

## **Пояснительная записка к расписанию уроков МОУ Покровской СШ МО «Цильнинский район» Ульяновской области на 2021-2022 учебный год.**

---

Нормативно – правовую основу расписания уроков МОУ Покровской СШ составляют:

1. Санитарные правила, СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления молодёжи» (Постановление главного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020);
2. Санитарные правила и нормы, САНПИН 1.2.3685 -21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление главного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года №2);
3. Учебный план школы (утверждён приказом по школе №154 от 10.08.2021).
4. Рабочие программы по предметам учебного плана на 2021-2022 учебный год (утверждены приказом по школе №190 от 30.08.2021г).
5. Приказ по школе №159 от 10.08.2021 «О распределении учебной нагрузки на 2021-2022 учебный год».
6. Приказ по школе №160 от 10.08.2021 «О назначении классных руководителей в 2021/2022 учебном году».
7. Приказ по школе № 162 от 10.08.2021 «О назначении заведующих кабинетами»).
8. Сведения об учителях, совмещающих работу в данной образовательной организации с работой в другой организации.
9. Приказ по школе №183 от 30.08.2021 «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.

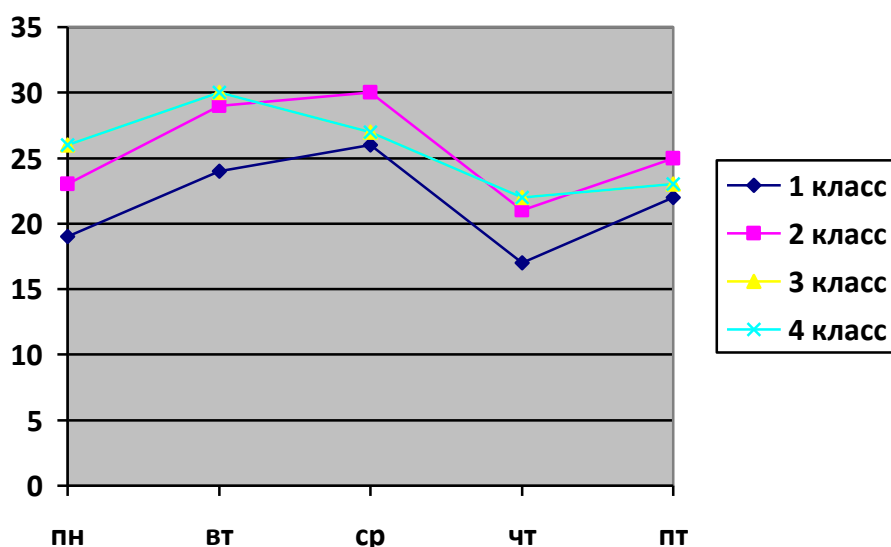
Продолжительность урока в 1 классе – не более 40 минут (в сентябре - октябре – 3 урока по 35 минут, в ноябре - декабре – 4(5) уроков по 35 минут, далее – 4(5) уроков по 40 минут).

Продолжительность уроков во 2-11 классах – 45 минут. Продолжительность перемен – после первого и второго уроков – 15 минут (завтрак), после 4 и 5 - 20 минут (обед), остальные перемены по 10 минут.

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	19	23	26	26
Вт	24	29	30	30
Ср	26	30	27	27
Чт	17/19	21	22	22
Пт	22	25	23	23



Учитывалось, что умственная работоспособность обучающихся нарастает постепенно, к середине недели, а к концу недели снижается. Поэтому в понедельник и пятницу во всех классах нагрузка далека от максимальной. Наибольший объём учебной нагрузки приходится в 1 - 2 классах – на среду, в 3 - 4 классах на вторник. Для предупреждения утомления в четверг для учащихся всех классов организован облегчённый учебный день (минимальная учебная нагрузка). Ежедневно после второго урока в первом классе предусмотрена динамическая пауза, которая также помогает избежать перегрузки учащихся. В понедельник динамическая пауза не проводится, так как именно после второго урока в расписании стоит физкультура. 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).

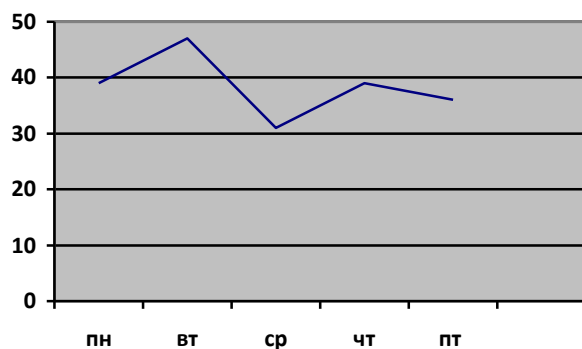
При составлении **расписания для учащихся 5 - 9 классов** также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации Сан Пин. Расписание для учащихся 5-9 классов сбалансировать труднее. В этих классах работают совместитель (учитель музыки), которому необходимы свободные дни для выполнения своих обязанностей на другом месте работы. У учителей очень большая нагрузка, учитель иностранного языка задействован на двух уровнях образования. Поэтому в лучшее время стоят трудные уроки у учащихся младшего возраста (5 и 6 классы), у учащихся 8-9 класса, а иногда и у учащихся 7 класса они могут либо проводиться первыми уроками, либо сползать вниз. Учитель математики является директором школы, ему также необходимы свободные дни для поездок на совещания и по другим рабочим вопросам. Поэтому все уроки математики проводятся три дня в неделю, дважды в неделю уроки алгебры и геометрии в 7 – 9 классах проводятся в один день. При этом предусмотрено их разделение другими предметами. Кроме того классы чередуются в плане использования под математику лучшего времени дня. Учитель химии, биологии и географии дважды в неделю приводит в школу в целях социализации своего ребенка – инвалида. Для этой цели во вторник для учителя предусмотрено «окно», а в четверг он вместе с ребенком приходит в конце дня, его уроки спущены вниз. 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, облегчённая среда, постепенный спад нагрузки к концу недели. Наиболее трудные предметы приходятся на 2,3,4 уроки (математика, русский язык, иностранный язык). Исключение составляет вторник, когда иностранный язык в расписании стоит пятым уроком. Но в этот день, как и в другие,

предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов, что позволяет избежать переутомления.

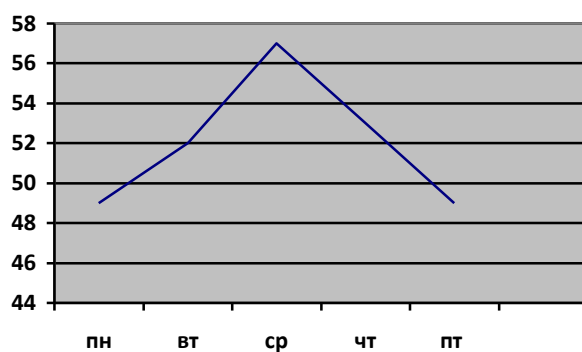
Учебная нагрузка в течение недели в **5 классе** распределена следующим образом.

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
39	47	31	39	36



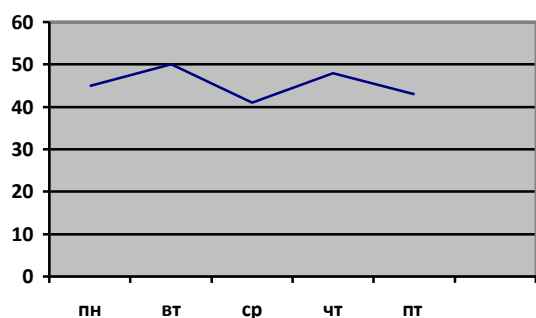
Учебная нагрузка в **6 классе** нарастает постепенно, наиболее загруженным днём является среда, несколько облегчёнными днём во второй половине недели является пятница, к концу недели нагрузка спадает. В течение всей недели предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов, наиболее трудные предметы приходятся на 2,3,4 уроки. Слабые места расписания шестиклассников: вторник (русский –5 уроком), среда (иностранный язык - 5 уроком). В целом же, расписание уроков учащихся 6 класса достаточно сбалансировано. Учебная нагрузка в **6 классе** распределена по дням недели следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
49	52	57	53	49



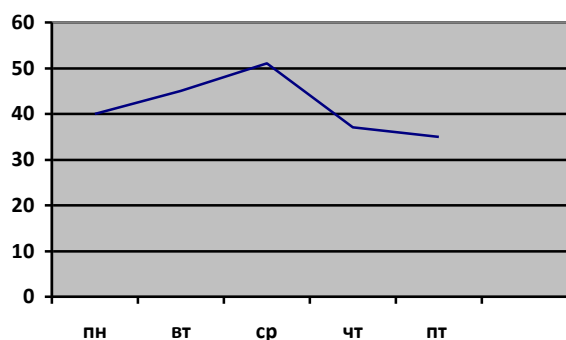
Расписание уроков для учащихся **7 класса** недостаточно сбалансировано. В понедельник алгебра проводится 5 уроком. Во вторник иностранный язык спускается даже на 6 урок. Ситуацию спасает чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. В среду алгебра проводится 1 уроком, в четверг и пятницу русский язык спускается на пятый. В остальном требования СанПин соблюдены: учебная нагрузка нарастает постепенно, наиболее загруженным днём является вторник, несколько облегчёнными днём во второй половине недели является среда, 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.
45	50	41	48	43



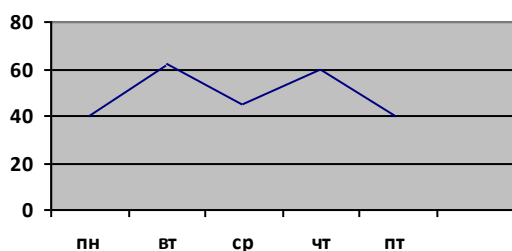
То же самое можно сказать и о расписании учащихся **8 класса**, минус которого – большая учебная нагрузка учителей. Именно поэтому иностранный язык в понедельник поднимается на 1 урок, как и алгебра в четверг. Во вторник родной русский язык проводится шестым уроком, как и иностранный язык в среду. Алгебра в среду стоит в расписании пятым уроком, как и химия в пятницу. Главные требования Сан Пин соблюдены: пик учебной нагрузки приходится на среду, 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.
40	45	51	37	35



Расписание учащихся **9 класса** недостаточно сбалансировано. Алгебра в понедельник проводится первым уроком, а в четверг – пятым. Иностранный язык в 9 классе всегда проводится 1 уроком, и это самый слабый момент в расписании девятиклассников. Русский язык дважды проводится 6 уроком и один раз пятым (учитель очень загружен). При этом главные требования СанПин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на вторник. Среда – 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.
40	62	45	60	40



Составила заместитель директора по УВР  
26.08.2021.

Ураксина Е.В.