

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
к расписанию уроков
МАОУ «Байкаловская средняя общеобразовательная школа»
на 2019-2020 учебный год

Расписание занятий в образовательном учреждении является одним из важнейших и действенных видов планирования учебно-воспитательной работы, основным организационным документом, определяющим работу ученического и учительского коллектива, администрации учреждения и всего учреждения в целом. Оно устанавливает распорядок занятий в течение дня, недели, всего учебного года, определяет характер и продолжительность работы учащихся по подготовке к урокам. На его основе организуется работа библиотеки, дежурство учителей и учащихся по школе, родительские собрания, внеклассная и внешкольная работа и т.д. Рациональное распределение учебной нагрузки в течение учебного дня и недели – важный фактор профилактики утомления школьников, оно способствует снижению утомляемости и повышению работоспособности учащихся.

Расписание уроков составлено на основе

- ✓ Учебного плана образовательного учреждения на 2019-2020 учебный год,
- ✓ требований СанПИна (утверждены постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 189 от 29 декабря 2010г. «Об установлении СанПин 2.4.2821 – 10»,
- ✓ Устава МАОУ «Байкаловская СОШ»

При составлении расписания взяты во внимание рекомендации из книги «Гигиеническая оценка обучения учащихся в современной школе» (М.: Медицина. 1975) и пособия «Методика составления расписания занятий в образовательном учреждении» под редакцией В.Г. Пайкеса (М.; АРКТИ, 1999) и рекомендованного Управлением инспектирования Министерства общего и профессионального образования Российской Федерации.

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

При составлении расписания учитывались следующие факторы:

- * работа школы в одну смену;
- * нагрузка учителей;
- * совмещение учителями-предметниками работы в классах основного общего и среднего общего образования;
- * преподавание отдельными педагогами нескольких предметов учебного плана;
- * профильное обучение в старшей школе (10, 11 класс – профильные группы -
 - общеобразовательная группа, агротехнологический и физико-математический профили в 11 классе;
 - универсальный профиль, технологический профиль агротехнологической направленности и технологический профиль инженерно-математической направленности в 10 классе.
- * реализация членами педагогического коллектива учебных планов обучения на дому:
- ✓ учащейся 1 класса Кугаевской Юлии по учебному плану специальной индивидуальной программы развития на дому;
- ✓ учащейся 3 класса Захаровой Ангелины по учебному плану специальной

- индивидуальной программы развития на дому;
- ✓ учащейся 5 года обучения Моисеевой Варвары по учебному плану специальной индивидуальной программы развития на дому;
- ✓ участие части педагогов в реализации рабочих программ по предметам учебного плана филиала МАОУ «Байкаловская СОШ» - «Булашовская ООШ»:
 1. Юрченко В.А. – физика
 2. Буторин в.Е. – история
 3. Прохорихина Г.А. – музыка, ИЗО
 4. Минина С.А. – информатика
 5. Начмутдинов А.А. - обществознание

1-11 классы обучаются в режиме 5-ти дневной учебной недели.

Согласно требованиям СанПиНа в начале недели (понедельник) и в конце недели (пятница) – работоспособность обучающихся минимальна, что, по возможности, учтено при составлении расписания.

В расписании уроков по каждому дню недели проставлены баллы, что дает возможность проследить кривую недельной нагрузки по всем классам. 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, МХК, ОБЖ, музыки и ИЗО.

Не все предметы являются для различных возрастных групп одинаково трудными. При составлении расписания был использован уточняющий материал по градации учебных предметов по сложности их усвоения для обучающихся разных возрастных категорий:

классы	«трудные» предметы
2-3 класс	Чтение, природоведение
5 класс	История, литература, русский язык
6-7 класс	География, литература, история, биология, физика, русский язык
8-9 класс	Химия, география, иностранный язык, литература
10 класс	Химия, география. Литература, физика
11 класс	Литература, химия

В наши дни, при имеющейся возможности инновационной деятельности, изменения набора предметов и введения новых дисциплин, включаемых в учебный план школы, а также изменения количества часов на изучение традиционных курсов за счет школьного компонента учебного плана, возникает опасность перегрузки обучающихся.

Расписание составлено с учетом исследований по благоприятным и неблагоприятным дням недели для продуктивной умственной деятельности обучающихся.

Наиболее благоприятные и неблагоприятные дни недели

классы	благоприятные дни	неблагоприятные дни
1-4	Вторник, среда, четверг	Понедельник, пятница, суббота
5	Понедельник, вторник	Среда-суббота
6	Вторник, четверг, пятница, суббота	Понедельник, среда
7-8	Вторник, среда, четверг, суббота	Понедельник, пятница
9-11	Среда, четверг, пятница	Понедельник, вторник, суббота

В школьном расписании практикуются спаренные уроки, что позволяет на этапе обучения в классах основного общего и среднего общего образования:

- * уменьшить многопредметность в течение дня, а значит, уменьшить утомляемость детей;
- * облегчить подготовку домашнего задания, сокращает их объем пропорционально количеству пар в день;
- * высвобождает время обучающихся для оздоровления, для самостоятельной работы над проектами, рефератами и т.д.

Наиболее рационально составлено расписание уроков для учащихся начальных классов. Это объясняется тем, что почти все уроки проводят сами учителя начальных классов, исключение составляют уроки иностранного (английского) языка во втором – четвертом классах.

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 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.

Учебный план 7 класса включает 32 часа академической нагрузки в неделю на учащегося, что приводит к наличию в расписании уроков двух дней с общим количеством уроков 7 – понедельник и вторник.

В 8 классе общая недельная нагрузка на учащихся составляет 33 академических часа, что является основанием появления в расписании уроков 3-х дней с общим количеством уроков – 7 (вторник, среда и четверг)

В 9 классе 1 час дополнительный выделен на изучение предмета история, что привело к возрастанию общего количества учебного времени на изучение названного предмета до 3 часов; аналогично складывается ситуация с изучением предмета физика. В результате академическая нагрузка на учащихся возрастает до 33 недельных часов, что не противоречит максимально допустимым нормам СанПиН, но приводит к появлению в расписании 3-х дней с общим количеством уроков равным 7 – в понедельник, вторник и четверг.

В общеобразовательной группе 11 класса общая недельная нагрузка на ученика составляет 31 час, что стало основанием введения 7-го урока для реализации программ предметных курсов, направленных на поддержку предметов федерального компонента учебного плана. Предметы по выбору учащихся в общеобразовательной группе 11 класса в расписании выставлены 6-ми уроками, с учетом режима работы педагогов.

В целях предупреждения перегруза и утомляемости учащихся в график работы образовательной организации внесено изменение, касающееся продолжительности уроков: продолжительность урока составляет 40 минут. Высвободившееся время используется для индивидуальных консультаций с учащимися и реализацию программ внеурочной деятельности.

В целом, расписание уроков для учащихся 1-11 классов достаточно сбалансировано: постепенное нарастание учебной нагрузки, пик которой приходится на вторник-четверг, и постепенный спад к концу недели.

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

Небольшое отклонение от нормы в составлении расписания объясняется тем, что в школе преподают учителя, которые могут работать только в определенные дни недели: учитель химии – во вторник и пятницу, учитель немецкого языка – в среду и четверг, а учитель немецкого языка в 5, 6, 11 классах – только во вторник и среду, и, как отмечалось выше, пять учителей базовой школы осуществляет педагогическую деятельность в школе-филиале – «Булашовская ООШ».

Разработка расписания уроков осложняется еще тем, что многие учителя-предметники находятся в условиях «сквозного» преподавания предметов учебного плана, т.е. обучают детей с 5 по 11 класс.

Согласно учебному плану на занятия физкультурой выделено 3 часа в каждом классе. Таким образом, общий объем учебного времени, отведенного учебным планом на изучение предмета физическая культура оставляет 33 академических часа, поэтому часы физической культуры в школе, исходя из режима работы спортивного зала и пятидневной учебной недели, предполагают проведение занятий не всегда последними уроками, как рекомендуется, а в течение всего учебного дня во все дни учебной недели.- с понедельника по пятницу.

Занятия в школе начинаются в 9.00, в это время организм ребенка уже готов к работе. Индивидуальные занятия, занятия системы дополнительного образования, консультации проводятся для учащихся после окончания 6-го урока и в субботу согласно расписанию.

Двигательная активность обучающихся, помимо 3-х уроков физической культуры, в образовательной деятельности обеспечивается за счет:

- проведения гимнастики для обучающихся до уроков;
- проведения в течение всех уроков начального общего и основного общего образования физкультминутки в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений, что вызвано наличием психической, статической, динамической нагрузки на отдельные органы и системы и на весь организм в целом;
- организованных подвижных игр на переменах;
- часа спортивных игр во внеурочной деятельности;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

Рационально составленное расписание учебных занятий

- ✓ способствует эффективности учебно-воспитательного процесса, снижению и ликвидации перегрузок учащихся, повышению работоспособности обучающихся и преподавателей, оптимальному использованию кабинетов, мастерских и других учебных помещений образовательной организации;
- ✓ создает оптимальные условия для обеспечения единства урочной, внеурочной и внешкольной деятельности учащихся;
- ✓ обеспечивает высокий уровень эффективности труда учителя.

Внеурочная деятельность.

Занятия внеурочной деятельности реализуются в виде экскурсий, занятий секций, олимпиад, соревнований и т.п.

Длительность занятий зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности, как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, должна составлять не более 50 минут в день для обучающихся 1 - 2 классов (2

занятия), и не более полутора часов в день - для остальных классов (3 занятия). На музыкальных занятиях рекомендуется шире использовать элементы ритмики и хореографии. Просмотры телепередач и кинофильмов не следует проводить чаще двух раз в неделю с ограничением длительности просмотра до 1 часа для обучающихся 1 - 3 классов и 1,5 - для обучающихся 4 - 9 классов.

Для организации различных видов внеурочной деятельности используются общешкольные помещения: читальный, актовый и спортивный залы, библиотека, а также помещения близко расположенного дома культуры, спортивные сооружения, стадион.