

Приложение 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом по основной деятельности

№ 144 от 30. 08. 2019 года

**Расписание уроков
МОУ «Изварская средняя общеобразовательная школа».
2019 – 2020 учебный год.**

Основанием для составления расписания уроков МОУ «Изварская СОШ» на 2019 – 2020 учебный год послужили нормативно - правовые документы:

1) Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом № 1015 Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г.

2) «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2.2821-10», утвержденные приказом №189 Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г., (зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г. № 19993) (в действующей редакции).

Расписание уроков МОУ «Изварская СОШ» 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».

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 в 1-4 классах проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену; в 5-9 классах по 6- дневной неделе 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 по 35 минут каждый; январь – май – по 4 урока по 40 минут каждый).

(В течение сентября и октября четвертый час используется для проведения динамической паузы, тематических экскурсий, с целью выполнения программы по всем учебным дисциплинам).

- организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью 40 минут;

- предусмотрены дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти, с 17 по 23 февраля 2020 года.

С целью рационального распределения уроков в течение недели, использована таблица «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 уровня образования основных предметов (математика, русский и иностранный (английский) язык, окружающий мир) с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся II уровня 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 7 уроков.

Расписание уроков составлено отдельно для обязательных и факультативных занятий (учебных курсов по выбору). Факультативные занятия (учебные курсы по выбору) запланированы, преимущественно, на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий (учебных курсов по выбору) и последним уроком предусмотрен перерыв продолжительностью 45 минут.

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:

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 или вторник и четверг. В понедельник и в субботу работоспособность самая низкая, поэтому учебная нагрузка в эти дни наименьшая.

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

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 (СанПиН 2.4.2.2821-10).

Регламентирование образовательного процесса на неделю:

Продолжительность рабочей недели:

5-дневная рабочая неделя в 1-4 классах;

6-дневная рабочая неделя в 5-9 классах.

Регламентирование образовательного процесса в день:

сменность: 1 смена;

продолжительность урока:

1 класс - «ступенчатый» режим обучения: сентябрь - октябрь - 3 урока по 35 минут; ноябрь - декабрь - 4 урока по 35 минут;

январь - май - 4 урока по 40 минут; 1 раз в неделю 5 уроков (СанПиН 2.4.2.2821-10);

2-9 классы - 45 минут.

Режим учебных занятий 2-4, 5-9 классов:

1 урок – 9.00 – 9.45 Перемена 15 минут (завтрак 2 – 9 классы)

2 урок – 10.00 - 10.45 Перемена 10 минут

3 урок - 10.55 – 11.40 Перемена 20 минут (обед 5 - 9 классы)

4 урок – 12.00 - 12.45 Перемена 20 минут (обед 2 - 4 классы)

5 урок – 13.05– 13.50 Перемена 10 минут

6 урок – 14.00 – 14.45 Перемена 5 минут

7 урок – 14.50 – 15.35

Режим учебных занятий для 1 классов:

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
	Сентябрь-октябрь	
8.55	утренняя зарядка для учащихся	9.00
9.00	1-ый урок	9.35
9.35	1-ая перемена (организация питания)	9.50
9.50	2-ой урок	10.25
10.25	2-ая перемена	10.45
10.45	Динамическая пауза	11.25
11.25	3-я перемена (организация питания)	11.40
11.40	4-ый урок	12.15
12.15	4-я перемена (организация питания)	12.30
	Ноябрь-декабрь	
8.55	утренняя зарядка для учащихся	9.00
9.00	1-ый урок	9.35
9.35	1-ая перемена (организация питания)	9.50
9.50	2-ой урок	10.25
10.25	2-ая перемена	10.45
10.45	3-ий урок	11.20
11.20	3-я перемена (организация питания)	11.35
11.35	4-ый урок	12.10
12.10	4-я перемена (организация питания)	12.25
	Январь-май	
8.55	утренняя зарядка для учащихся	9.00
9.00	1-ый урок	9.40

9.40	1-ая перемена (организация питания)	9.55
9.55	2-ой урок	10.35
10.35	2-ая перемена	10.45
10.45	3-ий урок	11.25
11.25	3-я перемена	11.45
11.45	4-ый урок	12.25
12.25	4-ая перемена (организация питания)	12.45
12.45	5-ый урок (1 раз в неделю)	13.25

Расписание уроков в 1 классе
МОУ « Изварская средняя общеобразовательная школа».
на сентябрь – октябрь 2019 – 2020 учебного года

Дни недели	Класс	Количество баллов	Сумма баллов
	1		
Понедельник	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Динамическая пауза 4. Русский язык	5 8 7	20
Вторник	1. Литературное чтение 2. Математика 3. Динамическая пауза 4. Русский язык	5 8 7	20

Среда	1. Окружающий мир	6	21
	2. Русский язык	7	
	3. Динамическая пауза		
	4. Математика	8	
Четверг	1. Литературное чтение	5	20
	2. Математика	8	
	3. Динамическая пауза		
	4. Русский язык	7	
Пятница	1. Литературное чтение	5	18
	2. Окружающий мир	6	
	3. Динамическая пауза		
	4. Русский язык	7	

**Расписание уроков в МОУ « Изварская средняя общеобразовательная школа»
1 класс
на ноябрь – май 2019 – 2020 учебного года**

Дни недели	Класс	Количество баллов	Сумма баллов
	1		
Понедельник	1. Русский язык	7	17
	2. Математика	8	
	3. Физическая культура	1	
	4. Музыка	1	
Вторник	1. Русский язык	7	23
	2. Изобразительное искусство	3	
	3. Математика	8	
	4. Литературное чтение	5	

Среда	1. Русский язык 2. Математика 3. Литературное чтение 4. Окружающий мир 5. Физическая культура	7 8 5 6 1	27
Четверг	1. Литературное чтение 2. Русский язык 3. Математика 4. Технология	5 7 8 2	22
Пятница	1. Окружающий мир 2. Русский язык 3. Физкультура 4. Литературное чтение	6 7 1 5	19

**Расписание уроков в МОУ « Изварская средняя общеобразовательная школа»
(2-4 классы) на 2019-2020 учебный год**

Дни недели	2		3		4	
Понедельник	1. Русский язык 2. Математика 3. Физическая культура 4. Литературное чтение 5. Изобразительное искусство	7 8 1 5 3 24	1. Русский язык 2. Физическая культура 3. Литературное чтение 4. Математика 5. Изобразительное искусство	7 1 5 8 3 24	1. Русский язык 2. Математика 3. Изобразительное искусство 4. Технология	7 8 3 2 20
Вторник	1. Литературное чтение 2. Русский язык 3. Английский язык 4. Математика 5. Окружающий мир	5 7 7 8 6 33	1. Математика 2. Русский язык 3. Физическая культура 4. Английский язык 5. Литературное чтение	8 6 1 7 5 27	1. Окружающий мир 2. Русский язык 3. Математика 4. Литературное чтение 5. Английский язык	6 7 8 5 7 33
	1. Литературное чтение	5	1. Математика	8	1. Русский язык	7

Среда	2. Математика 3. Родной язык 4. Технология 5. Музыка	6 8 2 3 25	2. Родной язык 3. Физическая культура 4. Окружающий мир 5. Литературное чтение	7 1 6 5 27	2. Физическая культура 3. Математика 4. Окружающий мир 5. Литературное чтение	1 8 6 5 27
Четверг	1. Английский язык 2. Физическая культура 3. Русский язык 4. Математика	7 1 6 8 22	1. Русский язык 2. Английский язык 3. Литературное чтение на родном языке 4. Математика	7 7 5 7 26	1. Русский язык 2. Литературное чтение 3. Физическая культура 4. ОРКСЭ 5. Английский язык	7 5 1 6 7 26
Пятница	1. Русский язык 2. Физическая культура 3. Литературное чтение на родном языке 4. Окружающий мир	7 1 5 6 19	1. Музыка 2. Окружающий мир 3. Русский язык 4. Технология	3 7 6 2 18	1. Русский язык 2. Математика 3. Физическая культура 4. Музыка	7 8 1 3 19

**Расписание уроков в МОУ «Изварская средняя общеобразовательная школа»
(5-9 классы) на 2019-2020 учебный год**

3	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс					
понедельник	1. Литература	4	1. Математика	13	1. Русский язык	12	1. Искусство	3	1. Алгебра	7
	2. Математика	10	2.	1	2. Биология	8	2. Русский язык	7	2. Английский язык	9
	3. Русский язык	8	Изобразительно		3. Английский		3. Алгебра	9	3. География	5
	4.Технология(1гр.), немецкий	4	е искусство	12	язык	11	4. География	6	4. Литература	7
	язык(2гр.)	9	3. Русский язык		4. Алгебра	10	5. Английский	8	5. Физика	13
	5. Физическая	3	4. Физическая	4	5.Изобразительное	1	язык		6. Искусство	3
	культура		культура	6	искусство		6. Физика	9	7. Физическая	2
6. Английский	9	5. Литература	8	6. Физическая	1			культура		
язык (1,2 гр)		6. Биология	43	культура	43		42		46	

		38 43								
вторник	1. Математика 2. Физическая культура 3. Родная литература 4. Биология 5. Русский язык 6. География	10 3 4 10 8 7 42	1. Русский язык 2. Обществознание 3. Математика 4. Литература 5. Физическая культура 6. Английский язык	12 9 13 6 4 4 11 55	1.Обществознание 2. Алгебра 3. География 4. Русский язык 5. Физика 6. Родная литература	9 10 6 11 8 4 48	1. Физическая культура 2. Английский язык 3. История и культура Лен. земли 4. Геометрия 5. История 6. Русский язык 15.30. Курс по выбору «Решение задач повышенной трудности»	2 8 5 10 8 7 9 49	1. Английский язык 2. Биология 3. Геометрия 4. Обществознание 5. Русский язык 6. История 7. Химия	9 7 8 5 6 10 12 57
среда	1. Родной язык 2. Математика 3. История 4. Русский язык 5. Изобразительное искусство 6. Литература	8 10 5 8 1 4 36	1. Математика 2. Музыка 3. Русский язык 4. История 5. Родной язык 6. География	13 1 12 8 12 7 53	1. История 2. География 3. Геометрия 4. Литература 5. Биология 6. Физика 7. Технология	6 6 12 4 7 8 2 45	1. Химия 2.Обществознание 3. Русский язык 4. Алгебра 5. Физика 6. Технология 7. Литература	10 5 7 9 9 3 4 47	1. Литература 2. Геометрия 3. Биология 4.Профсамоопределение 5. Химия 6. Информатика 15.30. Курс «Комплексный анализ текста»	7 8 7 5 6 7 6 52

четверг	1. Математика 2. Русский язык 3. Английский язык 4. Технология(2гр.), немецкий язык (1гр.) 5. ОДНКР 6. Физическая культура	10 8 9 4, 9 7 3 41, 46	1. Русский язык 2. Математика 3. Информатика 4. Немецкий язык 5. Физическая культура 6. Английский язык	12 13 10 11 2 11 59	1. Музыка 2. Родной язык 3. Алгебра 4. Информатика 5. Русский язык 6. Литература 7. Физическая культура	1 11 10 10 11 4 2 49	1. Физическая культура 2. История 3. Биология 4. Алгебра 5. Литература 6. Английский язык 15.30. Курс по выбору «Комплексный анализ текста»	2 6 7 9 4 8 7 43	1. Английский язык 2. Алгебра 3. Русский язык 4. Физическая культура 5. Физика 6. История 15.30. Курс по выбору «Решение задач повышенной трудности»	9 7 6 2 13 10 7 54
пятница	1. ОБЖ 2. Математика 3. Музыка 4. Технология (2 гр), английский язык(1 гр) 5. Технология (1 гр), английский язык(2 гр)	1 10 2 4, 9 4, 9 26, 26	1. Технология 2. Русский язык 3. Математика 4. Родная литература 5. История	1 2 13 4 8 28	1. История 2. Английский язык 3. Русский язык 4. Физическая культура 5. Геометрия 6. Литература	6 11 11 2 12 4 46	1. Геометрия 2. Биология 3. Литература 4. География 5. Химия 6. Физическая культура	10 7 4 6 10 2 39	1. Алгебра 2. Литература 3. География 4. Русский язык 5. Физическая культура 6. История 7. История Лен. земли	7 7 5 6 2 10 5 42
суббота	1. История 2. Обществознание	5 6 11	1. Английский язык 2. Технология	11 3 14	1. Технология 2. Английский язык	2 10 12	1. ОБЖ 2. Информатика	3 7 10	1. Информатика 2. ОБЖ	7 3 10

