

## **Пояснительная записка к расписанию уроков МОУ Покровской СШ МО «Цильнинский район» Ульяновской области на 2019-2020 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 №200 от 06.08.2019).
3. Рабочие программы по предметам учебного плана на 2019-2020 учебный год (утверждены приказом по школе №243 от 30.08.2019г).
4. Приказ по школе №206 от 06.08.2019 «О распределении учебной нагрузки на 2019-2020 учебный год».
5. Приказ по школе №207 от 12.08.2019 «О назначении классных руководителей в 2019/2020 учебном году».
6. Приказ по школе № 208 от 12.08.2019 «О назначении заведующих кабинетами»)
7. Сведения об учителях, совмещающих работу в данной образовательной организации с работой в другой организации.
8. Приказ по школе №237 от 30.08.2019 «О предоставлении методических дней педагогам школы».
9. Приказ по школе №238 от 30.08.2019 «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).

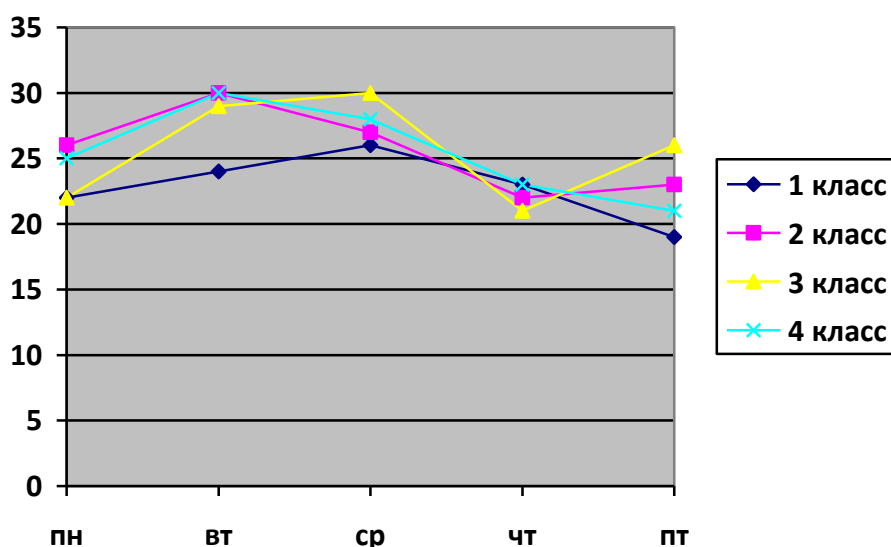
В школе открыты только общеобразовательные классы, занятия проводятся в одну смену. Занятия проводятся в режиме пятидневной рабочей недели.

Продолжительность урока в 1 классе – не более 40 минут ( в первой четверти – 3 урока по 35 минут, во второй четверти – 4(5) уроков по 35 минут, начиная с 3 четверти – 4(5) уроков по 40 минут). Продолжительность уроков во 2-11 классах – 45 минут. Продолжительность перемен – 10 минут и 20 минут (после 2 урока и после 4 урока).

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	26	22	25
Вт	24	30	29	30
Ср	26	27	30	28
Чт	23	22	21	23
Пт	19	23	26	21



Учитывалось, что умственная работоспособность обучающихся нарастает постепенно, к середине недели. Поэтому понедельник – несколько облегчённый день 1 и 3 классах. Во 2 и 4 классах учебная нагрузка в понедельник позначительнее, но является далеко не максимальной. Наибольший объём учебной нагрузки приходится в 1 и 3 классах – на среду, во 2 и 4 классах на вторник. Для предупреждения утомления в пятницу для учащихся 1 и 4 классов организован облегчённый учебный день (в этот день в их расписании нет математики). Для учащихся 2 и 3 классов такой облегчённый учебный день организован в четверг. В четверг 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. Ежедневно после второго урока в первом классе предусмотрена динамическая пауза, которая также помогает избежать перегрузки учащихся. В пятницу динамическая пауза проводится после первого урока. 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).

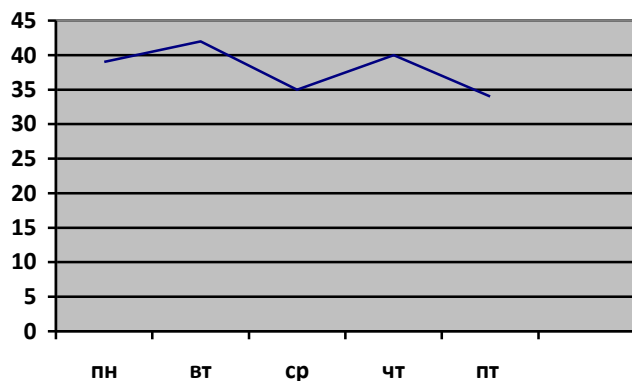
При составлении **расписания для учащихся 5-9 классов** также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации Сан Пин. Расписание для учащихся 5-9 классов сбалансировать труднее. В этих классах работают совместители (учитель музыки и учитель ОБЖ), которым необходимы свободные дни для выполнения своих обязанностей на другом месте работы. 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 младшего возраста, у учащихся 8-9 класса, а иногда и у учащихся 7 класса они могут либо проводиться первыми уроками, либо сползать вниз. Русский язык и литературу в 5 классе, литературу и родной язык в 6 классе ведут учителя начальной школы. Уроки на уровне основного общего образования поставлены им в «окна», когда обучающиеся начальных классов идут на иностранный язык или музыку. Но это возможно не всегда, поэтому в отдельные дни русский язык «сползает» на пятый урок. У учителя технологии, информатики и МХК – самая маленькая учебная нагрузка, что позволяет с целью повышения методического уровня организовать для неё методический день в середине недели (среда). 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, облегчённые среда и пятница, постепенный спад нагрузки к концу недели. Наиболее трудные предметы приходятся на 2,3,4 уроки (математика, русский язык, иностранный язык). Исключение составляют четверг и пятница,

когда русский язык в расписании стоит пятым уроком. Зато нагрузка в эти дни совсем небольшая, что позволяет избежать переутомления.

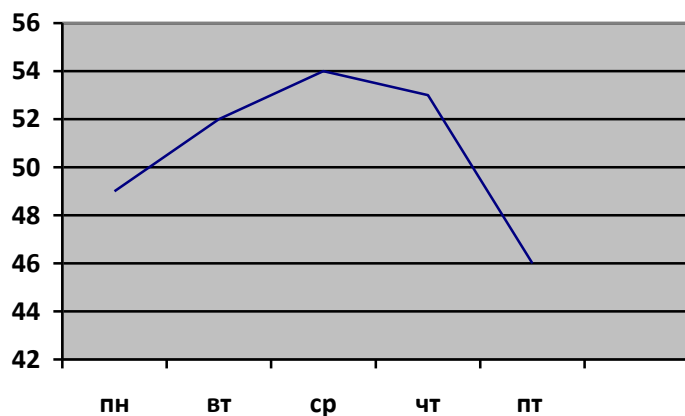
Учебная нагрузка в течение недели в **5 классе** распределена следующим образом.

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
39	42	35	40	34



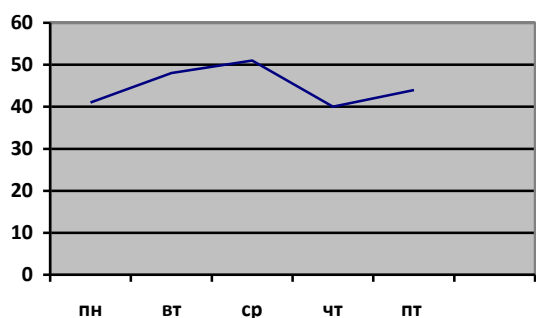
Учебная нагрузка в **6 классе** нарастает постепенно, наиболее загруженным днём является среда, несколько облегчёнными днём во второй половине недели является пятница, к концу недели нагрузка спадает. В течение всей недели предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического 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.
49	52	54	53	46



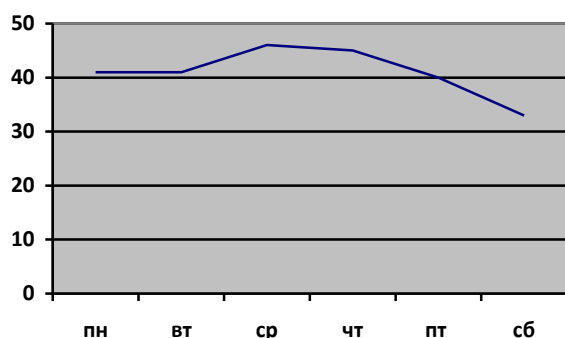
Расписание уроков для учащихся **7 класса** недостаточно сбалансировано. Дважды 1 уроком проходят достаточно сложные для семиклассников предметы: геометрия и иностранный язык. Три раза в неделю на пятый урок «сползают» русский язык, геометрия и алгебра. В остальном требования СанПин соблюдены: учебная нагрузка нарастает постепенно, наиболее загруженным днём является среда, 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.
41	48	51	40	44



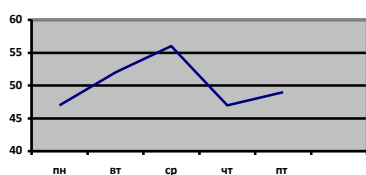
То же самое можно сказать и о расписании учащихся **8 класса**, минус которого – большая учебная нагрузка учителей. Именно поэтому иностранный язык в понедельник поднимается на 1 урок, как и геометрия в пятницу. В другие дни недели физика, иностранный язык и русский язык выпадают на пятые уроки. Учебная нагрузка в понедельник и вторник – одинаковая, и это – самый неудачный момент расписания восьмиклассников. Зато новый для детей 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 среду, пятница – 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.
41	41	46	45	40



Расписание учащихся **9 класса** недостаточно сбалансировано. Алгебра и геометрия по – одному разу в неделю проводится 1 уроком. В среду иностранный язык проводится 6 уроком, во вторник родной язык – седьмым. В другие дни иностранный язык проводится 5 уроком. Главные требования СанПин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на среду. Четверг – несколько облегчённый день. К концу учебной недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов в течение всей недели.

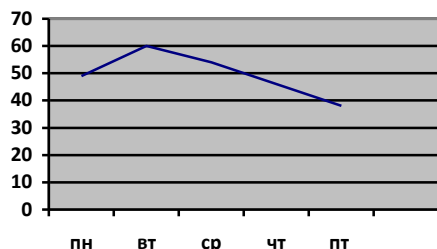
Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.
47	52	56	50	47	49



При составлении **расписания уроков для учащихся 10 и 11 классов** также использовалась шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин. Минусы расписания десятиклассников: ежедневно (кроме пятницы) первым уроком в расписании стоят предметы высокой сложности:

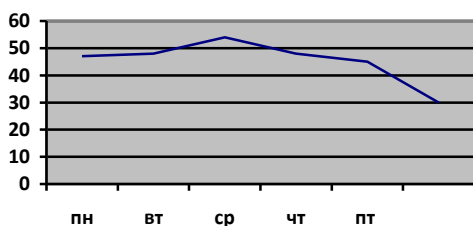
математика, иностранный язык, физика. В понедельник «сползает» на 6 урок русский язык. Пятница в расписании десятиклассников – облегчённый день. Основные требования СанПин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на вторник, к концу недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов различных циклов. Кривая учебной нагрузки выглядит следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
49	60	54	46	38



Расписание уроков для учащихся 11 класса достаточно сбалансировано: нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на среду, несколько облегчённым днем недели является пятница, к концу недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. К слабым местам расписания одиннадцатиклассников можно отнести иностранный язык первым уроком в пятницу и математику – первым уроком в среду. Также три раза в неделю математика проводится пятым уроком. , на 6 урок дважды выпадает иностранный язык. В пятницу в расписании учащихся 11 класса химия стоит пятым уроком, но пятница в расписании одиннадцатиклассников – облегчённый день, так что переутомления удаётся избежать. Перегрузки не возникнет также из-за правильного чередования предметов различных научных циклов. Кривая учебной нагрузки выглядит следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
47	48	54	48	45



В школе действует кабинетная система, что очень удобно для составления расписания. 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  
03.09.2019.

Ураксина Е.В.