

Пояснительная записка к расписанию

Расписание уроков на 2023-2024 учебный год составлено согласно нормативным документам:

- Законом «О санитарно эпидемиологическом благополучии населения» (в редакции от 01.12.2007г. № 309-ФЗ) от 30.03.1999;ст.28);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015;
- «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», СанПиН 2.4.2.2821-10 утвержденным Главным санитарным врачом Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189, зарегистрированных в Минюсте РФ 03.03.2011 № 19993.

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2023 - 2024 учебный год, учебными программами по предметам. Так же учитывались сведения о распределении учебной нагрузки преподавателей, распределении классного руководства, о режиме работы школы, сведения о количестве классов на начало учебного года. При формировании расписания уроков на 2023 - 2024 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов (приложение 3 СанПиН 2.4.2.2821-10).

Образовательное учреждение занимается в одну смену.

Наиболее рационально составлено расписание уроков для обучающихся начальных классов. Это объясняется тем, что почти все уроки проводят сами учителя начальных классов, исключение составляют такой предмет, как иностранный язык (английский) язык (во 2-4 классах), физкультура 1 – 4 классы. При составлении расписания использовалась шкала трудности учебных предметов.

Шкала трудности предметов для 1-4 классов

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский язык	7
Русский (родной) язык	7
Окружающий мир, информатика	6
Литературное чтение	5
Литературное чтение на родном языке	5
ОРКСЭ	4
ИЗО/ музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

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 урока физической культуры. В 1-м классе используется «ступенчатый» режим обучения (в сентябре- октябре по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый, январь-май по 40 минут каждый, 1 раз в неделю 5 уроков). В середине дня организуется динамическая пауза, не превышающая 40 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.

При составлении расписания для обучающихся 5-9 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин.

Расписание для обучающихся 5-9 классов сбалансировать труднее, т.к. всего один учитель английского языка, который ведёт уроки ещё и в начальных классах, также уроки физкультуры ведет уроки в 1 – 9 классах.

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 5-9 классах

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Химия	-	-	13	10	12
Геометрия	-	-	12	10	8
Физика	-	-	8	9	13
Алгебра	-	-	10	9	7
Экономика	-	-	-	-	11
Черчение	-	-	-	5	4
Мировая художественная культура (МХК)	-	-	8	5	5
Биология	10	8	7	7	7
Математика	10	13	-	-	-
Иностранный язык	9	11	10	8	9
Русский язык	8	12	11	7	6
Краеведение	7	9	5	5	-
Природоведение	7	8	-	-	-
География	-	7	6	6	5
Граждановедение	6	9	9	5	-
История	5	8	6	8	10
Ритмика	4	4	-	-	-
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
ОДНКНР	4	4	-	-	-
ОБЖ	1	2	3	3	3

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, что наибольший ее объем приходится в основном на среду и 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.

Расписание звонков для 2- 9 классов

№ п/п	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	9.00	9:45	10 мин
2.	9:55	10:40	20 мин
3.	11:00	11:45	20 мин
4.	12:05	12:50	10 мин
5.	13:00	13:45	10 мин
6.	13:55	14:40	10 мин
7.	14.50	15.35	

В расписании полностью реализован учебный план школы.

При составлении расписания было учтено то, что в школе 1 спортивный зал, школа занимается в одну смену, а общая сумма часов физической культуры составляет 13 часов.

Поэтому имеются незначительные отклонения от гигиенических норм.

Также учитывалось то, что уроки технологии в 5-9 классах ведет один учитель. Кроме технологии ведет уроки музыки, ОДНКНР. Один учитель ведет уроки биологии, географии. Физкультуру в 1 – 9 классах ведет один учитель. Уроки английского языка во 2 – 9 классах тоже ведет один учитель. Математику, информатику ведет один учитель, нагрузка 25 часов математики + 3 часа информатики.

На основании гигиенической оценки расписания, которая проведена с использованием приложения 3 СанПиН 2.4.2.2821-10 можно сделать следующие выводы.

Максимальная нагрузка в 1-9 классах приходится, в основном, на среду или четверг. Сопоставимая с максимальной: на среду - четверг, т.е. на середину недели, что не противоречит гигиеническим нормам.

День недели	классы								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
понедельник	21	21	22	22	36	41	40	41	42
вторник	23	31	26	26	37	55	43	44	45
среда	29	31	29	29	45	56	45	50	55
четверг	21	23	24	24	41	52	41	41	47
пятница	16	19	23	22	33	47	37	34	44

Расписание в основном отвечает требованиям, предъявленным к нему СанПиН, и создает удовлетворительные условия для комфортной работы обучающихся и учителей.

Недельное расписание уроков 1- 4 классов

Утверждаю:

Директор школы: _____ Игумнова Г.А.

День недели	№ урока	Время	1 класс	-	2 класс		3 класс	-	4 класс	
Понедельник	1	09:00-09:45	Разговоры о важном		Разговоры о важном		Разговоры о важном		Разговоры о важном	
	2	9:55-10:40	Физкультура	1	Физкультура	1	Математика	8	Математика	8
	3	11:00-11:45	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7
	4	12:05-12:50	Математика	8	Математика	8	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	5	13:00-13:45	Русский язык	7	Русский язык	7	Технология	2	Технология	2
Внеурочная деят-ть		13:55-14:40								
				21		21		22		22
Вторник	1	09:00-09:45	Русский язык	7	Русский язык	7	Английский язык	5	Английский язык	5
	2	9:55-10:40	Математика	8	Математика	8	Физическая культура	1	Физическая культура	1
	3	11:00-11:45	Музыка	3	Музыка	3	Литературное чтение	7	Литературное чтение	7
	4	12:05-12:50	Литературное чтение	5	Английский язык	8	Русский язык	7	Русский язык	7
	5	13:00-13:45			Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6
Внеурочная деят-ть		13:55-14:40								
				23		31		26		26
Среда	1	09:00-09:45	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	9:55-10:40	Литературное чтение	5	Английский язык	7	Физическая культура	1	Физическая культура	1
	3	11:00-11:45	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	4	12:05-12:50	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6
	5	13:00-13:45	ИЗО	3	ИЗО	3	Английский язык	7	Английский язык	7
Внеурочная деят-ть		13:55-14:40								
				29		31		29		29
Четверг	1	09:00-09:45	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	9:55-10:40	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	11:00-11:45	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	4	12:05-12:50	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Музыка	3	Музыка	3
	5	13:00-13:45			Технология	2	Физическая культура (1,2), родн.яз (3), родн.л-ра (4)	1	Физическая культура (1,2), родн.яз (3), родн.л-ра (4)	1
Внеурочная деят-ть		13:55-14:40								
				21		23		24		24
Пятница	1	09:00-09:45	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	9:55-10:40	Физическая культура	1	Физическая культура	1	ИЗО	3	ИЗО	3
	3	11:00-11:45	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Математика	8	Математика	8
	4	12:05-12:50	Технология	2	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	ОРКСЭ	4
	5	13:00-13:45								
Внеурочная деят-ть		13:55-14:40								
				16		19		23		22

Недельное расписание уроков 5- 9 классов

Утверждаю:

Директор школы: _____ Игумнова Г.А.

День недели	№ урока	Время	5 класс		6 класс		7 класс		8 класс		9 класс	
понедельник	1	09:00-09:45	Разговоры о важном		Разговоры о важном		Разговоры о важном		Разговоры о важном		Разговоры о важном	
	2	9:55-10:40	Литература	4	Математика	13	Музыка	1	Биология	7	Литература	7
	3	11:00-11:45	Русский язык	8	Русский язык	12	Алгебра	10	Английский яз.	8	Биология	7
	4	12:05-12:50	Физкультура	4	Физкультура	4	Русский язык	11	Алгебра	9	Физика (д)	13
	5	13:00-13:45	Музыка	10	Музыка	4	Литература	4	Русский язык	7	Алгебра	7
	6	13:55-14:40	Математика	10	История	8	Английский яз.	10	Физкультура	2	Обществознание	5
	7	14:50-15:35				1	Информатика	4	История	8	ОБЖ	3
				36		41		40		41		42
вторник	1	09:00-09:45	Литература	4	География	7	Геометрия	12	ОБЖ	3	Русский язык	6
	2	9:55-10:40	Русский язык	8	Русский язык	12	Русский язык	11	Геометрия	10	Английский язык	9
	3	11:00-11:45	Английский язык	9	Обществознание	9	Литература	4	Литература	4	Геометрия	8
	4	12:05-12:50	Математика	10	Русский язык	12	История	6	География	6	Физика (д)	13
	5	13:00-13:45	Обществознание	6	Математика	13	Физкультура	2	Физика (д)	9	География	5
	6	13:55-14:40			Литература	2	Физика (д)	8	Информатика	7	Технология	4
	7	14:50-15:35							МХК	5		
				37		55		43		44		45
среда	1	09:00-09:45	Английский язык	9	Литература	6	География	6	Алгебра	9	История	10
	2	9:55-10:40	Русский язык	8	Русский язык	12	Английский язык	10	Химия (д)	10	Алгебра	7
	3	11:00-11:45	Математика	10	Английский язык	11	Обществознание	9	Русский язык	7	Литература	7
	4	12:05-12:50	Биология	10	Математика	13	Физика (д)	8	История	8	Химия (д)	12
	5	13:00-13:45	Технология	4	Технология	4	Алгебра	10	Технология	1	Биология	7
	6	13:55-14:40	Технология	4	Технология	4	Физкультура	2	Английский язык	8	Информатика	7
	7	14:50-15:35							Биология	7		8
				45		54		45		50		55
четверг	1	09:00-09:45	История	4	Литература	6	География	6	Английский яз.	8	Алгебра	7
	2	9:55-10:40	Математика	10	История	4	Русский язык	11	География	6	Английский язык	9
	3	11:00-11:45	Английский язык	9	Математика	13	Технология	2	Русский язык	7	Русский язык	6
	4	12:05-12:50	Русский язык	8	Английский язык	11	Алгебра	10	Физика (д)	9	География	5
	5	13:00-13:45	Литература	5	Русский язык	12	Английский яз.	10	Алгебра	9	Физика (д)	13
	6	13:55-14:40	Физкультура	3	Физкультура	4	Технология	2	Физкультура	2	История	5
	7	14:50-15:35	ОДНКНР	2	ОДНКНР	2					Физкультура	2
				41		52		41		41		47
пятница	1	09:00-09:45	Математика	10	Биология	8	История	6	Черчение	5	Литература	7
	2	9:55-10:40	Русский язык	8	Математика	13	Русский язык	11	Химия (д)	10	Русский язык	6
	3	11:00-11:45	География	8	Русский язык	12	Геометрия	12	Обществознание	5	Химия (д)	12
	4	12:05-12:50	ИЗО	2	ИЗО	2	Биология	7	Литература	4	Геометрия	8
	5	13:00-13:45	История	5	Англ. язык	11	ИЗО	1	Геометрия	10	Английский язык	9
	6	13:55-14:40									Физкультура	2
	7	14:50-15:35										
	8			33		46		37		34		44

