**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

к расписанию уроков

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Шалинского городского округа «Шамарская средняя общеобразовательная школа № 26»

на 2019-2020 учебный год

Расписание уроков составлено на основе Учебного плана, утвержденного директором школы, требований СанПиН, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы.

При разработке расписания учебных занятий учитывались следующие нормативные документы:

* Санитарно-эпидемиологические правила «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2.2821-10», утвержденные Главным государственным санитарным врачом РФ 29.12.2010 №189.
* Устав ОУ.
* Правила внутреннего распорядка.
* Учебный план, утвержденный директором школы

Расписание уроков в школе преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для всех участников образовательного процесса.

Расписание учебных занятий учитывает выполнение следующих требований:

* создание оптимальных условий для обеспечения эффективного труда обучающихся;
* обеспечение высокого уровня эффективности труда педагога, профилактики снижения его работоспособности как в пределах одного рабочего дня, так и в течение рабочей недели;
* учет материально-технических условий образовательного учреждения;
* соблюдение требований нормативных документов, регламентирующих работу образовательного учреждения.

При составлении расписания учебных занятий учитывалось:

* работа школы в две смены;
* данные о дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов;
* чередование учебных предметов в течение учебного дня и недели по степени сложности;
* чередование основных предметов с уроками физической культуры, технологии, искусства, ОБЖ;
* переход на стандарты второго поколения II ступени обучения.

В первую смену занимаются учащиеся 1аб,3аб, 5 – 11, специальных коррекционных классов. Во вторую смену занимаются 2аб, 4аб классы. Школа работает в режиме пятидневной недели.

Расписание в МБОУ «Шамарская СОШ № 26» строится с учетом санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2.2821-10) шкалы трудностей предметов для 1-4 классов, 5-9 классов, 10-11 классов. Наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов приходится на вторник и среду, в расписании чередуются трудные и облегченные уроки, основные предметы для младших классов проводятся на 2-3 уроках, а для среднего и старшего возраста на 2-4 уроках.

Обучение детей в первом классе проводятся с соблюдением следующих требований:

* учебные занятия проводятся в первую смену;
* пятидневная учебная неделя;
* организация облегченного учебного дня в конце учебной недели;
* проведение не более четырех уроков в день;
* продолжительность уроков не более 35 минут;
* использование «ступенчатого» режимного обучения;
* проведение физминуток, гимнастики для глаз.
* в сентябре – октябре - три урока по 35 минут, со второй четверти число уроков увеличивается до четырех (один раз в неделю пять уроков) по 35 минут каждый.
* дополнительные каникулы в третьей четверти (7 дней)

Максимальное количество часов в неделю, определенное Учебным планом, выдержано. Согласно требованиям СанПиН в начале недели (понедельник) и в конце недели (пятница) – работоспособность самая низкая, и соответственно нагрузка наименьшая. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течении недели обучающиеся имеют облегчённый учебный день в пятницу.

В расписании уроков по каждому предмету ежедневно и по каждому дню недели проставлены баллы, что дает возможность проследить кривую дневной и недельной нагрузки по всем классам (Приложение 2).

Занятия в школе начинаются в 8.30, в это время организм ребенка уже готов к работе. Перерывы между уроками 10-15 минут, после 2-го и 3-го урока – 20 минут. Индивидуальные занятия и занятия по выбору проводятся для обучающихся не ранее 1 часа после окончания основных занятий (Приложение 1).

Количество часов выделенных на индивидуальные занятия и занятия по выбору прописаны в Учебном плане.

**Приложение 1**

**Расписание звонков**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер урока | Первая смена | | Номер урока | Вторая смена | |
| Продолжительность  урока | Продолжительность  перемены | Продолжительность  урока | Продолжительность  перемены |
| 1 | 8.30-9.10 | 10 минут | 0 | 13.10-13.50 | 10 минут |
| 2 | 9.20-10.00 | 20 минут | 1 | 14.00-14.40 | 10 минут |
| 3 | 10.20-11.00 | 20 минут | 2 | 14.50-15.30 | 20 минут |
| 4 | 11.20-12.00 | 20 минут | 3 | 15.50-16.30 | 10 минут |
| 5 | 12.20-13.00 | 20 минут | 4 | 16.40-17.20 | 10 минут |
| 6 | 13.10-13.50 | 10 минут | 5 | 17.30-18.10 | 10 минут |
| 7 | 14.00-14.40 |  | 6 | 18.20-19.00 |  |

**Приложение 2**

**Распределение нагрузки обучающихся по дням недели (в баллах)**

**1-11 классы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| классы | Дни недели | | | | |
| Понед. | Вторник | Среда | Четверг | Пятница |
| 1-е | 21 | 24 | 24 | 21 | 20 |
| 2-е | 26 | 27 | 29 | 23 | 22 |
| 3а | 22 | 28 | 29 | 23 | 22 |
| 3б | 21 | 23 | 28 | 24 | 22 |
| 4а | 23 | 25 | 30 | 23 | 21 |
| 4б | 21 | 29 | 26 | 24 | 22 |
| 5-е | 35 | 45 | 40 | 39 | 37 |
| 6-е | 50 | 60 | 61 | 48 | 47 |
| 7-е | 44 | 55 | 58 | 48 | 47 |
| 8-е | 42 | 49 | 47 | 46 | 41 |
| 9-е | 43 | 45 | 49 | 48 | 47 |
| 10 | 45 | 55 | 59 | 48 | 44 |
| 11 | 42 | 56 | 57 | 50 | 49 |

**Графики распределения учебной нагрузки в течение недели в классах**