

Утверждаю:
Директор МКОУ «Сарсинская СОШ»
А.С. Евдокимов
Приказ № 21 от «18» _____ 2020г.



**Пояснительная записка
к расписанию уроков обучающихся
начального общего образования, основного и среднего общего образования
Муниципального казённого общеобразовательного учреждения
«Сарсинская средняя общеобразовательная школа»,
МО Красноуфимский округ (2020 – 2021 учебный год)**

Образовательный процесс в муниципальном казённом общеобразовательном учреждении «Сарсинская средняя общеобразовательная школа» организован в соответствии с рекомендациями санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, зарегистрированные в Минюсте России 03.03.2011, регистрационный номер 19993. Приказ от 29 декабря 2010 г. N 189».

Расписание уроков для обучающихся составлено на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373, зарегистрирован в Минюсте России 22 декабря 2009 г., регистрационный номер 17785);
- Федеральный компонент государственного стандарта общего образования, утверждённый приказом Минобрнауки России от 5 марта 2004 г. № 1089;
- Основная образовательная программа начального общего образования МКОУ «Сарсинская СОШ»;
- Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ «Сарсинская СОШ»;
- Основная образовательная программа среднего общего образования МКОУ «Сарсинская СОШ»;
- Учебные планы МКОУ Сарсинская СОШ для обучающихся 1 – 4 и 5-9,10 – 11 классов на 2020 – 2021 уч. г.

Режим образовательного процесса

В 2020 – 2021 учебном году установлен следующий режим работы школы:

- вход учеников в здание – 8.15;
- начало занятий – 9.00;
- предварительный звонок на 1 урок – 8.45;
- занятия проводятся в первую смену;
- 6-дневная учебная неделя;

- между началом факультативных и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью в 45 минут;
- продолжительность урока в 2-11 классах 40 минут;
- продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большой (после 2, 3 уроков) по 20 минут, после 4 урока -15 минут.

Вместо одной большой перемены, после 2, 3 уроков установлено две перемены по 20

минут каждая и после 4-го урока 15 минут.

Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам составляет 60-80%.

В оздоровительных целях в школе созданы условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализована посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме не менее 2 ч. Такой объем двигательной активности складывается из участия обучающихся в комплексе мероприятий: в проведении физкультминуток на уроках, подвижных игр на переменах, уроков физкультуры (1 – 11 классы – 3 урока), внеклассных спортивных занятий и соревнований, дней здоровья, занятий в спортивных секциях, самостоятельных занятий физкультурой.

Организация учебного процесса в 1 классе

Занятия организованы в первую смену. Начало занятий 9-00.

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки. Обязательная недельная нагрузка учащихся школы соответствует нормам, определенных СанПиН 2.4.2 Л178-02 и составляет по 1 классу 21 час.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, не учитываются при определении обязательной допустимой нагрузки учащихся.

Продолжительность учебного года для первоклассников составляет 33 учебных недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 30 календарных дней, летом — не менее 8 недель. Для обучающихся в 1 классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы в середине III четверти.

I четверть является адаптационным периодом для первоклассников.

С целью облегчения процесса адаптации к требованиям школьного обучения учебная нагрузка увеличивается постепенно, используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии в соответствии с п.10.10. СанПиН 2.4.2. №2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 года, рег. №19993).

В 1-й четверти - в сентябре, октябре проводится по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; январь – май проводится по 4 урока по 40 минут, с обязательным проведением физкультминуток по 1,5-2 минуты. Динамические паузы проводятся после 3 урока в 1 четверти и далее после 4 урока.

При проведении трех уроков в день в течение двух месяцев четвертые учебные часы и урок физкультуры планируются иначе, чем традиционные уроки. Эти сорок восемь часов учебной нагрузки планируются следующим образом: 24 урока физкультуры и 24 нетрадиционных урока: экскурсии по окружающему миру, по изобразительному искусству, по технологии, уроки-игры, где происходит уточнение первоначальных математических представлений, выполняются упражнения на развитие слухового восприятия, фонематического слуха, составление букв, начертание схем, развивающие игры, физкультурные занятия.

Для первоклассников организовано двухразовое питание.

После 2 и 3 уроков установлены 2 перемены по 20 минут каждая.

В 1 классе предусмотрено обучение без домашнего задания и балльного оценивания знаний обучающихся.

Вторая половина дня предоставлена для организации внеурочной деятельности после 45-минутного перерыва после последнего урока.

Расписание уроков

При составлении расписания уроков использовались таблицы 1 – 3 СанПиН

2.4.2.2821-10 (Приложение1), в которых трудность каждого учебного предмета ранжируется в баллах. Предметы, предусмотренные учебным планом школы национально-регионального компонента и компонента ОУ, не имеющие ранг трудности (балл) в указанных таблицах, оценены в соответствие со смежными предметами по уровню сложности по каждому классу.

Расписание уроков в школе преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для всех участников образовательного процесса. Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший её объём приходился на вторник и (или) среду. На эти дни в расписании уроков включаются 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. Неодинакова умственная работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели. Её уровень нарастает к середине недели и снижается к концу недели (пятница, суббота). (приложение 2).

В связи с тем, что учитель физической культуры в основной и старшей школе один и в каждом классе по 3 урока физической культуры, то указанные занятия проводятся в течение всего дня (а не в конце дня).

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.

Максимальная величина образовательной нагрузки

<i>Классы</i>	1	2-4	5	6	7	8-9	10-11
<i>Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах при 6-дневной неделе, не более</i>		26	32	33	35	36	37
<i>при 5-дневной неделе</i>	21						

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных занятий и кружков. Между началом кружков и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью в 45 минут.

Число уроков в день:

- для обучающихся 1 класса - не превышает 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков;

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Для обучающихся в 5 - 7 классах сдвоенные уроки технологии, в 5-11 классах сдвоенные уроки физической культуры в зимний период. В расписании уроков чередуются в течение дня и недели различные по сложности предметы. Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы проводятся на 1, 2 уроках; 2-4 классов - 2-3 уроках; для обучающихся 5-11-х классов на 2-4 уроках.

В течение учебного дня не проводится более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся на 2-4 уроках.

При составлении расписания уроков 1-11 классов используются таблицы И.Г.Сивкова (начальное звено), шкалы трудностей учебных предметов 5 – 9, 10, 11 классов (авторы М. Степанова, И. Александрова, А. Седова, сотрудники НИИ гигиены и

охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН), в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

Согласно требованиям СанПиНа в начале недели (понедельник) и в конце недели (пятница, суббота) – работоспособность самая низкая, и соответственно нагрузка наименьшая. Наибольший объем приходился на вторник и (или) среду. На 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.

Распределение баллов по дням недели:

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
П	21	28	26	27
В	22	24	28	31
С	26	29	27	21
Ч	24	18	30	27
П	17	26	16	20
С		12	9	9

Основная нагрузка по классам приходится:

- 1 класс – среду, облегченные дни понедельник, пятница;
- 2 класс – понедельник, среда облегченные дни четверг, суббота;
- 3 класс – вторник, четверг, облегченные дни пятница, суббота;
- 4 класс – вторник, четверг, облегченные дни пятница, суббота;

1 полугодие (основная и средняя школа)

	5класс	6 класс	7класс	8 класс	9 класс	10 класс	11 класс
П	38	51	37	31	44	43	38
В	38	53	50	39	45	41	42
С	41	58	39	48	54	43	41
Ч	32	52	47	39	47	35	29
П	29	50	25	44	41	29	32
С	11	7	17	22	34	17	17

Основная нагрузка по классам приходится:

- 5 класс – вторник, среду, облегченные дни пятница, суббота;
- 6 класс – вторник, среда, облегченные дни пятница, суббота;
- 7 класс – вторник, четверг, облегченные дни пятница, суббота;
- 8 класс – среда, пятница, облегченные дни понедельник, суббота;
- 9 класс – среда, четверг облегченные дни пятница, суббота;
- 10 класс – понедельник, среда облегченный день суббота;
- 11 класс – вторник, среда, облегченные дни пятница, суббота;

В расписании используются сокращения по следующим предметам:

- Лит. чтение - Литературное чтение
- Физкультура, физ-ра- Физическая культура
- Окр.мир - Окружающий мир
- Ин. язык (англ.) - Иностранный язык (английский)
- ИЗО – изобразительное искусство

РИКО – речь и культура общения
Лит.Урала – литература Урала
ОРКСЭ – основы религиозных культур и светской этики
ОБЖ – основы безопасности жизнедеятельности
Общество – Обществознание (включая Экономику и Право)
Осн.выбора – основы выбора профессии
Информат. - информатика и информационно-коммуникационные технологии
МХК – мировая художественная культура
Реш. ур-й – решение уравнений и неравенств
Прав. и -речи – правописание и культура речи
Технолог., Техн. Д – технология
Географ. - география
Лит-ра – литература
Рус. язык – русский язык
Род.яз/Род.лит, РЯ/РЛ – Родной язык/Родная литература
Математик. – математика
Геометр. – геометрия.
Курс биология – трудные вопросы в курсе общей биологии
Раб. с текстом – работа с текстом

Расписание составила заместитель директора по учебной работе

Дягилева Л.Т.

Расписание звонков для 1 класса МКОУ Сарсинская СОШ

сентябрь-октябрь:

Урочная деятельность:

1 урок - 09.00 – 09.35 перемена 10 мин.
2 урок – 09.45 – 10. 20 перемена 20 мин.
3 урок – 10.40 – 11.15 динамическая пауза 40 мин.
обед 11.55 – 12.10

Внеурочная деятельность:

12.20 – 12.55 перемена 20 мин.
13.15 – 13.50

ноябрь-декабрь:

Урочная деятельность:

1 урок - 09.00 – 09.35 перемена 10 мин.
2 урок – 09.45 – 10. 20 перемена 20 мин.
3 урок – 10.40 – 11.15 перемена 20 мин.
4 урок - 11.35 – 12.10 динамическая пауза 40 мин.
обед 12.50 – 13.05

Внеурочная деятельность:

13.10 – 13.50 перемена 20 мин.
14.10 – 14.50

январь-май:

Урочная деятельность:

1 урок - 09.00 – 09.40 перемена 10 мин.
2 урок – 09.50 – 10.30 перемена 20 мин.
3 урок – 10.50 – 11.30 перемена 20 мин.
4 урок - 11.50 – 12.30 динамическая пауза 40 мин.
обед 13.10 – 13.25

Внеурочная деятельность:

13.30 – 14.10 перемена 20 мин.
14.30 – 15.10

Расписание звонков для 2, 3, 4 классов МКОУ Сарсинская СОШ

Урочная деятельность:

1 урок - 09.00 – 09.40 перемена 10 мин.
2 урок – 09.50 – 10.30 перемена 20 мин.
3 урок – 10.50 – 11.30 перемена 20 мин.
4 урок - 11.50 – 12.30 динамическая пауза 40 мин.
обед 13.10 – 13.25

Внеурочная деятельность:

13.30 – 14.10 перемена 20 мин.
14.30 – 15.10

Расписание звонков для 5-11 классов МКОУ Сарсинская СОШ

1 урок - 09.00 – 09.40 перемена 10 мин.
2 урок – 09.50 – 10.30 перемена 20 мин.
3 урок – 10.50 – 11.30 перемена 20 мин.
4 урок - 11.50 – 12.30 перемена 15 мин.
5 урок- 12.45 – 13.25 перемена 10 мин.
6 урок - 13.35 - 14.15 перемена 5 мин.
7 урок - 14.20 - 15.00