

РАССМОТРЕНО  
на заседании пед.совета  
МБОУ ООШ с.Волочавка  
протокол №\_\_от \_\_ августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ООШ с.Волочавка  
\_\_\_\_\_ (Тумаева О.В.)  
Приказ №\_\_от «\_\_»\_\_\_\_\_2020 г.

**РАСПИСАНИЕ УРОКОВ**  
**муниципального бюджетного общеобразовательного**  
**учреждения**  
**Основной общеобразовательной школы**  
**с.Волочавка**

с.Волочавка, 2020

### Пояснительная записка.

Основанием для составления расписания уроков муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Основной общеобразовательной школы с.Волочаевка на 2020-2021 учебный год послужили нормативно- правовые документы:

- 1) Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
- 2) Приказа Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»,
- 3) Базисный учебный план для специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида;
- 4) «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2.2821-10», утверждённые приказом №189 Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г., (зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г. № 19993) (в действующей редакции).
- 5) Требования санитарных правил СП 3.1/2.4.359820

Расписание уроков составлено на основе Учебного плана, утвержденного приказом № МБОУ ООШ с.Волочаевка от 30.08.2020 года, требований СанПиН, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся.

Расписание уроков МБОУ ООШ с.Волочаевка составлено с целью оптимизации условий обучения и создания комфортной образовательной среды для всех участников образовательного процесса.

При составлении расписания учебных занятий соблюдены требования пункта X СанПиН 2.4.2. 2821-10 «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса».

Согласно п.10.5. СанПиН 2.4.2. 2821-10 «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса», количество часов, отведенных на освоение обучающимися Учебного плана общеобразовательного учреждения, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает величину недельной образовательной нагрузки и соответствует таблице 3:

Классы	Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах	
	При 6-дневной неделе, не более	При 5-дневной неделе, не более
1	-	21

2-4	26	
5	32	
7	35	
8-9	36	

При составлении расписания, в соответствии с пунктом 10.10. СанПиН 2.4.2. 2821-10, учтено, что обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 30 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока 4 дня и 1 день – 5 уроков за счёт урока физической культуры по 30 минут каждый; январь – май – по 4 урока 4 дня и 1 день – 5 уроков за счёт урока физической культуры по 40 минут каждый).
- предусмотрены дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти, с 8 по 14 февраля 2021 года.

С целью рационального распределения уроков в течение недели, использована таблица № 1 «Шкала трудности предметов для 1-4 классов» (СанПиН 2.4.2.2821-10).

С учетом того, что биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста (согласно разделу СанПиН «Гигиенические рекомендации к расписанию уроков») приходится на интервал 10-12 часов, наиболее сложные в соответствии со шкалой трудности предметы поставлены в расписании начальной школы, преимущественно, 2-3 уроками.

В 1 классе вторым уроком проводится математика (с понедельника по четверг), в пятницу – русский язык. Во 2-4 классах предусмотрено, по возможности, чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся I ступени образования основных предметов (математика, русский и иностранный (английский) язык, окружающий мир) с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся II и III ступени образования предметы естественно-математического профиля – с гуманитарными предметами.

По возможности, занятия физической культурой предусмотрены в числе последних уроков. После уроков физической культуры не планируются уроки с письменными заданиями.

Согласно пункту 10.6. СанПиН, образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов - 4 урока и 1 день в неделю 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков (при допустимой нагрузке не более 6-ти уроков);

- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-9 классов – не более 6 уроков (при допустимой нагрузке не более 7-ми уроков).

Расписание уроков, в соответствии с пунктом 10.7. СанПиН, составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (таблицы 1, 2, 3 санитарных правил).

В расписании уроков по каждому предмету (ежедневно/ в течение недели) подсчитаны баллы, что даёт возможность проследить кривую дневной и недельной нагрузки по классам, сделать вывод о соблюдении необходимых требований:

<i>Класс</i>	<i>Понедельник</i>	<i>Вторник</i>	<i>Среда</i>	<i>Четвер</i> <i>г</i>	<i>Пятница</i>	<i>Суббота</i>
1	21	23	27	20	19	
2	21	23	27	27	19	13
3	21	23	27	27	19	13
4	21	23	27	27	19	13
5	27	28	33	25	29	25
7 (ОВЗ)	42	41	49	36	47	30
8	35	43	46	42	35	24
9	44	47	47	45	36	44
9 (ОВЗ)	29	35	37	35	17	33

В связи с тем, что уровень умственной работоспособности обучающихся нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели, поэтому распределение учебной нагрузки в течение недели построено таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) среду. В понедельник и в субботу работоспособность самая низкая, поэтому учебная нагрузка в эти дни наименьшая.

В школе есть классы-комплекты (1 и 4), поэтому в 4 классе на субботу вынесены уроки, которые не ведутся в 1 классе.

Занятия физической культурой не могут проводиться только в числе последних уроков, так как нагрузка по данному предмету с 1 по 9 класс составляет 3 часа в неделю.

Совпадение уроков одного профиля объясняется тем, что образовательную деятельность в ОУ по одной и той же учебной дисциплине осуществляют несколько учителей-предметников.

В расписании 1-4 классов наиболее трудные предметы (математика – 8 баллов и русский язык – 7 баллов) вынесены на 2-3 уроки, что соответствует п.10.8 Санитарно-гигиенических требований, поэтому нет возможности их чередования с другими предметами.

В расписании присутствует иногда невозможность чередования предметов естественно-математического цикла с гуманитарным в 5-9

классах. Это объясняется тем, что многие учителя совмещают в своей деятельности предметы разных направлений.

Количество баллов с 7 по 9 класс по учебному предмету «математика» является различным, так как в рамках данного предмета осуществляется изучение алгебры и геометрии, которые имеют разный ранг трудности (таблица № 2 приложения № к СанПиН 2.4.2.2821-10).

Школа осуществляет свою деятельность в две смены. В первую смену обучаются учащиеся 1, 3, 4, 5, 9 классов, во вторую – учащиеся 2, 7, 8 классов.

#### **Расписание звонков**

<b>1 смена – начало занятий в 8.00</b>	<b>2 смена – начало занятий в 14.00</b>
1 урок – 8.00 – 8.40	1 урок – 14.00 – 14.40
2 урок – 8.50 – 9.30	2 урок – 14.50 – 15.30
3 урок – 9.50 – 10.30	3 урок – 15.50 – 16.30
4 урок – 10.40 – 11.20	4 урок – 16.40 – 17.20
5 урок – 11.30 – 12.10	5 урок – 17.30 – 18.10
6 урок – 12.20 – 13.00	6 урок – 18.20 – 19.00
Окончание занятий в 13.00 часов	Окончание занятий в 19.00 часов

Перерыв между сменами составляет 1 час, что позволяет провести влажную уборку в кабинетах и коридоре и проветривание.

# РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

## 1 СМЕНА

	1 СТУПЕНЬ						2 СТУПЕНЬ		3 СТУПЕНЬ	
	1 класс		3 класс		4 класс		5 класс		9 класс	
пн	Литератур.чтение	5	Литератур.чтение	5	Литерат.чтение	5	Русский язык	8	Алгебра	7
	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	10	Русский язык	6
	Динамич.пауза		Русский язык	7	ИЗО	3	ИЗО	3	Химия	12
	Русский язык	7	Физкультура	1	Русский язык	7	Литература	4	История	10
	Физкультура	1		21	Физкультура	1	Музыка	2	Информатика	7
		21				24	Физкультура	3	Физкультура	2
								30		44
вт	Литерат.чтение	5	Литерат.чтение	5	Английский язык	7	Русский язык	8	История	7
	Математика	8	Математика	8	Музыка	3	Английский язык	9	Физика	13
	Динамич.пауза		ИЗО	3	Математика	8	Математика	10	Род. литер.	7
	ИЗО	3	Русский язык	7	Технология	2	География	7	Геометрия	8
	Русский язык	7		23	Русский язык	7	История	5	Литература	10
		23				27	Физкультура	3	Физкультура	2
								42		47
ср	Литер.чтение	5	Литер.чтение	5	Литер.чтение	5	Математика	10	Англ. язык	9
	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Английский язык	4	Физика	13
	Динам.пауза		Окруж.мир	6	Окруж.мир	6	Биология	10	Русский язык	6
	Окруж.мир	6	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	8	Алгебра	7
	Русский язык	7	Физкультура	1		26	История	5	Литература	7
	Физкультура	1						37	География	5
		27		27						47

чт	Музыка	3	Английский язык	7	Литер.чтение	5	Русский язык	8	Геометрия	8
	Математика	8	Музыка	3	Математика	8	Математика	10	Обществозн.	5
	Динамич.пауза		Математика	8	Окруж.мир	6	Английский язык	9	Физика	13
	Технология	2	Технология	2	Русский язык	7	Информатика	4	Англ.язык	9
	Русский язык	7	Русский язык	7	Физкультура	1		31	Биология	7
		20		27		27			ОБЖ	3
										45
пт	Литерат.чтение	5	Литерат.чтение	5	Литерат.чтение	5	ОРКСЭ		Алгебра	7
	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	10	Осн.фин.грам	
	Динамич.пауза		Окруж.мир	1	Физкультура	6	Русский язык	8	Химия	12
	Физкультура	1	Физкультура	6		18	ОБЖ	1	Англ.язык	9
	Окруж.мир	6		19			Литература	4	Родной язык	6
		19				Физкультура	3	Физкультура	2	
							26			36
Сб			Шахматы в школе		Информатика	6	Русский язык	8	Родная литература	6
			Английский язык	7	ОРКСЭ		Технология	4	История	10
			Забайкаловед.		Английский язык	7	Технология	4	Биология	7
			Информатика	6	Забайкаловедение		Английский язык	9	Франц.язык	9
						Род.язык/род.литература	8	География	5	
						а	33	Литература	7	
										44
<b>Итого часов в неделю:</b>		<b>21</b>		<b>26</b>	<b>26</b>			<b>32</b>		<b>36</b>

## РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### 2 смена

		1 СТУПЕНЬ		3 СТУПЕНЬ	
		2 класс		8 класс	
пн	Литератур.чтение	5	Русский язык	7	
	Математика	8	Химия	10	
	Технология	2	Литература	4	
	Русский язык	7	Алгебра	9	
	Физкультура	1	ИЗО	3	
		23	Физкультура	2	
				35	
вт	Литерат.чтение	5	Алгебра	9	
	Математика	8	Русский язык	9	
	ИЗО	3	Физика	9	
	Русский язык	7	Англ.язык	8	
		23	География	6	
			Физкультура	2	
				43	
ср	Литер.чтение	5	Русский язык	7	
	Математика	8	Химия	10	
	Окруж.мир	6	Алгебра	9	
	Русский язык	7	Англ.язык	8	
	Физкультура	1	Черчение	5	
		27	Биология	7	
				46	

чт	Английский яз.	7	История	8
	Математика	8	Геометрия	10
	Музыка	3	Англ.язык	8
	Русский язык	7	Физика	9
		25	ОБЖ	3
			Литература	4
				42
пт	Литерат.чтение	5	Геометрия	10
	Русский язык	7	Биология	7
	Физкультура	1	Родной язык	7
	Окруж.мир	6	История	8
		19	Музыка	1
			Физкультура	2
				35
сб	Шахматы в школе		Информатика	7
	Английский язык	7	География	6
	Забайкаловедение		Обществозн.	5
	Информатика	6	Технология	1
			Черчение	5
				24
<b>Итого часов в неделю:</b>		<b>26</b>		<b>35</b>

## Расписание для детей с ОВЗ (лёгкая умственная отсталость)

1 смена			2 смена		
<b>3 СТУПЕНЬ</b>			<b>2 СТУПЕНЬ</b>		
9 класс			7 класс		
Понедельник	Математика	7	понедельник	Чтение	4
	Русский язык	6		Математика	10
	Проф.-труд.обуч-е	4		Русский язык	11
	История Отечества	10		Музыка	1
	Физкультура	2		Соц.-быт.ориент-ка	3
		29		Физкультура	2
					31
Вторник	Проф.-труд.обуч-е	4	Вторник	Чтение	4
	Проф.труд.обуч-е	4		Математика	10
	История Отечества	7		Русский язык	11
	Математика	8		Проф.труд.обучение	2
	Чтение	10		Проф.труд.обучение	2
	Физкультура	2		Физкультура	2
		35			31
Среда	Проф.-труд.обуч-е	4	Среда	История Отечества	6
	Проф.-труд.обуч-е	4		Математика	10
	Русский язык	6		Русский язык	11
	Математика	7		Проф.труд.обучение	2
	Чтение	7		Соц.-быт.ориент-ка	3
	География	5		Проф.труд.обучение	2
	Проф.-труд.обуч-е	4			34
		37			
Четверг	Математика	8	Четверг	История Отечества	6
	Общественн.	5		Математика	10
	Проф.-труд.обуч-е	4		Проф.труд.обучение	2
	Проф.-труд.обуч-е	4		Проф.труд.обучение	2
	Биология	7		ИЗО	1
	СБО	3		Биология	7
	Проф.-труд.обуч-е	4			28
		35			

