

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 30
И.В.Суркова
Приказ от 30.08.2023г.
№ 101-07

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА к расписанию уроков на 2023-2024 учебный год (первое полугодие)

Расписание уроков МБОУ СОШ № 30 на 2023-2024 учебный год составлено в соответствии с требованиями Санитарных правил СП 2.4.3648-20, Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», с учетом санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)». Также учитывались учебные планы для начального общего, основного общего и среднего общего образования, Устав МБОУ СОШ № 30.

При составлении расписания уроков были учтены общие требования СанПиН:

- учебные занятия начинаются не ранее 8 часов – **в 8.30**;
- нулевые уроки отсутствуют;
- продолжительность урока (академический час) во всех классах на всех уровнях образования в течение учебного года (за исключением 1 класса) – 40 минут;
- обучение осуществляется в 1 смену по пятидневной неделе;
- образовательная нагрузка равномерно (по возможности) распределена в течение учебной недели;
- расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов;
- во избежание переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели, обучающимся предусмотрен облегченный учебный день в пятницу или четверг;
- предметы, которые требуют больших затрат времени на домашнюю подготовку, не сгруппированы в один день;
- наибольший объем учебной нагрузки предусмотрен на вторник или среду, минимальный – в понедельник, пятницу;
- плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам составляет 60- 80 %;
- продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут,

большой перемены (после 3 и 4 уроков) – 20 минут.

Также, согласно Санитарным правилам, учтены особенности включения уроков физической культуры в расписание:

- занятия физической культурой проводятся в течение дня, в школе один спортивный зал (уроки физической культуры ведет один учитель);
- после уроков физической культуры не проводятся уроки с письменными заданиями и контрольные работы;
- в расписание 1-10 классов включены не менее 3-х часов физической культуры (в урочной и внеурочной форме) в неделю. В 11 классах – 3 часа физической культуры. Другими предметами уроки физической культуры не заменяются.

При составлении расписания также принималось во внимание следующее:

- индивидуальный выбор факультативов обучающимися 10 класса;
- индивидуальные учебные планы в 11 классе;
- на уроках технологии деление обучающихся на подгруппы не предусмотрено;
- занятость педагогов (основных сотрудников, а также совместителей, которые работают по определенным дням:
 - во вторник – русский язык и литература в 7 классе, информатика; в среду – информатика и музыка, в четверг – история и в пятницу - химия);
 - расписание звонков;
 - тип расписания (линейное).

Расписание уроков в начальной школе

Основная образовательная программа начального общего образования МБОУ СОШ № 30 реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на обучающихся не превышает требования, установленные Санитарными правилами:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 5-тидневной неделе, не более*	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах) независимо от продолжительности учебной недели, не более 10 часов**
1	21	4
2	23	5
3	23	7
4	23	6

*Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

**часы внеурочной деятельности реализуются в течение учебной недели, в период каникул и нерабочие праздничные дни.

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

- для обучающихся 1 класса – не должен превышать 4-х уроков;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5-ти уроков.

Общий объем нагрузки в течение дня не превышает:

- для обучающихся 1 класса – 4-х уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов – 5-ти уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры.

Расписание уроков составлено с учетом дневной и умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение 1 к пояснительной записке).

При составлении расписания уроков предусмотрено чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и английский язык, окружающий мир и информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства (изо), технологии, физической культуры.

Для обучающихся 1 класса наиболее трудные предметы проводятся на 2 уроке; во 2-4 классах – на 2-3 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не предусмотрены.

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 вместо динамической паузы продолжительностью 40 минут предусмотрены две большие перемены после 3-го и 4-го урока по 20 минут. Это связано с тем, что физическую культуру, музыку, внеурочную деятельность по физической культуре проводят педагоги, работающие также в 5-9 и 10-11 классах.

– обучение проводится без балльного оценивания обучающихся и домашних заданий;

– дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти (в феврале).

Расписание уроков в основной школе

Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ СОШ № 30 реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на обучающихся не превышает требования, установленные Санитарными правилами:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 5-тидневной неделе, не более*	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах) независимо от продолжительности учебной недели, не более 10 часов**
5	29	4
6	30	5
7	32	4
8	33	6
9	33	7,5

*Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.
**часы внеурочной деятельности реализуются в течение учебной недели, в период каникул и нерабочие праздничные дни.

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

- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-9 классов – не более 7 уроков.

Общий объем нагрузки в течение дня не превышает:

- для обучающихся 5-7 класса – не более 7-ми уроков;
- для обучающихся 8-9 классов – не более 8-ми уроков.

Расписание уроков составлено с учетом дневной и умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение 2 к пояснительной записке).

При составлении расписания уроков предусмотрено чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся основного общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 5-9 классов наиболее трудные предметы проводятся на – на 2-4 уроках.

Сдвоенные уроки (либо 2 одинаковых урока в течение дня) предусмотрены в 5-9 классах:

- в 5 классе - по технологии;
- в 6 классе – по русскому языку (для уроков по развитию речи) и технологии;
- в 7 классе – русскому языку (для уроков по развитию речи);
- в 8 классе – по алгебре, геометрии, русскому языку;
- в 9 классе - по второму иностранному языку, алгебре, всеобщей истории (истории России).

Расписание уроков в средней школе

Основная образовательная программа основного среднего образования МБОУ СОШ № 30 реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на обучающихся не превышает требования, установленные Санитарными правилами:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 5-тидневной неделе, не более*	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах) независимо от продолжительности учебной недели, не более 10 часов**
10	34	4
11	34	3

*Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.
**часы внеурочной деятельности реализуются в течение учебной недели, в период каникул и нерабочие праздничные дни.

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

- для обучающихся 10-11 классов – не более 7 уроков.

Общий объем нагрузки в течение дня не превышает:

- для обучающихся 10-11 класса – не более 8-ми уроков (с учетом внеурочной деятельности).

Расписание уроков составлено с учетом дневной и умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение 3 к пояснительной записке).

При составлении расписания уроков предусмотрено чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели..

Для обучающихся 10-11 классов наиболее трудные предметы проводятся на – на 2-4 уроках.

Шкалы для каждого уровня общего образования содержат таблицы [6.9–6.11 СанПиН 1.2.3685-21](#). При составлении расписания уроков учитывались данные таблицы.

Приложение 1

Шкала трудности предметов для 1-4 классов

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский язык/Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
ИЗО	3
Музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Приложение 2

5–9-е классы

Учебные предметы		Количество баллов (по классам)				
		5	6	7	8	9
Физика		–	–	8	9	13
Химия		–	–	–	10	12
История		5	8	6	8	10
Иностранный язык		9	11	10	8	9
Математика	Математика	10	13	–	–	–
	Геометрия	–	–	12	10	8
	Алгебра	–	–	10	9	7
Природоведение		7	8	–	–	–
Биология		10	8	7	7	7
Литература		4	6	4	4	7

Информатика и ИКТ	4	10	4	7	7
Русский язык/Родной язык	8	12	11	7	6
География	–	7	6	6	5
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	–
	Мировая художественная культура	–	–	8	5
	Музыка	2	1	1	1
Обществознание (включая экономику и право)	6	9	9	5	5
Технология	4	3	2	1	4
Черчение	–	–	–	5	4
Основы безопасности жизнедеятельности	1	2	3	3	3
Физическая культура	3	4	2	2	2

Приложение 3

10–11-е классы

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык/Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
Основы безопасности жизнедеятельности	2
Физическая культура	1