Пояснительная записка к расписанию уроков МОУ Покровской СШ МО «Цильнинский район» Ульяновской области на 2018-2019 учебный год.

Нормативно – правовую основу расписания уроков МОУ Покровской СШ составляют:

1. САНПИН 2.4.2.2821-10 (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189).
2. Учебный план школы (утверждён приказом по школе №218 от 03.09.2018).
3. Рабочие программы по предметам учебного плана на 2018-2019 учебный год (утверждены приказом по школе №246 от 03.09.2018г).
4. Приказ по школе №225 от 03.09.2018 «О распределении учебной нагрузки на 2018-2019 учебный год».
5. Приказ по школе №223 от 03.09.2018 «О назначении классных руководителей в 2018/2019 учебном году».
6. Приказ по школе № 226 от 03.09.2018 «О назначении заведующих кабинетами»)
7. Сведения об учителях, совмещающих работу в данной образовательной организации с работой в другой организации.
8. Приказ по школе №199 от 20.08.2018 «О предоставлении методических дней педагогам школы».
9. Приказ по школе №200 от 20.08.2018 «Об утверждении расписания звонков».

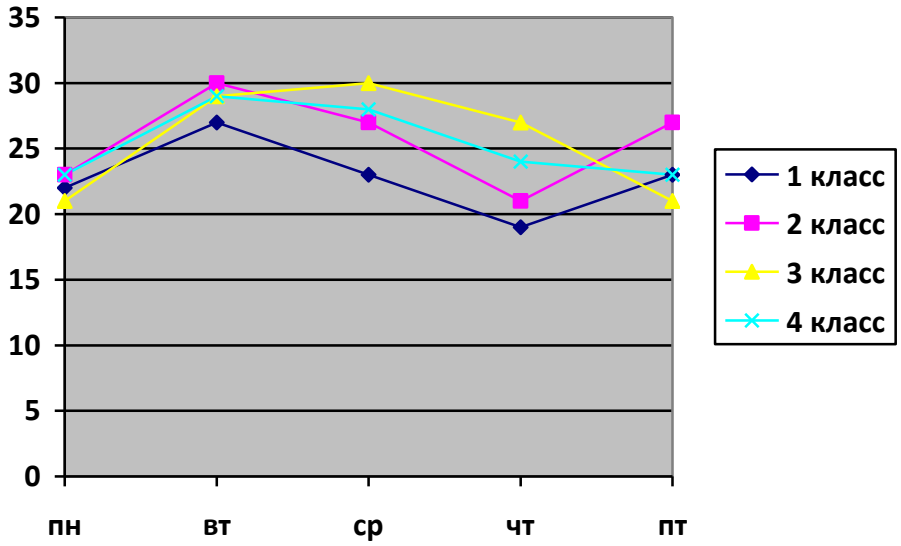
Для предотвращения учебных перегрузок учащихся учитывались следующие факторы:

1. Работоспособность (продуктивные и непродуктивные часы и дни).
2. Степень утомляемости (шкала трудности учебных предметов).

В школе открыты только общеобразовательные классы, занятия проводятся в одну смену. Для 1-4 классов – 5-дневная рабочая неделя, для учащихся 5-11 классов – 6-дневная рабочая неделя. Продолжительность урока в 1 классе – 35 минут, во 2-11 классах – 45 минут. Продолжительность перемен – 10 минут и 20 минут (после 3 и 4 уроков).

Наиболее рационально составлено ***расписание уроков для учащихся начальных классов***. Это объясняется тем, что почти все уроки ведут сами учителя начальных классов, исключение составляют такие предметы, как иностранный язык и музыка. При составлении расписания использовалась шкала трудности учебных предметов.
Учебная нагрузка в начальных классах по дням недели распределена следующим образом:

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Пн	22	23	21	23
Вт	27	30	29	29
Ср	23	27	30	28
Чт	19	21	27	24
Пт	23	27	21	23

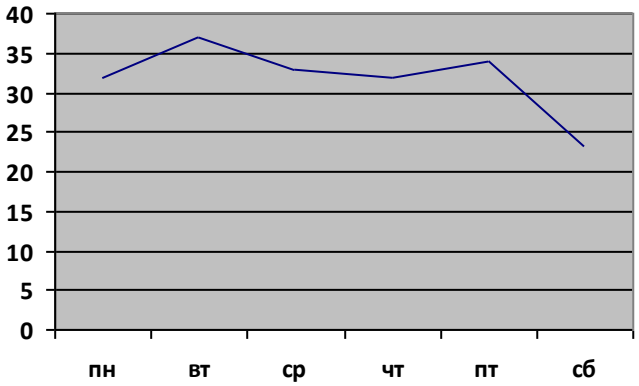


Учитывалось, что умственная работоспособность обучающихся нарастает постепенно, к середине недели. Поэтому понедельник – несколько облегчённый день во всех классах. Наибольший объём учебной нагрузки приходится в 1,2 и 4 классах на вторник, в 3 классе – на среду. Для предупреждения утомления в четверг для учащихся 1 и 2 классов организован облегчённый учебный день (в этот день в их расписании нет математики). Для учащихся 3 и 4 классов класса такой облегчённый учебный день организован в пятницу. В пятницу в расписании учащихся 3 класса стоит математика, но за счёт небольшого количества уроков и добавления в расписание физкультуры день, безусловно, является облегчённым. В конце учебной недели (пятница) учебная нагрузка невысока (примерно такая, как в понедельник). Исключение составляет расписание пятницы 2 класса – здесь нагрузка достаточно высокая, тем не менее, всё сбалансировано путём добавления в расписание урока физкультуры. Ежедневно после второго урока в первом классе предусмотрена динамическая пауза, которая также помогает избежать перегрузки учащихся. Высокий уровень работоспособности первоклассников приходится на 2 урок, учащихся 2 – 4 классов - на второй и третий уроки. Именно поэтому в это время дня проводятся самые трудные – основные – предметы (математика, русский язык, иностранный язык).

При составлении ***расписания для учащихся 5 -9 классов*** также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации Сан Пин. Расписание для учащихся 5-9 классов сбалансировать труднее. В этих классах работают совместители (учитель музыки и учитель ОБЖ), которым необходимы свободные дни для выполнения своих обязанностей на другом месте работы, студенты – заочники педвуза (учитель русского языка и литературы в 5-7 классах, учитель информатики и технологии, учитель физкультуры, учитель иностранного языка). Учитель химии, биологии и географии воспитывает ребёнка – инвалида. Ребёнок обучается на дому, но по вторникам и четвергам его приводят в школу в целях социализации. Поэтому учителю удобно, чтоб в эти дни её уроки стояли в расписании с 1-по 6, с «окном» после второго урока (после 2 урока она идёт за ребёнком домой и снова возвращается в школу). Учитель физкультуры проживает в другом селе. Для неё «окна» крайне нежелательны. Поэтому ежедневно физкультура стоит в расписании, начиная с 1 урока. У учителей очень большая нагрузка, многие из них задействованы, как минимум, на двух уровнях образования, а учитель иностранного – ещё и в начальной школе. Поэтому в лучшее время стоят трудные уроки у учащихся более младшего возраста, у учащихся 8-9 класса, а иногда и у учащихся 7 класса они могут либо проводиться первыми уроками, либо сползать вниз. Трое учителей имеют детей дошкольного возраста. Детский сад по субботам не работает, поэтому в субботу для них организован методический день. С целью повышения методического уровня педагогов методические дни организованы для всех учителей школы. Все эти нюансы повлияли на составление расписания для учащихся основного уровня образования.

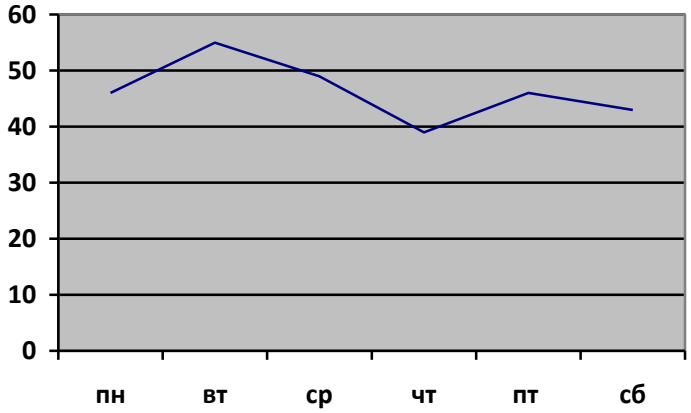
В целом, расписание уроков для пятиклассников достаточно сбалансировано: постепенное нарастание учебной нагрузки, пик которой приходится на вторник, облегчённый четверг, постепенный спад нагрузки к концу недели. Наиболее трудные предметы приходятся на 2,3,4 уроки (математика, русский язык, иностранный язык, биология). Учебная нагрузка в течение недели в ***5 классе*** распределена следующим образом.

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
32	37	33	32	34	32



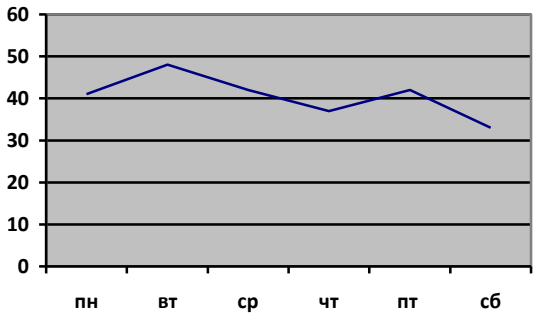
Учебная нагрузка **в 6 классе** нарастает постепенно, наиболее загруженным днём является вторник, несколько облегчёнными днём во второй половине недели является четверг, к концу недели нагрузка спадает. В течение всей недели предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов, наиболее трудные предметы приходятся на 2,3,4 уроки. Учебная нагрузка ***в 6 классе*** распределена по дням недели следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
46	55	49	39	46	43



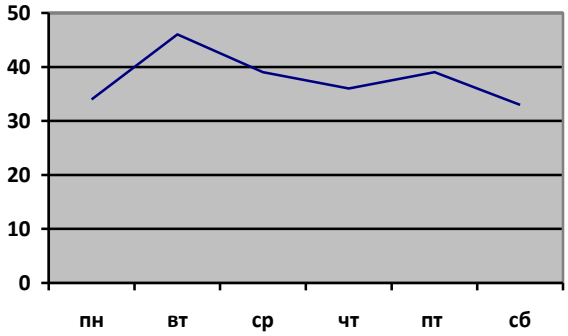
Расписание уроков для учащихся ***7 класса*** недостаточно сбалансировано. Дважды 1 уроком проходит физкультура, дважды – алгебра, один раз – иностранный язык. Два раза в неделю русский язык в 7 классе проводится пятым уроком. В остальном требования СанПин соблюдены: учебная нагрузка нарастает постепенно, наиболее загруженным днём является вторник, несколько облегчёнными днём во второй половине недели является четверг, к концу недели нагрузка спадает. В течение всей недели предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. Самые трудные предметы (математика, русский язык, иностранный язык) проводятся 2-4 уроками, за исключением вышеописанных случаев. Кривая учебной нагрузки в **7 классе** выглядит следующим образом.

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
41	48	42	37	42	33



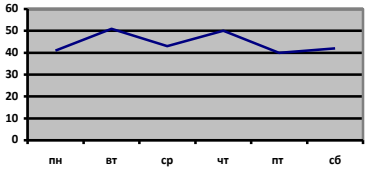
То же самое можно сказать и о расписании учащихся ***8 класса***, минус которого – большая учебная нагрузка учителей. Именно поэтому физкультура во вторник поднимается на 3 урок, сдвигая на 5 урок алгебру. Зато она (физкультура) в совокупности с другими предметами очень удачно разделяет геометрию и алгебру, не давая детям переутомиться. Иностранный язык всегда проводится 1-м уроком (не лучший вариант). Зато новый для восьмиклассников и самый сложный по шкале трудности предмет «Химия» занимает лучшее место в расписании. Главные требования Сан Пин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, её пик приходится на вторник, четверг – несколько облегчённый день, к концу недели нагрузка снижается. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. Кривая учебной нагрузки для учащихся 8 класса выглядит следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
34	46	39	39	36	33



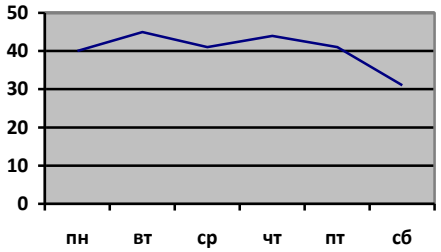
Расписание учащихся ***9 класса*** недостаточно сбалансировано. Физкультура два раза в неделю проводится третьим уроком, занимая лучшее время дня. Алгебра один раз в неделю проводится 1 уроком. Во вторник иностранный язык проводится 6 уроком. Избежать перегрузки позволяет наличие в расписании вторника достаточно простого предмета – ОПС. В другие дни иностранны язык проводится 5 уроком. Главные требования СанПин соблюдены: Нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на вторник. Пятница – несколько облегчённый день. К концу учебной недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов в течение всей недели.

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
41	51	43	50	40	42



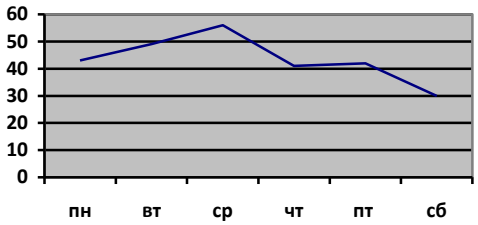
При составлении **расписания уроков для учащихся *10*** и **11 классов** также использовалась шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин. Минусы расписания десятиклассников: во вторник химия проводится пятым уроком, в субботу – математика. Два дня в неделю математика проводится первым уроком. Дважды в неделю иностранный язык проводится 5 уроком. Всё это связано с большой учебной нагрузкой учителей, которые работают и с учащимися основного уровня образования (а учитель иностранного языка – и с учащимися начальной школы), и со старшеклассниками. Естественно, что такие трудные уроки, как математика и иностранный, в лучшее время станут в расписании более младших учащихся. Пятница в расписании десятиклассников – облегчённый день. Основные требования СанПин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на вторник, несколько облегчённым днем недели является пятница, к концу недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов различных циклов. Кривая учебной нагрузки выглядит следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
40	45	41	44	41	31



Расписание уроков для учащихся 11 класса достаточно сбалансировано: нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на среду, несколько облегчённым днем недели является четверг, к концу недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. К слабым местам расписания одиннадцатиклассников можно отнести иностранный язык шестым уроком в среду. Среда вообще очень загружена, но это – оптимальный день для высоких нагрузок. Перегрузки не возникнет из-за правильного чередования предметов различных научных циклов, а также из-за присутствия в расписании среды технологии и МХК. В среду и в четверг физика попадает на пятый урок, но всё первое полугодие учащиеся по четвергам, согласно учебному плану, продолжают изучение астрономии (по шкале трудности предметов это достаточно простой предмет). В пятницу в расписании учащихся 11 класса химия стоит пятым уроком, но пятница в расписании одиннадцатиклассников – облегчённый день, так что переутомления удаётся избежать. Кривая учебной нагрузки выглядит следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
43	49	56	41/33	42	30



В школе действует кабинетная система, что очень удобно для составления расписания. Нет кабинета у учителя музыки (учащиеся занимаются в кабинете физики (у учителя физики – методические дни). Всё это предусмотрено расписанием. К концу учебной недели нагрузка убывает во всех классах. Число домашних подготовок меньше, чем уроков в расписании – во всех классах ежедневно.

Составила заместитель директора по УВР Ураксина Е.В.

03.09.2018.