

МБОУ «Иштымбальская основная общеобразовательная школа»

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель профкома  
АВ /Александрова Т.В./  
« 31 » августа 2020 г.



**ПТВЕРЖДАЮ**

МБОУ Директор школы  
«Иштымбальская основная общеобразовательная школа» /Королев Г.В./  
« 28 » августа 2020 г.

## **РАСПИСАНИЕ УРОКОВ**

на 2020 – 2021 учебный год

Иштымбал

2020

**РАСПИСАНИЕ УРОКОВ**  
**МБОУ «Иштымбальская основная общеобразовательная школа»**  
**на 2020 – 2021 учебный год**  
**1 – 4 классы**

		1 класс		2 класс		4 класс	
			баллы		баллы		баллы
Понедельник	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Математика	8	Английский язык	7
	3	Физкультура	1	Русский язык	7	Русский язык	7
	4	Русский язык	7	Физкультура	1	Физкультура	1
			<b>21</b>		<b>21</b>		<b>20</b>
Вторник	1	Окружающий мир	6	Английский язык	7	Окружающий мир	6
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Русский язык	7	Русский язык	7	Марийский язык	7
	4	ИЗО	3	Литературное чтение	5	Русский язык	7
	5	Музыка	3	Музыка	3	Музыка	3
		<b>27</b>		<b>30</b>		<b>31</b>	
Среда	1	Литературное чтение	5	Марийский язык	7	Марийское чтение	5
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Физкультура	1	Физкультура	1	Русский язык	7
	4	Русский язык	7	Русский язык	7	Физкультура	1
	5			Окружающий мир	6	Литературное чтение	5
		<b>21</b>		<b>29</b>		<b>26</b>	
Четверг	1	Литературное чтение	5	Родн (рус) язык	7	Английский язык	7
	2	Математика	8	Математика	8	Марийский язык	7
	3	Физкультура	1	Русский язык	7	Математика	8
	4	Русский язык	7	Физкультура	1	Физкультура	1
			<b>21</b>		<b>23</b>		<b>23</b>
Пятница	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Математика	8
	2	Русский язык	7	Английский язык	7	Литературное чтение	5
	3	Окружающий мир	6	Русский язык	7	Русский язык	7
	4	Технология	2	ИЗО	3	ИЗО	3
			<b>20</b>		<b>22</b>		<b>23</b>
Суббота	1			Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2			Марийский язык	7	Русский язык	7
	3			Окружающий мир	6	ОРКСЭ	7
	4			Технология	2	Технология	2
					<b>20</b>		<b>22</b>

**РАСПИСАНИЕ УРОКОВ**  
**МБОУ «Иштымбальская основная общеобразовательная школа»**  
**на 2020 – 2021 учебный год**  
**5 – 9 классы**

	5 класс		6 класс		7 класс		8 класс		9 класс		
Понедельник	1	Русский язык	8	Русская литер.	6	География	6	Англ. язык	8	География	5
	2	Математика	10	Русский язык	12	Физика	8	Алгебра	9	Русский язык	6
	3	Англ. язык	9	Математика	13	История	6	Биология	7	Химия	12
	4	Технология	4	Технология	3	Алгебра	10	Информатика	7	История	10
	5	Технология	4	Технология	3	Физкультура	2	Физкультура	2	Физкультура	2
	6	Физкультура	3	Физкультура	4	Рус.(родн).литер.	4	Русская литер.	4	Марийский язык	6
		38		41		36		37		41	
Вторник	1	История	5	История	8	Биология	7	История	8	Русский язык	6
	2	Математика	10	Англ. язык	11	Русский язык	11	Геометрия	10	Физика	13
	3	Русский язык	8	Русский язык	12	Геометрия	12	Физика	9	Англ. язык	9
	4	Биология	10	Математика	13	Англ. язык	10	Химия	10	Русская литер.	7
	5	Рус (родн) язык	8	Рус (родн) литер	6	ИКТ	9	ИКТ	5	Алгебра	7
	6	Русская литер.	4	Русская литер.	6	История	6	ОБЖ	2	Обществознание	5
	7	-						Мар.литер.	4	ОБЖ	2
		45		56		55		48		49	
Среда	1	Русский язык	8	Биология	8	Обществознание	9	Англ. язык	8	Биология	7
	2	Англ. язык	9	Русский язык	12	Алгебра	10	Алгебра	9	Геометрия	8
	3	Математика	10	Математика	13	Русский язык	11	Марийск. язык	7	История	10
	4	География	7	Мар (гос) язык	12	Англ.язык	10	Русский язык	7	Физика	13
	5	Физкультура	3	Физкультура	4	Марийский язык	11	География	6	Русская литер.	7
	6			ИКТ	7	Физкультура	2	Физкультура	2	Физкультура	2
		37		56		53		39		47	
Четверг	1	Русская литер.	4	Русская литер	6	Биология	7	Обществознание	5	География	5
	2	Русский язык	8	Русский язык	12	Геометрия	12	Химия	10	Геометрия	8
	3	Математика	10	Математика	13	Русский язык	11	История	8	Марийская ли-тер.	7
	4	Мар (гос) язык	8	Англ. язык	11	Физика	8	Алгебра	9	Химия	12
	5	Физкультура	3	Физкультура	4	Русская литер.	4	Русская литер.	4	Марийский язык	6
	6	Рус (родн) литер.	4	География	7	Физкультура	2	Физкультура	2	Физкультура	2
		37		54		44		38		40	
Пятница	1	История	5	История	8	Информатика	4	Русская литер.	4	Русская литер.	7
	2	Биология	10	Математика	13	Русский язык	11	Русский язык	7	Информатика	7
	3	Математика	10	Русский язык	12	Алгебра	10	Биология	7	Англ. язык	9
	4	Англ. язык	9	Обществознание	9	География	6	Англ. язык	8	Алгебра	7
	5	Музыка	2	Музыка	1	Технология	2	Марийский язык	7	Русский язык	6
	6					Технология	2	Технология	1	Элек. Курс рус	4
		36		43		35		34		40	
	1	Русская литер.	4	Геогр. /Биология	7/8	Марийский язык	11	Физика	9	Алгебра	7
	2	ИКТ	9	Англ. язык	11	Русская литер.	4	Геометрия	10	Биология	7
	3	Русский язык	8	Русский язык	12	Англ. язык	10	Русский язык	7	Физика	13
	4	ИЗО	3	ИЗО	3	ИЗО	3	ИЗО	1	Англ. язык	9
						Музыка	1	География	6	Элект. Курс хим	4
		24		33/34		28		33		40	

**Пояснительная записка  
к расписанию уроков МБОУ «Иштымбальская основная  
общеобразовательная школа» на 2020 – 2021 учебный год.**

Расписание уроков на 2020 – 2021 учебный год составлено на основе следующих нормативных документов:

- Учебного плана образовательного учреждения на 2020 – 2021 учебный год,
- СанПиН 2.4.2.2821-10»
- СанПиН № 16 (СП 3.1/2.4.3598-20) на 2020-2021 учебный год в условиях распространения коронавирусной инфекции для образовательных организаций
- Устава ОУ;
- Правила внутреннего распорядка;
- Сеткой часов учебной нагрузки учителей.

Учебный процесс в школе проходит в одну смену, начало занятий в 9-00 ч. Каждый класс закреплен за определенным кабинетом.

Обучение ведется по двум ступеням образования:

начальное общее – 4 года (1 – 4 классы);

основное общее – 5 лет обучения (5 – 9 классы);

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

- 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.

Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение 2 СанПиН 2.4.2.2821-10):

1. 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: в 1 классе – 21 час, в 3, 4 классах при 6-ти дневной неделе – 26 часов, в 5-м классе – 32 часа, в 6-м классе – 33 часа, в 7-м классе – 35 часов, в 8 – 9 классах – по 36 часов.

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

- для обучающихся 1 – 4 классов – не более 4 уроков, и один раз в неделю – не более 5 уроков при 6-ти дневной учебной неделе;
- для обучающихся 5 – 7 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 8 – 9 классов – не более 7 уроков.

3. Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (использовано приложение 3 СанПиН 2.4.2.2821-10). Наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов в 1 – 4, в 5 – 9 классах приходится на вторник. (Приложение № 1 Графическое изображение расписания уроков (по Савкову И.Г.) прилагается).

4. При составлении расписания уроков учтены различные по сложности предметы: для обучающихся I ступени образования в течение дня и недели основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся II ступени образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

5. Для обучающихся 1 – 4 классов наиболее трудные предметы проводятся на 2 – 3 уроках; для обучающихся 5 – 9-х классов на 2 – 4 уроках.

6. В 1 – 4 классах 2 класс – комплекта: 1 и 3 - 4 классы, совместно ведутся уроки ИЗО, технологии, уроки физической культуры, музыки.

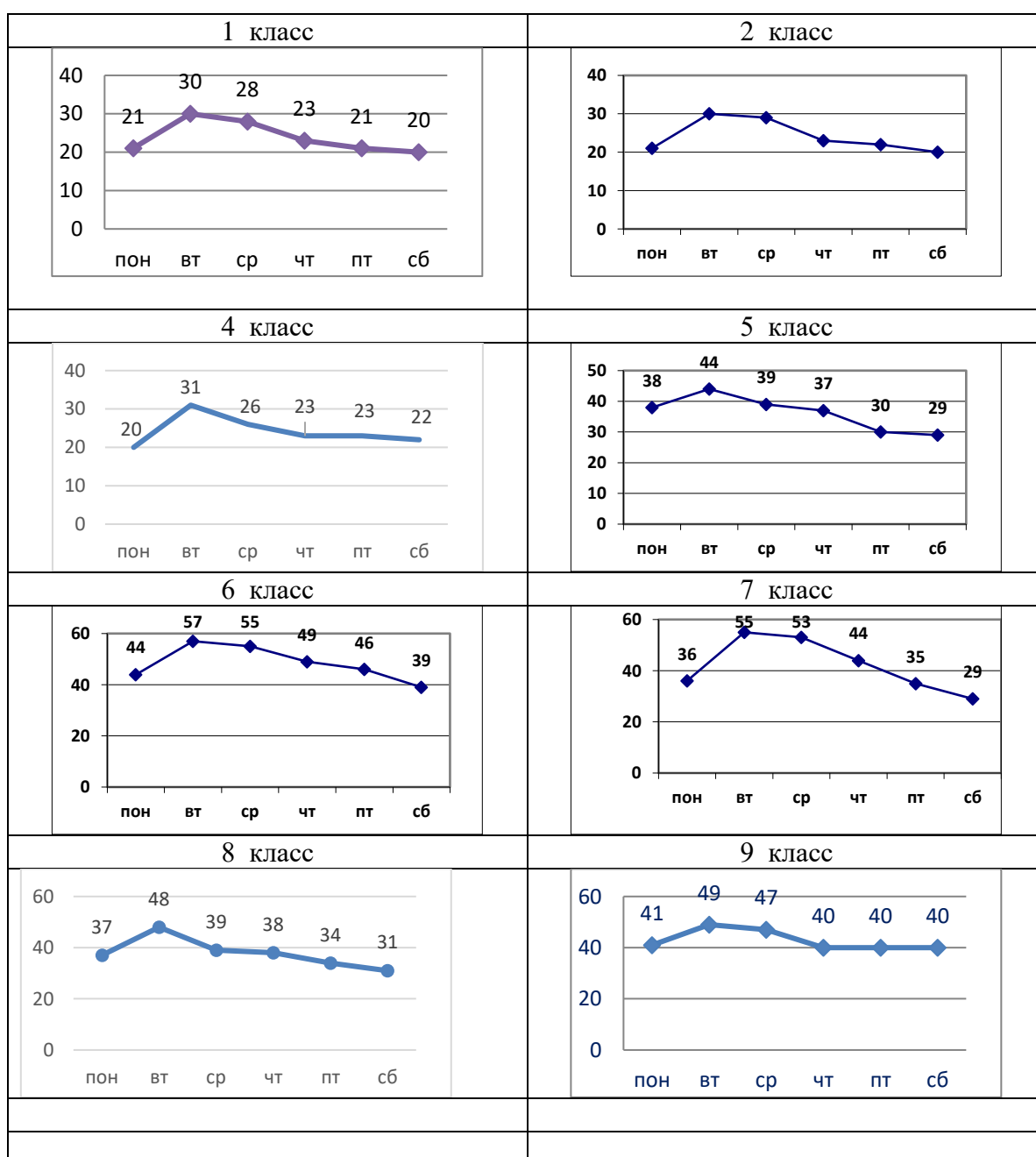
7. В 5 – 9 классах 3 класса – комплекта: 5 – 6, 7 – 8, 9 классы, поэтому в 5 – 6, 7 – 8 классах уроки музыки, ИЗО, физической культуры, технологии ведутся совместно.

Зам по УВР: \_\_\_\_\_ /Иванова Л.А./

## Приложение 1

Анализ расписания уроков произведён по всем классам школы (1 – 9 классы). В оценке расписания исходили из сложности предметов для усвоения по шкале трудности Сивкова И.Г.

### Графическое изображение расписания уроков на 2020 – 2021 учебный год



Гигиенические рекомендации к расписанию уроков.

Современными научными исследованиями установлено, что биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста приходится на интервал 10 - 12 часов. В эти часы отмечается наибольшая эффективность усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма.

Поэтому в расписании уроков для обучающихся I ступени обучения образования основные предметы должны проводиться на 2 - 3-х уроках, а для обучающихся II и III ступени образования - на 2, 3, 4 уроках.

Неодинакова умственная работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели. Ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели.

Поэтому 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 настоящего приложения) либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели. Изложение нового материала, контрольные работы следует проводить на 2 - 4 уроках в середине учебной недели.

Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку, не должны группироваться в один день.

При составлении расписания уроков для обучающихся начальных, средних и старших классов необходимо пользоваться таблицами 1-3, в которых трудность каждого учебного предмета ранжируется в баллах.

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

При правильно составленном расписании уроков наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов должно приходиться на вторник и (или) среду.

Таблица 1

**Шкала трудности предметов для 1-4 классов**

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

Таблица 2

**Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 5-9 классах**

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
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/ марийский язык	8	12	11	7	6
Краеведение /ИКН	7	9	5	5	5
Природоведение	7	8	-	-	-
География	-	7	6	6	5
Граждановедение (обществознание)	6	9	9	5	5
История	5	8	6	8	10
Ритмика	4	4	-	-	-
Труд	4	3	2	1	4
Литература/ марийская 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
Элективный курс					5