

к расписанию уроков на 2019-2020 учебный год

Расписание составлено с целью организации оптимальной деятельности педагогического и ученического коллективов с учетом факторов, снижающих утомление школьников и повышающих работоспособность обучающихся и педагогов. При составлении расписания использованы гигиенические рекомендации по распределению школьной учебной нагрузки (Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях "Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 (зарегистрированы Министерством юстиции Российской Федерации 3 марта 2011 г., регистрационный N 19993), с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 июня 2011 г. N 85 (зарегистрированы Министерством юстиции Российской Федерации 15 декабря 2011 г., регистрационный N 22637), с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24 ноября 2015 г. N 81 (зарегистрированы Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2015 г., регистрационный N 40154).

В школе 11 классов-комплектов. На 1 уровне – 4 класса, на 2 уровне – 5 классов-комплектов, на 3 уровне – 2 класса.

Продолжительность учебной недели:

- по 5-дневной учебной неделе занимаются – 1 классы;
- по 6-дневной учебной неделе занимаются – 2-11 классы.

Продолжительность учебного года со 2-8, 10 классы - 34 недели. Для учащихся 1 классов – 33 недели. Для 9,11 классов – 33 недели. Режим работы школы: школа работает в 1 смену, занятия начинаются в 8ч. 30м., продолжительность урока – 45 минут. Для 1-х классов продолжительность уроков в 1,2 четверти – 35 минут. Во 2-м полугодии 45 минут.

Величина недельной образовательной нагрузки (количество уроков) соответствует гигиеническим требованиям к максимальным величинам недельной образовательной нагрузки

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

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

- для обучающихся 1-х классов – не более 4 уроков в день, и 1 раз в неделю – не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;

- для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

Расписание уроков составлено отдельно для обязательных и внеаудиторных занятий. Между началом внеаудиторных (факультативных) занятий и последним уроком предусмотрен перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение 3 Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях).

В расписании уроков в течение дня и недели:

- для обучающихся начальных классов основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры;
- для обучающихся основного и общего образования предметы естественно-математического профиля по возможности чередуются гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы проводятся на 2 уроке; 2-4 классов – на 2-3 уроках; для обучающихся 5-11-х классов на 2-4 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности (таблица 1, 2, 3, 4) либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели.

Таблица 1

Шкала трудности предметов для 1-4 классов

<i>Общеобразовательные предметы</i>	<i>Количество баллов (ранг трудности)</i>
Математика	8
Русский (национальный, иностранный язык)	7
Природоведение, информатика	6
Русская (национальная) литература	5
История (4 классов)	4
Рисование и музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Таблица 2

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 5-9 классах

<i>Общеобразовательные предметы</i>	<i>Количество баллов (ранг трудности)</i>				
	<i>5 класс</i>	<i>6 класс</i>	<i>7 класс</i>	<i>8 класс</i>	<i>9 класс</i>
Химия	-	-	13	10	12
Геометрия	-	-	12	10	8
Физика	-	-	8	9	13
Алгебра	-	-	10	9	7
Экономика	-	-	-	-	11
Черчение	-	-	-	5	4
Мировая художественная культура (МХК)	-	-	8	5	5
Биология	10	8	7	7	7
Математика	10	13	-	-	-
Иностранный язык	9	11	10	8	9
Русский язык	8	12	11	7	6

Краеведение	7	9	5	5	-
Природоведение	7	8	-	-	-
География	-	7	6	6	5
Граждановедение	6	9	9	5	-
История	5	8	6	8	10
Ритмика	4	4	-	-	-
Технология	4	3	2	1	4
Литература	4	6	4	4	7
ИЗО	3	3	1	3	-
Физическая культура	3	4	2	2	2
Экология	3	3	3	6	1
Музыка	2	1	1	1	-
Информатика	4	10	4	7	7
ОБЖ	1	2	3	3	3

Таблица 3

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 10-11 классах

<i>Общеобразовательные предметы</i>	<i>Количество баллов (ранг трудности)</i>	<i>Общеобразовательные предметы</i>	<i>Количество баллов (ранг трудности)</i>
Физика	12	Информатика, Экономика	6
Геометрия, химия	11	История, Обществознание, МХК	5
Алгебра	10	Астрономия	4
Русский язык	9	География, Экология	3
Литература, иностранный язык	8	ОБЖ, Краеведение	2
Биология	7	Физическая культура	1

Таблица 4

Национальный – региональный компонент

<i>Общеобразовательные предметы</i>	<i>Количество баллов (ранг трудности)</i>						
	1-4	5	6	7	8	9	10-11
Культура народов РС(Я)	3	3	5	5	5	5	5
Якутский язык	7	5	12	11	7	6	8
Якутская литература	5	4	6	4	4	7	5
История Якутии		5	5	5	5	5	2
География Якутии		5	6	6	6	6	2

Занятия физической культурой проводятся в числе последних уроков. После уроков физической культуры не проводятся уроки с письменными заданиями и контрольные работы.

Продолжительность урока (академический час) во всех классах не превышает 45 минут, за исключением 1 класса, в котором продолжительность регламентируется пунктом 10.10. СанПиН.

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

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- используется "ступенчатый" режим 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 середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;

- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- организуются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в четверг или пятницу.

Начало уроков – в 8ч.30 м, продолжительность урока – 45 минут, перемены между уроками – 10 минут, две перемены по 20 минут.

Расписание звонков для 1 класса:

Нумерация уроков	1 четверть	перемена	2 четверть	перемена	3 четверть	перемена
1 урок	08.30-09.05	15 мин	08.30-09.05	15 мин	08.30-09.10	10 мин
2 урок	09.25-10.00	40 мин	09.25-10.00	40 мин	09.25-10.05	40 мин
Динамическая пауза	10.00-10.40		10.00-10.40		10.05-10.45	
3 урок	10.40-11.15	15 мин	10.40-11.15	20 мин	10.45-11.25	10 мин
4 урок			11.35-12.10	20 мин	11.35-12.20	20 мин
ВУД	11.30-11.55		12.30 -12.55		12.40 -13.05	
ВУД			13.00-13.25		13.10-13.35	

Расписание звонков для 2-11 классов:

№ урока	Время звонков	Продолжительность перемен
1 урок	08.30-09.15	10 минут
2 урок	09.25-10.10	20 минут
3 урок	10.30-11.15	20 минут
4 урок	11.35-12.20	20 минут
5 урок	12.30-13.15	10 минут
6 урок	13.25-14.10	10 минут
7 урок	14.20-15.05	

Расписание звонков внеурочных занятий и элективных курсов 5-11 классов

1 курс	15:00 - 15:45
2 курс	15:50 – 16:35
3 курс	16:40 – 17:25