

**Пояснительная записка к расписанию уроков
МОУ Покровской СШ МО «Цильнинский район»
Ульяновской области на 2023-2024 учебный год**

Нормативно – правовую основу расписания уроков МОУ Покровской СШ составляют:

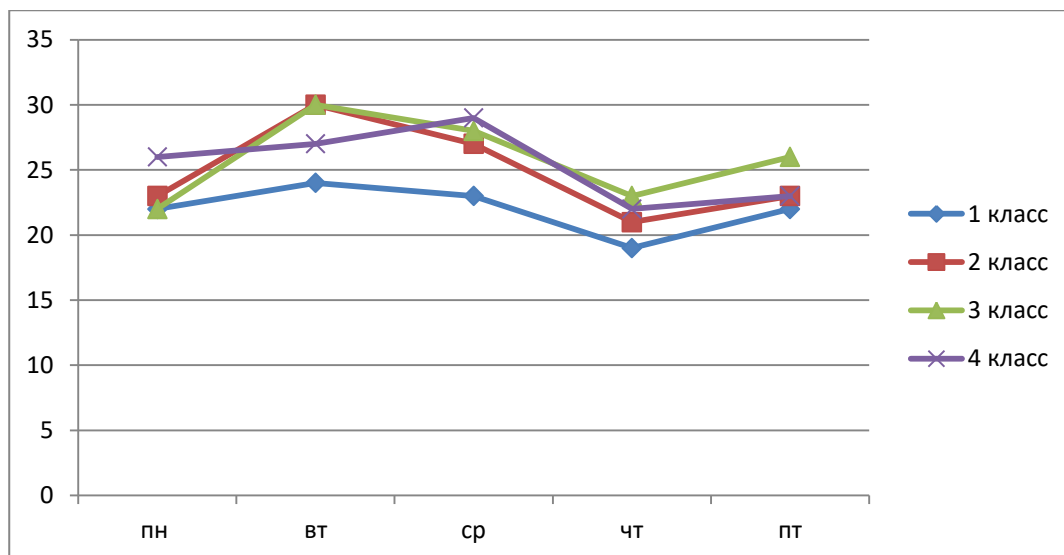
1. Санитарные правила, СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления молодёжи» (Постановление главного санитарного врача РФ №28 от 28.09.2020);
2. Санитарные правила и нормы, САНПИН 1.2.3685 -21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (постановление главного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года №2);
3. Рекомендации по составлению расписания уроков для обучающихся начального общего образования (письмо министерства просвещения и воспитания Ульяновской области от 03.12.2021 №73-иогв0105/д15/исх «О направлении методических рекомендаций»).
4. Рекомендации по составлению расписания уроков для обучающихся основного общего образования (письмо министерства просвещения и воспитания Ульяновской области от 03.12.2021 №73-иогв0105/д15/исх «О направлении методических рекомендаций»).
5. Учебный план школы (утверждён приказом по школе № 218 от 10.08.2023года).
6. Приказ по школе №231 от 10.08.2023 «О распределении учебной нагрузки на 2022-2023 учебный год».
7. Приказ по школе №234 от 10.08.2023 «Об организации внеурочной деятельности в 2023/2024 учебном году».
8. Приказ по школе № 233 от 10.08.2023 «Об организации кружков и назначении их руководителей в 2023 – 2024 учебном году».
9. Приказ по школе №230 от 10.08.2023 «О возложении обязанностей».
10. Приказ по школе №159 от 10.08.2023 «Об организации обучения учащихся на дому в 2023 – 2024 учебном году».

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	22	23	22	26
Вт	24	30	30	27
Ср	23	27	28	29
Чт	19	21	23	22
Пт	22	23	26	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, 3 классах – на вторник, в 4 классе на среду. Для предупреждения утомления в четверг для учащихся всех классов организован облегчённый учебный день (минимальная учебная нагрузка). По вторникам, средам и пятницам после второго урока в первом классе предусмотрена динамическая пауза, которая также помогает избежать перегрузки учащихся. В понедельник и четверг 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). Исключение составляет ИЗО во 2 классе, вставшая в пятницу в лучшее время, 3 уроком, и физическая культура в 1 классе, занявшая в четверг 3 урок, а также иностранный язык, который во 2 классе стоит четвертым уроком. Это – слабые места расписания уроков учащихся начальной школы. Объяснением этому служит то, что музыку ведет совместитель, который работает один день в неделю, причем уроки музыки в этом учебном году объединены (1 и 4 классы, 2 и 3 классы). Ему необходимо расписание без «окон», поэтому уроки музыки идут подряд, занимая, в том числе, лучшее время дня. Также на составление расписания в начальных классах влияет расписание уроков учителя физкультуры основной школы, ведь у нас один спортзал на всех.

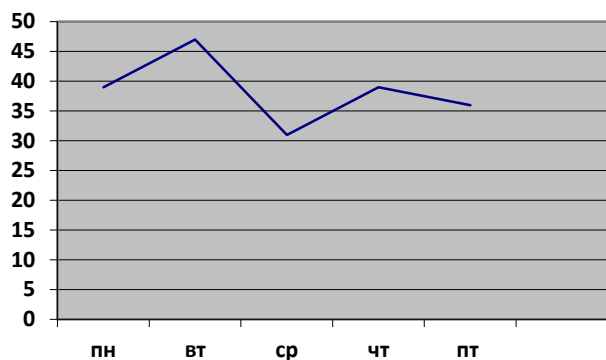
При составлении расписания для учащихся 5 -9 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации Сан Пин. Расписание для учащихся 5-9 классов сбалансировать труднее. В этих классах работают совместитель (учитель музыки), которому необходимы свободные дни для выполнения своих 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 (начальная школа и 5 - 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 – 10 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 трижды в неделю приводит в школу в целях социализации своего ребенка–инвалида. Для этой цели в понедельник, вторник и четверг для

учителя предусмотрено «окно». 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, где математика встала пятым уроком, и среда, когда иностранный язык в расписании стоит тоже пятым уроком. Но в эти дни, 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:

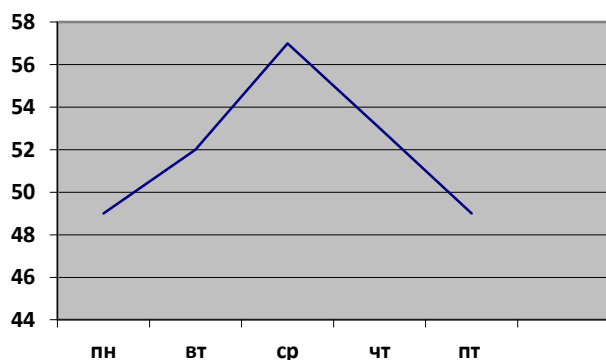
Учебная нагрузка в течение недели в **5 классе** распределена следующим образом.

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:

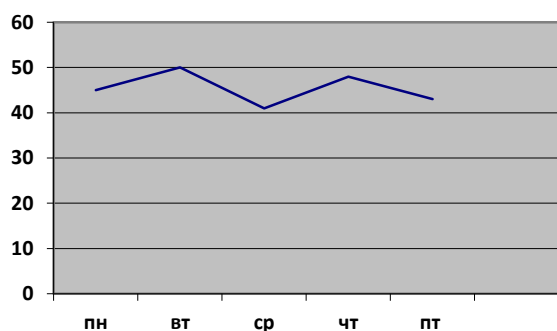
Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
49	52	57	53	49



Расписание уроков для учащихся **7 класса** недостаточно сбалансировано. В понедельник иностранный язык проводится 7 уроком. Ситуацию спасает чередование предметов

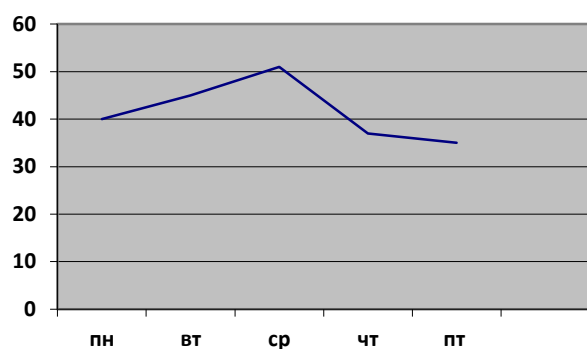
гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. В остальном требования СанПин соблюдены: учебная нагрузка нарастает постепенно, наиболее загруженным днём является вторник, несколько облегчённым днём во второй половине недели является среда, к концу недели нагрузка спадает. В течение всей 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 физика в понедельник поднимается на 1 урок, как и иностранный язык в четверг. Алгебра во вторник стоит в расписании пятым уроком, как и 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:

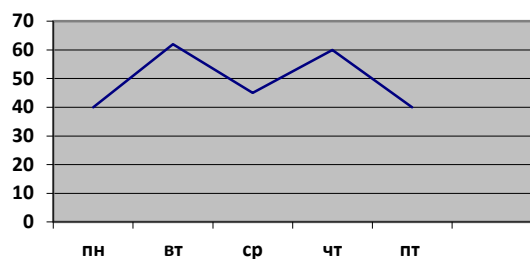
Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
40	45	51	37	35



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 в понедельник проводится 6 уроком и пятым в пятницу (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.

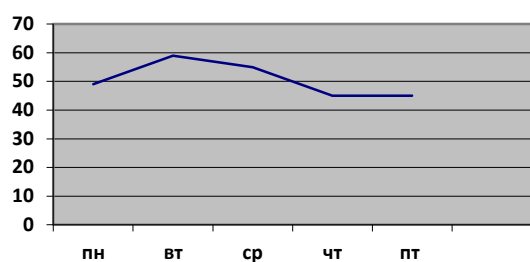
Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
-----	-----	-----	-----	-----

40	62	45	60	40
----	----	----	----	----



Расписание уроков для 10 класса недостаточно сбалансировано. В понедельник алгебра проводится последним уроком. Во вторник физика – первым уроком. В среду геометрия стоит первым уроком, а вторым – алгебра. В остальном расписании идет чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. Учебная нагрузка **в 10 классе** распределена по дням недели следующим образом:

Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.
49	59	55	45	55



Составила заместитель директора по УВР
28.08.2023.

Бойцова О.С.