неделе, не более (в часах) | Учебная нагрузка учащихся 2021-2022 учебный год |
|--------|---|---|
| 1 | 21 | 21 |
| 2-4 | 23 | 23 |
| 5 | 29 | 29 |
| 6 | 30 | 30 |
| 7 | 32 | 32 |
| 8 | 33 | 32 |
| 9 | 33 | 32 |
| 10 | - | - |
| 11 | 34 | 33 |

При составлении расписания недельная общеобразовательная нагрузка обучающихся выдержана.

Максимально допустимая учебная нагрузка в 1 классе 21 час в неделю. Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня для обучающихся 1 класса не превышает 4 уроков и 1 день в неделю – в среду – составляет 5 уроков за счет последнего урока музыки. Физическая культура в этот день стоит вторым уроком, т.к. в школе один спортивный зал, в котором проходят уроки физической культуры с 1 по 11 классы. После третьего урока большая перемена продолжительностью 20 минут, на которой учащиеся первого класса отдыхают.

Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый);
- в середине учебного дня после второго урока проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут;
- обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

Внеурочная деятельность в 1-4 классах стоит в понедельник после четвертого урока. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет 30 минут. Максимально допустимая учебная нагрузка в 2-4 классах 23 часа в неделю; 3 дня в неделю: во вторник, среду и четверг - по 5 уроков. С учетом неодинаковой умственной работоспособности обучающихся в разные дни учебной недели расписание составлено так, что в начальных классах максимальная умственная нагрузка приходится на 2, 3, иногда 4-е уроки; в течение недели уровень умственной нагрузки снижен в понедельник и пятницу, в 1 классе – в понедельник и в пятницу. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в четверг и в пятницу. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, после 2 и 3 уроков две большие перемены с продолжительностью 20 минут каждая.

В расписании уроков полностью реализован учебный план.

При составлении расписания для учащихся 1-11 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин.

Шкала трудности предметов для 1 - 4 классов.

| Общеобразовательные предметы | Количество баллов (ранг трудности) |
|---|------------------------------------|
| Математика | 8 |
| Русский (национальный, иностранный язык) | 7 |
| Русская (национальная) литература | 5 |
| Природоведение, окружающий мир, информатика | 6 |
| История (4 классов) , ОРКСЭ | 4 |
| Рисование и музыка | 3 |
| Труд (Технология) | 2 |
| Физическая культура | 1 |

Недельное расписание уроков (по баллам) начальная школа на 2021-2022 учебный год

| Класс | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|-------|-------------|---------|-------|---------|---------|
| 1 | 21 | 23 | 23 | 22 | 21 |
| 2 | 21 | 30 | 27 | 24 | 23 |
| 3 | 21 | 30 | 24 | 24 | 24 |
| 4 | 21 | 30 | 28 | 24 | 20 |

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 5 - 9 классах.

| Общеобразовательные предметы | Количество баллов (ранг трудности) | | | | |
|------------------------------|------------------------------------|----|----|----|----|
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| Химия | | | | 10 | 12 |
| Геометрия | | | 12 | 10 | 8 |
| Физика | | | 8 | 9 | 13 |
| Алгебра | | | 10 | 9 | 7 |
| Биология | 10 | 8 | 7 | 7 | 7 |
| Математика | 10 | 13 | | | |
| Иностранный язык | 9 | 11 | 10 | 8 | 9 |
| Русский язык | 8 | 12 | 11 | 7 | 6 |
| География | 7 | 7 | 6 | 6 | 6 |
| История | 5 | 8 | 6 | 8 | 10 |
| Обществознание | 6 | 9 | 9 | 5 | 5 |
| Технология | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 |
| Литература | 4 | 6 | 4 | 4 | 7 |
| ИЗО | 3 | 3 | 1 | 3 | - |
| Физическая культура | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 |
| Экология | 3 | 3 | 3 | 6 | 1 |
| Музыка | 2 | 1 | 1 | 1 | |
| Информатика | 4 | 10 | 4 | 7 | 7 |
| ОБЖ | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 10-11 классах.

| Общеобразовательные предметы | Количество баллов (ранг трудности) | |
|-------------------------------------|------------------------------------|----|
| | 10 | 11 |
| Физика | 12 | 12 |
| Геометрия, химия | 11 | 11 |
| Русский язык | 9 | 9 |
| Алгебра | 10 | 10 |
| Литература, иностранный язык | 8 | 8 |
| Биология | 7 | 7 |
| Информатика, Экономика | 6 | 6 |
| Обществознание, Право, История, МХК | 5 | 5 |
| Астрономия | | 4 |
| География, Экология | 3 | 3 |
| ОБЖ | 2 | 2 |
| Технология | 2 | 2 |
| Физическая культура | 1 | 1 |

В целом, расписание уроков для учащихся 5-11 классов достаточно сбалансировано: постепенное нарастание учебной нагрузки, пик которой

приходится на вторник и четверг, постепенный спад к концу недели. В 5 и 11 классах максимальная недельная нагрузка приходится на среду. В связи с переходом на пятидневную рабочую неделю в 7-9 классах увеличилась умственная нагрузка в течение дня – со вторника по среду, четверг и пятница наблюдается спад недельной нагрузки, хотя и стоят в расписании седьмые уроки. Первыми и последними уроками во всех классах поставлены предметы, имеющие небольшое количество баллов по рангу трудности. В 9 – 11 классах введены предметы школьного компонента: 9 класс - «Право», «Математический практикум», «Решение задач по физике»; «Навыки смыслового чтения» в 6 классе; в 11 классе – «Русское правописание», «Математический практикум», «Решение задач по физике». Предметы школьного компонента внесены в расписание. При этом дневная нагрузка максимально приближена к требованиям СанПиН. Небольшое отклонение от нормы в составлении расписания объясняется тем, что в школе один учитель иностранного языка и два учителя математики, учитель биологии, физики и информатики работает в ОУ п. Сама и в ОУ п. Маслово. Понедельник, среда – учитель биологии, Кашина Е.Д.; вторник, четверг – учитель физики и информатики, Власова В.А.

Согласно учебному плану на занятия физкультурой выделено 3 часа, поэтому часы физической культуры в школе, исходя из режима работы спортивного зала (в школе спортивный зал один) и пятидневной учебной недели, стоят в расписании не только первыми уроками, но и последними. Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, что наибольший ее объем приходится в основном на вторник и среду, в отдельных классах на четверг. В эти дни в расписание уроков включены предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности, либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели. В расписании уроков учитывается чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся начального уровня образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, физической культуры; для обучающихся основного и среднего уровней образования предметы естественно-математического цикла чередуются с гуманитарными предметами.

Недельное расписание уроков (по баллам) на 2021-2022 учебный год

| Класс | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
|-------|-------------|---------|-------|---------|---------|
| 5 | 40 | 42 | 39 | 37 | 36 |
| 6 | 50 | 42 | 47 | 49 | 45 |
| 7 | 46 | 50 | 44 | 43 | 41 |
| 8 | 40 | 41 | 42 | 40 | 41 |
| 9 | 44 | 47 | 43 | 40 | 44 |
| 11 | 44 | 45 | 45 | 43 | 42 |

Расписание звонков для учащихся 2-11 классов

| | | | |
|---------------|--------------|--------------|------------------------|
| 1 урок | 8:30 | 9:10 | Перемена 10 мин |
| 2 урок | 9:20 | 10:00 | Перемена 20 мин |
| 3 урок | 10:20 | 11:00 | Перемена 20 мин |
| 4 урок | 11:20 | 12:00 | Перемена 10 мин |
| 5 урок | 12:10 | 12:50 | Перемена 10 мин |
| 6 урок | 13:00 | 13:40 | Перемена 10 мин |
| 7 урок | 13:50 | 14:30 | |

Выводы:

1. Расписание выдержано в соответствии СанПиН, но в отдельных классах наблюдаются отклонения от норм:

- в 6 классе нагрузка на понедельник, выше, чем на вторник (учителя работают в ОУ п. Маслово)
- уроки физической культуры стоят первыми, вторыми и седьмыми уроками - в ОУ один спортивный зал для занятий физической культурой с 1 по 11 классы;
- учителя имеют большую педагогическую нагрузку и ведут несколько предметов:
- Красильникова Ю.А.- учитель немецкого языка (2-11 классы) , 6 класс- математика; Лесных Г.В.- учитель географии (5-11 классы), русский язык и литература 5, 7, 9, 11 кл.

Расписание в основном отвечает требованиям, предъявленным к нему СанПиН, и создаёт удовлетворительные условия для комфортной работы учащихся и педагогов.