

Пояснительная записка и расписание уроков

МКОУ «СОШ с. Михайловка»

на 2018-2019 учебный год

Расписание уроков на 2018-2019 учебный год составлено согласно нормативным документам:

- Санитарно-эпидемиологические правила «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях,
- Постановление «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10», утверждённые Главным государственным санитарным врачом РФ №189 от 29.12.2010г.;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 25 декабря 2013 года № 72;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24 ноября 2015 года № 81.

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2018 – 2019 учебный год, учебными программами по предметам. Также учитывались сведения о распределении учебной нагрузки преподавателей, сведения о сменности занятий (на основании устава), сведения о количестве классов на начало учебного года.

При формировании расписания уроков на учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности учащихся.

Образовательное учреждение занимается в одну смену. Таким образом, расписание уроков составлено для учащихся первой смены.

Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии

(в сентябре – октябре по 3 урока в день по 35 минут каждый; в ноябре - декабре – по 4 урока (в среду 5) по 35 минут каждый; январь- май – по 4 урока (в среду - 5 уроков) по 40 минут каждый);

С целью реализации «ступенчатого» метода постепенного наращивания учебной нагрузки в первом классе, в соответствии с п.2.9.5. СанПиН 2.4.2.1178-02, обеспечивается организация адаптационного периода (п.10.10. № 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации и обучения в общеобразовательных школах», «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» сказано: «... в сентябре-октябре проводится ежедневно по три урока и четвертый урок - игра. Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми».

Известно, что работоспособность учащихся не остается неизменной в продолжение дня и недели. Её уровень нарастает к середине недели (вторник или среду) и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятницу) недели, поэтому расписание составлено с учетом дневного и недельного циклов работоспособности учащихся.

При составлении расписания учитывалась степень утомляемости учащихся, поэтому чередовались основные предметы с уроками музыки, ИЗО, технологии, физической культуры. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами. Не всегда

трудные предметы в 5-11 классах проводятся на 2-4 уроках. Это связано с тем, что учебная нагрузка учителей превышает недельную учебную нагрузку.

Расписание учитывает психофизические особенности учащихся, санитарно-гигиенические нормы. Количество часов, отведенных на освоение учащимися учебного плана общеобразовательной организации, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает в совокупности величину недельной образовательной нагрузки.

Величина недельной образовательной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемой через урочную и внеурочную деятельность, определена в соответствии с таблицей п.10.5 (СанПин 2.4.2.2821-10).

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки:

- для обучающихся 1-х классов - не превышает 4 урока в неделю
- для обучающихся 2-4 классов – не превышает 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов – не превышает 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не превышает 7 уроков

Гигиенические требования к составлению расписания занятий в школе сводятся к обязательности учета динамики изменения физиологических функций и работоспособности на протяжении рабочего дня и недели, а также «трудности» учебных предметов.

Прежде всего, расписание преследует цель оптимизации условий обучения учащихся и создания комфортных условий для ученика, и составляется только исходя из требований нормального режима работы образовательного учреждения.

При составлении расписания уроков пользовались шкалой трудности предметов для 1-11 классов (Приложение 3 к СанПин 2.4.2.2821-10), в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах).

Баллы по расписанию в 1-11-х классах:

Класс \ День недели	1	3	5	6	7	8	10	11
Понедельник	21	25	37	50	47	40	42/38	44
Вторник	26	28	37	55	48	49	51	53
Среда	24	28	39	55	47	45	53	53
Четверг	22	23	37	50	45	45	47	44
Пятница	17	20	34	47	41	43	45	38

Наибольшая учебная нагрузка приходится со вторника по четверг с облегченными днями в понедельник и пятницу в конце недели.

Основная учебная нагрузка в течение дня в основном приходится на второй и третий уроки для 1- 4 классов и на второй, третий, четвертый уроки – для 5-11 классов.

В расписании 10 класса в понедельник, химия*/биология* проводится 1 раз в две недели.

Режим образовательного процесса

Школа работает в одну смену. Начало занятий в 8-30.

Класс	Объём учебной нагрузки	Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах
1	21	21
2	23	23
3	23	23
4	23	23
5	28	28
6	29	29
7	30	30
8	32	32
9	32	32
10	34	34
11	34	34

Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, после второго и третьего урока большая перемена по 30 минут.

Расписание звонков для 2- 11 классов

№ п/п	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	8.30	9.15	10 мин
2.	9.25	10.10	10 мин
3.	10.20	11.05	30 мин
4.	11.35	12.20	10 мин
5.	12.30	13.15	10 мин
6.	13.25	14.10	10мин
7.	14.20	15.05	

График посещения столовой:

1 класс - во время динамической паузы

2 -11 классы – после третьего урока (в 11 час. 05 мин.)

Выводы:

-Расписание выдержано в соответствии с нормами СанПиН, но в отдельных классах наблюдаются небольшие отклонения от норм СанПиН: Причины допущенных отклонений указаны выше.

- Продолжительность уроков и перемен соответствуют требованиям СанПин;

- Увеличение предельно допустимой нагрузки отсутствует;

Рассмотрено и принято на заседании педагогического совета протокол №1 от 28.08.2018 г	Утверждаю: Директор МКОУ"СОШ с. Михайловка" Новикова Т.А. Приказ № 52/10А от 30.08.2018 г.
--	---

Расписание уроков в первом классе (I четверть)

	№ урока	Время	Предмет	Баллы
п о н е д е л ь н и к	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Русский язык	7
				20
в т о р н и к	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Русский язык	7
				20
с р е д а	1.	08.30-09.05	Русский язык	7
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Окружающий мир	6
				21
ч е т в е р г	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Русский язык	7
				20
п я т н и ц а	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Русский язык	7
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Окружающий мир	6
				18

Рассмотрено и принято на заседании педагогического совета протокол №1 от 28.08.2018 г	Утверждаю: Директор МКОУ "СОШ с. Михайловка" Новикова Т.А. Приказ № 52/10А от 30.08.2018 г.
--	--

Расписание уроков в первом классе (II четверть)

	№ урока	Время	Предмет	Баллы
п о н е д е л ь н и к	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Русский язык	7
	4.	12.00-12.35	Физкультура	1
				21
в т о р н и к	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Русский язык	7
	4.	12.00-12.35	Окружающий мир	6
				26
с р е д а	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Русский язык	7
	4.	12.00-12.35	Рисование	3
5.	12.45-13.20	Физкультура	1	
				24
ч е т в е р г	1.	08.30-09.05	Литературное чтение	5
	2.	09.15-09.50	Математика	8
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Русский язык	7
	4.	12.00-12.35	Технология	2
				22
п я т н и ц а	1.	08.30-09.05	Окружающий мир	6
	2.	09.15-09.50	Русский язык	7
		09.50-10.30	Динамическая пауза	
	3.	10.30-11.05	Физкультура	1
	4.	12.00-12.35	Музыка	3
				17

Рассмотрено и принято на заседании педагогического совета протокол №1 от 28.08.2018 г	Утверждаю: Директор МКОУ "СОШ с. Михайловка" Новикова Т.А. Приказ № 52/10А от 30.08.2018 г.
--	--

Расписание уроков в первом классе (III, IV четверть)

	№ урока	Время	Предмет	Баллы
п о н е д е л ь н и к	1.	08.30-09.10	Литературное чтение	5
	2.	09.20-10.00	Математика	8
		10.00-10.40	Динамическая пауза	
	3.	10.40-11.20	Русский язык	7
	4.	11.30-12.10	Физкультура	1
				21
в т о р н и к	1.	08.30-09.10	Литературное чтение	5
	2.	09.20-10.00	Математика	8
		10.00-10.40	Динамическая пауза	
	3.	10.40-11.20	Русский язык	7
	4.	11.30-12.10	Окружающий мир	6
				26
с р е д а	1.	08.30-09.10	Литературное чтение	5
	2.	09.20-10.00	Математика	8
		10.00-10.40	Динамическая пауза	
	3.	10.40-11.20	Русский язык	7
	4.	11.30-12.10	Рисование	3
	5.	12.20-13.00	Физкультура	1
			24	
ч е т в е р г	1.	08.30-09.10	Литературное чтение	5
	2.	09.20-10.00	Математика	8
		10.00-10.40	Динамическая пауза	
	3.	10.40-11.20	Русский язык	7
	4.	11.30-12.10	Технология	2
				22
п я т н и ц а	1.	08.30-09.10	Окружающий мир	6
	2.	09.20-10.00	Русский язык	7
		10.00-10.40	Динамическая пауза	
	3.	10.40-11.20	Физкультура	1
	4.	11.30-12.10	Музыка	3
				17

Рассмотрено и принято
на заседании педагогического совета
протокол №1 от 28.08.2018 г

Утверждаю:
Директор МКОУ "СОШ с. Михайловка"
Новикова Т.А.
Приказ № 52/10А от 30.08.2018 г.

Расписание уроков МКОУ " СОШ с. Михайловка" 5-11 классы 2018-2019 г

	№	5класс	б	6 класс	б	7 класс	б	8 класс	б	10	б	11 класс	б
понедельник	1	Технология	4	Биология	8	Технология	2	География	2	История	5	История	5
	2	Английский	9	Математика	13	Русский	11	Русский язык	7	Физика	12	Английский язык	8
	3	Математика	10	Русский язык	12	Алгебра	10	Алгебра	9	Химия*	11	Литература	8
										Биология*	7		
	4	Русский язык	8	Английский	11	Русский	11	История	8	Математика	11	Математика	11
	5	Технология	4	Технология	3	Физика	8	Английский	7	Информатика	6	Информатика	6
	6	Музыка	2	Технология	3	Литература	4	Физкультура	7	МХК	5	Обществознание	5
7					Музыка	1			География	3	Физкультура	1	
		37		50		47		40		42/ 38		44	
вторник	1	История	5	География	7	Биология	7	Литература	4	Биология	7	МХК	5
	2	Биология	10	Математика	13	Обществознание	9	Русский язык	7	Химия	11	Математика	11
	3	Математика	10	Русский язык	12	Геометрия	12	Геометрия	10	Физика	12	Физика	12
	4	Русский язык	8	Английский	11	Английский	10	Химия	10	Математика	11	Литература	8
	5	Литература	4	Биология	8	История	6	Информатика	7	Литература	8	Биология	7
	6	География	7	Физкультура	4	Физкультура	2	Физика	9	Технология	2	История	5
	7					Технология	2	География	2			Обществознание	5
		37		55		48		49		51		53	
среда	1	Физкультура	3	История	8	Биология	8	Физ-ра	2	Обществознание	5	Литература	8
	2	Математика	10	Русский	12	Английский	10	Обществознание	8	Математика	11	Математика	11
	3	Русский язык	8	Математика	13	Русский язык	11	История	8	Химия	11	Химия	11
	4	История	5	Обществознание	9	Алгебра	10	Алгебра	9	Русский язык	9	Физика	12
	5	Литература	4	Литература	6	История	6	Англ. язык	8	Английский	8	Английский	8
	6	Английский	9	География	7	Физкультура	2	Изо	3	Литература	8	ОБЖ	2
	7							Биология	7	Физкультура	1	Физкультура	1
		39		55		47		45		53		53	
четверг	1	Изо	3	Математика	13	Информатика	4	Физкультура	7	Английский	8	Биология	7
	2	Математика	10	История	8	Русский	11	Геометрия	10	Литература	8	Русский язык	9
	3	Русский	8	Русский	12	Геометрия	12	Английский	8	Физика	12	Математика.	11
	4	География	7	Информатика	10	Английский	10	Биология	7	Математик.	11	Английский	8
	5	Обществознание	6	Физ-ра	4	География	6	Русский язык	6	История	5	География	3
	6	Физкультура	3	Изо	3	Физкультура	2	Литература	4	ОБЖ	2	История	5
	7							ОБЖ	3	Физкультура	1	Физкультура	1
		37		50		45		45		47		44	
пятница	1	Информатика	4	Литература	6	География	6	Русский	7	Обществознание	5	Астрономия	4
	2	Математика	10	Математика	13	Русский язык	11	Алгебра	9	Биология	7	Химия	11
	3	Английский	9	Русский язык	12	Алгебра	10	Химия	10	Математика	11	Математика	11
	4	Русский язык	8	Английский	11	Физика	8	Физика	9	Литература	8	Литература	8
	5	Физкультура	3	Физкультура	4	Литература	4	Русский язык	7	История	5	Технология	2
	6			Музыка	1	Изо	2	Технология	1	Физкультура	1	Технология	2
		34		47		41		43		45		38	

Рассмотрено и принято
на заседании педагогического совета
протокол №1 от 28.08.2018 г

Утверждаю:
Директор МКОУ "СОШ с. Михайловка"
Новикова Т.А.
Приказ № 52/10А от 30.08.2018 г.

Расписание уроков МКОУ " СОШ с. Михайловка" 3 класса 2018-2019 г

	№	Время урока	3 класс	балл
понедельник	1.	8.00 - 8.45	Окружающий мир	6
	2.	8.55 - 9.40	Математика	8
	3.	9.50 - 10.35	Русский язык	7
	4.	10.55 - 11.40	Рисование	3
	5.	11.55 - 12.40	Физкультура	1
				25
вторник	1.	8.00 - 8.45	Русский язык	7
	2.	8.55 - 9.40	Английский язык	7
	3.	9.50 - 10.35	Физкультура	1
	4.	10.55 - 11.40	Математика	8
	5.	11.55 - 12.40	Литературное чтение	5
				28
среда	1.	8.00 - 8.45	Русский язык	7
	2.	8.55 - 9.40	Математика	8
	3.	9.50 - 10.35	Окружающий мир	6
	4.	10.55 - 11.40	Литературное чтение	5
	5.	11.55 - 12.40	Технология	2
				28
четверг	1.	8.00 - 8.45	Литературное чтение	5
	2.	8.55 - 9.40	Математика	8
	3.	9.50 - 10.35	Русский язык	7
	4.	10.55 - 11.40	Музыка	3
	5.	11.55 - 12.40		
				23
пятница	1.	8.00 - 8.45	Литературное чтение	5
	2.	8.55 - 9.40	Английский язык	7
	3.	9.50 - 10.35	Русский язык	7
	4.	10.55 - 11.40	Физкультура	1
	5.	11.55 - 12.40		
				20

