

Приказ № 89/1 от 31.08.2023г.

Пояснительная записка к расписанию уроков МБОУ «Ларьякская СШ» на 2023 – 2024 учебный год.

Расписание уроков на 2023 – 2024 учебный год составлено в соответствии с учебным планом МБОУ «Ларьякская СШ», с требованиями СанПиНа к составлению расписания, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы.

При разработке расписания учебных занятий учитывались следующие нормативные документы:

–Санитарно-эпидемиологические правила «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2.2821- 10», утвержденные Главным государственным санитарным врачом РФ 29.12.2010 №189.

–Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24 декабря 2015 года №81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях».

–Правила внутреннего распорядка.

–Учебный план, утвержденный директором школы.

Расписание уроков в школе преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для всех участников образовательного процесса.

Расписание учебных занятий учитывает выполнение следующих требований:

- создание оптимальных условий для обеспечения эффективного труда обучающихся;
- обеспечение высокого уровня эффективности труда педагога, профилактики снижения его работоспособности как в пределах одного рабочего дня, так и в течение рабочей недели;
- учет материально-технических условий образовательного учреждения;
- соблюдение требований нормативных документов, регламентирующих работу образовательного учреждения.

Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов.

При составлении расписания учебных занятий также учитывались:

- чередование учебных предметов в течение учебного дня и недели по степени сложности;
- чередование основных предметов с уроками физической культуры, технологии, искусства, ОБЖ.

В МБОУ «Ларьякская СШ» в 2023-2024 уч.году пятидневная учебная неделя. При составлении расписания выполнены гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузке обучающихся 1-11-х классов при 5-тидневной недели.

Общий объем нагрузки в течение дня соответствует СанПиН 2.4.2.2821-10. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана общеобразовательной организации, состоящей из обязательной части и части,

формируемой участниками образовательных отношений, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки и не превышает:

- для обучающихся **1-х классов — 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков (вторник)** за счет урока физической культуры;
- для обучающихся **2-4 классов — не более 5 уроков;**
- для обучающихся **5-6 классов — не более 6 уроков;**
- для обучающихся **8-11 классов — не более 7 уроков.**

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

Шкала трудности предметов для 1-4 классов

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский (национальный, иностранный язык)	7
Природоведение, информатика	6
Русская (национальная) литература	5
История (4 классов)	4
Рисование и музыка	3
Труд	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 – во вторник – составляет 5 уроков за счет последнего 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, в 1 классе – в понедельник и четверг.

При составлении расписания для учащихся 5-11 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин. Расписание для учащихся 5-11 классов сбалансировать труднее, т.к. учителя английского языка, физической культуры ведут уроки и в начальных 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	-	-	-
Труд	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
ОБЖ	1	2	3	3	3

Шкала трудности учебных предметов изучаемых в 10-11 классах

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)	Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Физика	12	Информатика, Экономика	6
Геометрия, химия	11	История, Обществознание, МХК	5
Алгебра	10	Астрономия	4
Русский язык	9	География, Экология	3
Литература, иностранный язык	8	ОБЖ, Краеведение	2
Биология	7	Физическая культура	1

В целом, расписание уроков для учащихся 5-11 классов достаточно сбалансировано: постепенное нарастание учебной нагрузки, пик которой приходится на вторник-четверг, постепенный спад к концу недели.

В 5-11 классах максимальная недельная нагрузка приходится на вторник, среду, четверг.

В связи с переходом на пятидневную рабочую неделю в 5-11 классах увеличилась умственная нагрузка в течение дня: в 7-11 классах - по 7 уроков во вторник, среду, четверг. По возможности первыми и последними уроками во всех классах поставлены предметы, имеющие небольшое количество баллов по рангу трудности.

Согласно учебному плану на занятия физкультурой выделено 33 часа. Поэтому часы физической культуры в школе, исходя из режима работы спортивного зала и пятидневной учебной недели, предполагают проведение занятий не последними уроками, как рекомендуется, а в течение всего учебного дня с понедельника по пятницу.

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

Ежедневное (недельное) расписание уроков (по баллам)

на 2023-2024 учебный год.

	<i>1 класс</i>	<i>2 класс</i>	<i>3 класс</i>	<i>4 класс</i>	<i>5 класс</i>	<i>6 класс</i>	<i>7 класс</i>	<i>8 класс</i>	<i>9 класс</i>	<i>10 класс</i>	<i>11 класс</i>	<i>№ урока</i>
Понедельник	5	5	5	5	4	4	4	6	7	5	2	1
	8	7	8	8	10	12	10	1	2	10	8	2
	7	7	7	1	2	13	11	8	13	2	8	3
	1	2	3	7	8	8	6	9	9	12	10	4
					4	8	2	7	7	8	5	5
	итого						6	7	5	1		
	21	21	23	21	28	45	39	38	43	38	33	
Вторник	6	6	5	6	5	6	4	7	8	8	7	1
	8	8	8	8	8	13	10	9	12	9	1	2
	7	7	7	7	10	3	12	10	5	10	12	3
	3	1	7	5	9	12	11	10	13	5	9	4
	1	3	1	2	7	11	8	3	5	11	11	5
					4	4	2	4	6	6	5	6
							2	2				7
итого	25	25	28	28	43	49	49	45	49	49	45	
Среда	5	5	5	7	4	3	2	8	7	7	5	1
	8	7	8	8	10	12	10	7	5	8	10	2
	7	8	7	7	10	12	11	8	12	11	12	3
	3	7	6	1	8	13	9	9	6	9	11	4

		1	3	5	9	11	7	7	2	8	8	5
					3	9	6	7	9	6	4	6
							1	1	10	5	1	7
итого	23	28	29	28	44	60	46	47	51	54	51	
Четверг	5	5	7	7	6	7	4	5	8	5	8	1
	8	7	7	8	5	6	12	2	7	11	11	2
	7	8	8	1	10	12	1	10	13	12	9	3
	3	6	1	3	8	13	10	9	6	10	5	4
		1	2	6	3	8	8	10	7	8	11	5
					4	4	6	6	9	1	5	6
	итого							4	2			7
	23	27	25	25	36	50	41	46	52	47	49	
Пятница	5	5	5	5	3	6	11	8	7	8	8	1
	7	8	7	7	9	12	10	9	5	12	8	2
	8	7	1	7	8	13	7	2	10	11	10	3
	1	3	6	3	10	11	10	8	7	9	5	4
					3	3	2	7	7	1	1	5
итого					1			7	5		6	
	21	23	19	22	33	46	40	34	43	46	32	

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Понедельник	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
	1. Литературное чтение 2. Математика Динамическая пауза 3. Русский язык 4. Физическая культура	1. Литературное чтение 2. Иностранный язык 3. Русский язык 4. Технология	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Русский язык 4. Музыка	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Физическая культура 4. Русский язык
Вторник	1. Окружающий мир 2. Математика Динамическая пауза 3. Русский язык 4. Музыка 5. Физическая культура	1. Окружающий мир 2. Математика 3. Русский язык 4. Физическая культура 5. Музыка	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Иностранный язык 4. Русский язык 5. Физическая культура	1. Окружающий мир. 2. Математика 3. Русский язык 4. Литературное чтение 5. Технология
Среда	1. Литературное чтение 2. Математика Динамическая пауза 3. Русский язык 4. Изобразительное искусство	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Иностранный язык 4. Русский язык 5. Физическая культура	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Русский язык 4. Окружающий мир 5. Изобразительное искусство	1. Иностранный язык 2. Математика 3. Русский язык 4. Физическая культура 5. Основы религиозных культур и светской этики
Четверг	1. Литературное чтение 2. Окружающий мир Динамическая пауза 3. Русский язык 4. Технология	1. Литературное чтение 2. Русский язык 3. Математика 4. Окружающий мир 5. Физическая культура	1. Русский язык 2. Иностранный язык 3. Математика 4. Физическая культура 5. Технология	1. Русский язык 2. Математика 3. Физическая культура 4. Музыка 5. Окружающий мир
Пятница	1. Литературное чтение 2. Русский язык Динамическая пауза 3. Математика 4. Физическая культура	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Русский язык 4. Изобразительное искусство	1. Литературное чтение 2. Русский язык 3. Физическая культура 4. Окружающий мир	1. Литературное чтение 2. Русский язык 3. Иностранный язык 4. Изобразительное искусство

	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс	11 класс
Понедельник	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
	1. Литература 2. Математика 3. Музыка 4. Русский язык 5. Технология	1. Биология 2. Русский язык. 3. Математика 4. История России. 5. Всеобщая история 6. Физическая культура	1. Информатика 2. Алгебра 3. Русский язык. 4. География 5. Физическая культура 6. История России. 7. Всеобщая история	1. География 2. Музыка 3. Иностранный язык 4. Алгебра 5. Русский язык 6. Биология	1. Алгебра 2. Физическая культура 3. Физика 4. Иностранный язык 5. Литература 6. Экология и география 7. ХМАО	1. Обществознание 2. Математика 3. ОБЖ 4. Физика 5. Литература 6. Физическая культура	1. ОБЖ 2. Литература 3. Иностранный язык 4. Математика 5. Обществознание
Вторник	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
	1. История России. 2. Всеобщая история 3. Русский язык 4. Математика 5. Иностранный язык 6. География 7. Литература	1. Литература 2. Математика 3. Технология 4. Русский язык 5. Иностранный язык 6. Физическая культура	1. Литература 2. Иностранный язык 3. Геометрия 4. Русский язык 5. Физика 6. Технология 7. Литература	1. Информатика 2. Физика 3. Химия 4. Геометрия 5. Основы безопасности жизнедеятельности 6. Литература 7. Физическая культура	1. Геометрия 2. Химия 3. Искусство 4. Физика 5. География 6. Русский язык 7. Физическая культура	1. Иностранный язык 2. Русский язык 3. Математика 4. История 5. Вероятность и статистика 6. Информатика 7. Индивидуальный проект	1. Биология 2. Физическая культура 3. Физика 4. Русский язык 5. Математика 6. История ХМАО
Среда	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
	1. Литература 2. Биология 3. Математика 4. Русский язык 5. Иностранный язык 6. Физическая культура	1. Изобразительное искусство 2. Русский язык 3. Русский язык 4. Математика 5. Иностранный язык 6. Обществознание	1. Обществознание 2. Алгебра 3. Русский язык 4. Физическая культура 5. Биология 6. География 7. Изобразительное искусство	1. Иностранный язык 2. Русский язык 3. История России. 4. Всеобщая история 5. Алгебра 6. Русский язык 7. Биология 8. Технология	1. Алгебра 2. Обществознание 3. Химия 4. Русский язык 5. Физическая культура 6. Иностранный язык 7. История России. 8. Всеобщая история	1. Биология 2. Иностранный язык 3. Математика 4. Русский язык 5. Литература 6. Обществознание 7. История	1. Обществознание 2. Математика 3. Физика 4. Химия 5. Литература 6. Индивидуальный проект 7. Физическая культура
Четверг	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
	1. Обществознание 2. История России. 3. Всеобщая история 4. Математика 5. Русский язык 6. Физическая культура 7. Технология	1. География 2. Литература 3. Русский язык 4. Математика 5. История России. 6. Всеобщая история 7. Физическая культура	1. Литература 2. Геометрия 3. Музыка 4. Иностранный язык 5. Физика 6. История России. 7. Всеобщая история 8. Россия – мои горизонты	1. Обществознание 2. Физическая культура 3. Геометрия 4. Физика 5. Химия 6. География 7. Россия – мои горизонты	1. Геометрия 2. Биология 3. Физика 4. Русский язык 5. Литература 6. Иностранный язык 7. Россия – мои горизонты	1. Обществознание 2. Химия 3. Физика 4. Математика 5. Иностранный язык 6. Физическая культура 7. Россия – мои горизонты	1. Иностранный язык 2. Математика 3. Русский язык 4. История 5. Химия 6. Обществознание 7. Россия – мои горизонты
Пятница	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
	1. Изобразительное искусство 2. Иностранный язык 3. Русский язык 4. Математика 5. Физическая культура	1. Литература 2. Русский язык 3. Математика 4. Иностранный язык 5. Технология 6. Музыка	1. Русский язык 2. Алгебра 3. Биология 4. Иностранный язык 5. Физическая культура	1. История России. 2. Всеобщая история 3. Алгебра 4. Физическая культура 5. Иностранный язык 6. Русский язык 7. Литература	1. Алгебра 2. География 3. История России. 4. Всеобщая история 5. Литература 6. Биология 7. Информатика	1. Литература 2. Физика 3. Математика 4. Русский язык 5. Физическая культура 6. История ХМАО	1. Литература 2. Иностранный язык 3. Математика 4. История 5. Физическая культура