



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ Холмогойская СОШ
/Еремеев А.В./

Приказ № 190 от « 1 » сентября 20 17 г.

Расписание уроков

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Холмогойская средняя общеобразовательная школа
Заларинского района Иркутской области
на 2017-2018 учебный год**

Пояснительная записка
к расписанию учебных занятий в МБОУ Холмогойская средняя общеобразовательная школа
на 2017-2018 учебный год

Расписание учебных занятий в МБОУ Холмогойская средняя общеобразовательная школа на 2017-2018 учебный год составлено на основе Учебного плана образовательного учреждения на 2017-2018 учебный год, распределения нагрузки преподавателей по классам и гигиенические требования к расписанию уроков на основе СанПиН 2.4.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

Для предотвращения учебных перегрузок учащихся учитывались следующие факторы:

1. Работоспособность (продуктивные и непродуктивные часы и дни).
2. Степень утомляемости (шкала трудности учебных предметов).

Недельная учебная нагрузка не превышает установленной недельной нагрузки по СанПиН 2.4.2821-10.

класс	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Максимально допустимая недельная нагрузка в часах	21	26	26	26	32	33	35	36	36	37	37
Нагрузка по расписанию	21	26	26	26	32	33	35	35	35	37	37

Расхождение нагрузки в 8,9 классах, в сторону уменьшения объясняется тем, что в 8 и 9 классах по 1 часу школьного компонента использовано на изучение предмета технологии (Технический труд). Это дает возможность отдельного изучения технологии у мальчиков и девочек. В 6,7 классах объединены для изучения уроки технологии у девочек, а разделены для мальчиков. В 7 классе у девочек технология в четверг, а у мальчиков в пятницу. Данное деление не приводит к превышению учебной нагрузки на учащихся.

Максимальная нагрузка в течение дня соответствует СанПиН 2.4.2.2821-10 и составляет:

- для обучающихся 1 класса - 4 урока и 1 день в неделю - среду 5 уроков за счёт урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков при 6-дневной учебной неделе;
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

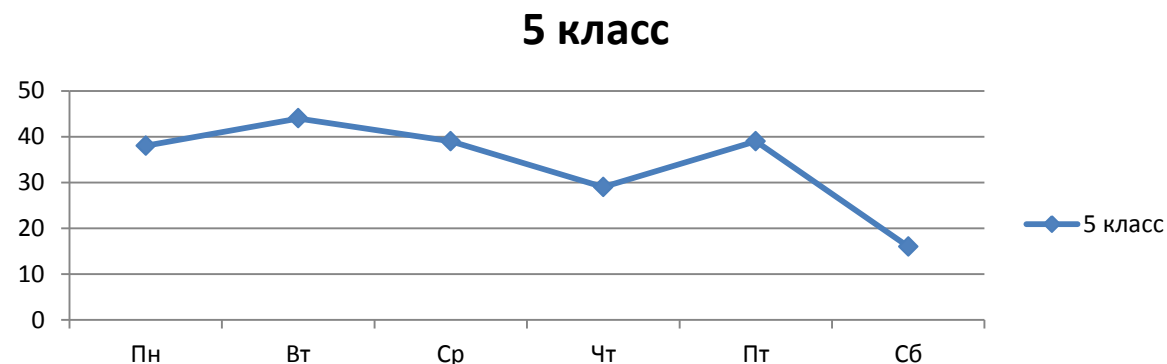
Расписание уроков составлено отдельно для обязательных учебных предметов и курсов по выбору: спецкурсов, элективных курсов и факультативов.

На уровне начального общего образования учебная нагрузка распределена на 5-дневную рабочую неделю в 1 классе и 6-дневную рабочую неделю во 2-4 классах. При составлении расписания учитывалось чередование «легких» и «трудных» уроков. Учитывалось, что умственная работоспособность обучающихся нарастает постепенно, к середине недели. Поэтому понедельник – несколько облегчённый день во всех классах. Наибольший объём учебной нагрузки приходится на вторник и среду. Для предупреждения утомления в пятницу для учащихся 1 - 4 классов организован облегчённый учебный день. Высокий уровень работоспособности приходится на 2-4 урок. Именно поэтому в это время дня проводятся самые трудные – основные – предметы (математика, русский язык

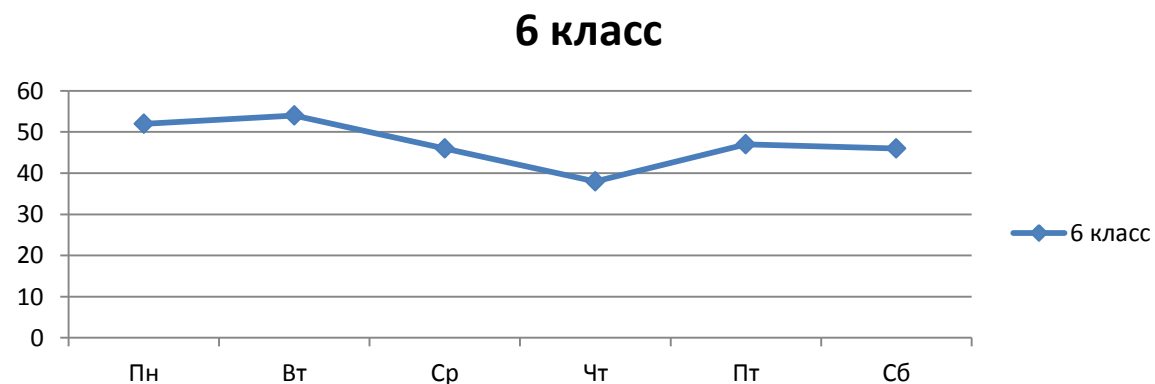
На уровне основного общего образования учебная нагрузка распределена на 6-дневную рабочую неделю. Нагрузка в каждом классе соответствует допустимой нагрузке для данных классов. При составлении расписания для учащихся 5 - 9 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПиН. Объединение учащихся 6-7 классов на уроках технологии даёт возможность проводить отдельные уроки для мальчиков и девочек. Информатика и английский язык в 5 классе разделен на 2 подгруппы (английский язык преподают два педагога одновременно, а информатику один педагог, поэтому проводится последними уроками и делится на 2 группы). Факультативы, элективные курсы на уровне основного общего образования проводятся 6,7 уроками, а также вынесены для изучения на субботу.

На уровне среднего общего образования учебная нагрузка распределена на 6-дневную рабочую неделю. Элективные курсы, спецкурсы, факультативы вынесены на последние уроки, а также на субботу. При составлении расписания уроков для учащихся 10 и 11 классов также использовалась шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПиН.

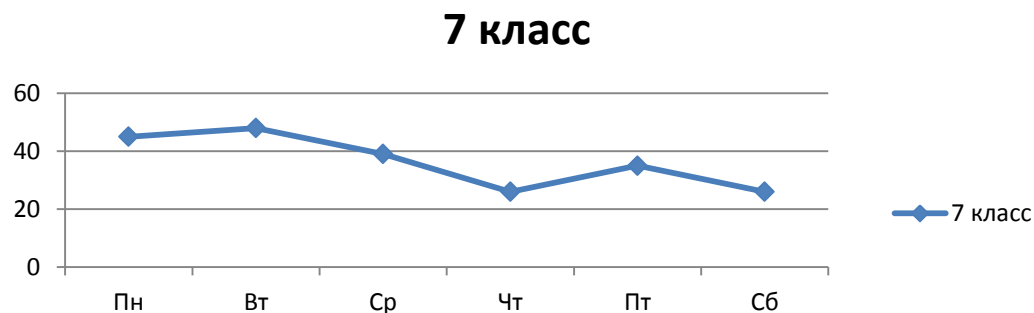
В целом, расписание уроков для пятиклассников достаточно сбалансировано: постепенное нарастание учебной нагрузки, пик которой приходится на вторник, облегчен четверг, постепенный спад нагрузки к концу недели. Наиболее трудные предметы приходятся на 2,3,4,5 уроки. Кривая учебной нагрузки в течение недели в 5 классе имеет следующий вид.



Учебная нагрузка в 6 классе: наиболее загруженным является вторник, облегченными днём во второй половине недели является четверг, к концу недели нагрузка постепенно спадает. Недостатками можно считать английский язык пятими уроками в понедельник и вторник, а также русский язык пятым уроком в пятницу. В течение всей недели предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов, наиболее трудные предметы приходятся на 2,3,4 уроки. Кривая учебной нагрузки в 6 классе имеет следующий вид:

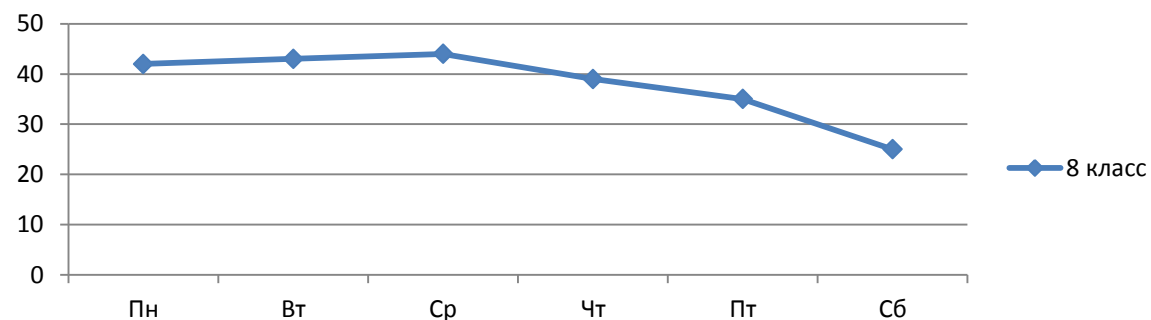


Расписание уроков для учащихся 7 класса недостаточно сбалансировано. Спортзал в школе один, и неизбежно уроки физкультуры в том или ином классе поднимаются вверх, занимая лучшее время. Именно это мы и можем наблюдать, анализируя расписание учащихся 7 класса: два раза в неделю физкультура проводится третьим уроком, сдвигая тем самым геометрию на четвертый урок (четверг). Ещё один неудачный момент расписания семиклассников: иностранный язык шестым уроком в понедельник и вторник, но в целом расписание для учащихся 7 класса довольно продумано: главные требования Сан Пин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, её пик приходится на вторник, четверг – несколько облегчённый день, к концу недели нагрузка снижается. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. Самые трудные предметы (математика, русский язык) проводятся 2-4 уроками, за исключением вышеописанных случаев. Кривая учебной нагрузки в 7 классе выглядит следующим образом.



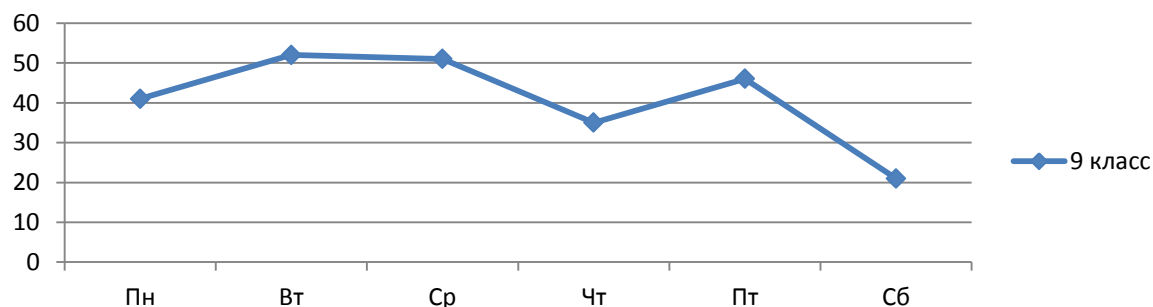
То же самое можно сказать и о расписании учащихся 8 класса, минус которого – большая учебная нагрузка учителей. В пятницу английский язык проводится 5-м уроком. Не совсем удачное начало дня в среду (физика). Химия занимает не самое лучшее место в расписании во вторник 6 и в среду 5 уроками. Главные требования Сан Пин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, её пик приходится на среду, четверг – несколько к концу недели нагрузка снижается. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. Кривая учебной нагрузки для учащихся 8 класса выглядит следующим образом:

8 класс



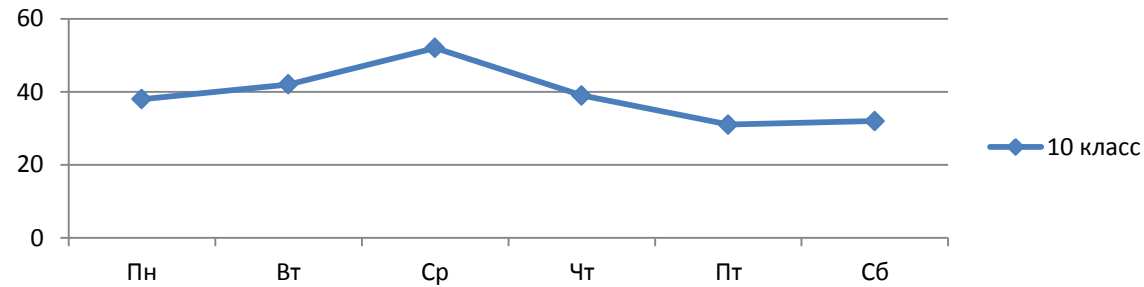
Расписание учащихся 9 класса сбалансировано более удачно, но все же физкультура в понедельник проводится третьим уроком. Не очень удачно выбрано место для иностранного языка (6 уроком в среду). Геометрия во вторник первым уроком, а в четверг шестым уроком. Достаточно удачно выбрано место в расписании для химии, физики, русского языка. Главные требования СанПин соблюдены: нагрузка нарастает постепенно, пик учебной нагрузки приходится на вторник, четверг - облегчённый день. К концу учебной недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов в течение всей недели.

9 класс



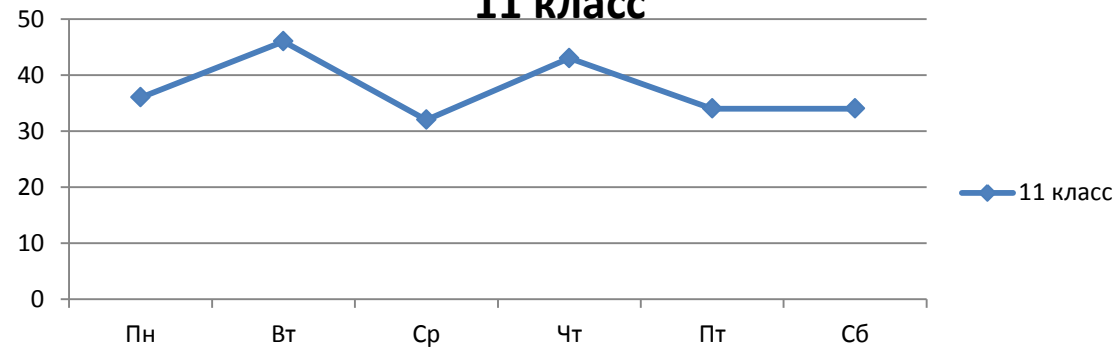
Расписание для 10-классников достаточно сбалансировано. Нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на среду, несколько облегчённым днем недели является пятница, к концу недели нагрузка спадает. Не совсем удачно расписание в среду: химия геометрия 5 уроком. Предусмотрено чередование предметов различных циклов. Кривая учебной нагрузки выглядит следующим образом:

10 класс



Расписание уроков для учащихся 11 класса достаточно сбалансировано: нагрузка нарастает постепенно, пик её приходится на вторник, несколько облегчённым днем недели является среда, за счет изучения 5-7 уроками факультативов, к концу недели нагрузка спадает. Предусмотрено чередование предметов гуманитарного, естественно - научного и технического циклов. Кривая учебной нагрузки выглядит следующим образом:

11 класс



Зам.директора по УВР Хохрякова О.Н.

**РАСПИСАНИЕ УРОКОВ 1-4 классов МБОУ ХОЛМОГОЙСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ
на 2017-2018 учебный год**

Дни	начало		окончани	№ур.	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
понедельник	8:15	8:55	1	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	
	9:05	9:45	2	русский язык	русский язык	русский язык	русский язык	
	10:15	10:55	3	математика	математика	математика	математика	
	11:05	11:45	4	технология	изо искусство	изо искусство	физическая культура	
	11:05	11:45	5		физическая культура	технология		
	11:55	12:35	6					
вторник	8:15	8:55	1	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	
	9:05	9:45	2	русский язык	русский язык	русский язык	русский язык	
	10:15	10:55	3	математика	математика	математика	математика	
	11:05	11:45	4	окружающий мир	окружающий мир	окружающий мир	окружающий мир	
	11:05	11:45	5		технология	физическая культура	технология	
	11:55	12:35	6					
среда	8:15	8:55	1	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	
	9:05	9:45	2	русский язык	математика	русский язык	русский язык	
	10:15	10:55	3	математика	английский язык	музыка	окружающий мир	
	11:05	11:45	4	физическая культура	русский язык	английский язык	музыка	
	11:05	11:45	5	изо искусство	физическая культура	информатика	английский язык	
	11:55	12:35	6					
	14:15	14:55	7					
четверг	8:15	8:55	1	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	литературное чтение	
	9:05	9:45	2	русский язык	русский язык	русский язык	русский язык	
	10:15	10:55	3	математика	математика	математика	математика	
	11:05	11:45	4	физическая культура	окружающий мир	окружающий мир	изо искусство	
	11:05	11:45	5				физическая культура	
	11:55	12:35						
пятница	8:15	8:55	1	окружающий мир	информатика	русский язык	математика	
	9:05	9:45	2	русский язык	английский язык	математика	русский язык	
	10:15	10:55	3	физическая культура	русский язык	английский язык	ОРКСЭ	
	11:05	11:45	4	музыка	музыка	физическая культура	английский язык	
	11:05	11:45	5					
суббота	8:15	8:55	1			физическая культура	математика	
	9:05	9:45	2		математика		физическая культура	
	10:15	10:55	3		физическая культура	математика	информатика	
	11:05	11:45	4					

**РАСПИСАНИЕ факультативов 1-4 классов МБОУ ХОЛМОГОЙСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ
на 2017-2018 учебный год**

Дни	начало		окончани	№ур.	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
	начало	окончани						
понедельник	8:15	8:55	1					
	9:05	9:45	2					
	10:15	10:55	3					
	11:05	11:45	4					
	11:05	11:45	5					
	11:55	12:35	6					
вторник	8:15	8:55	1					
	9:05	9:45	2					
	10:15	10:55	3					
	11:05	11:45	4					
	11:05	11:45	5					
	11:55	12:35	6					
среда	8:15	8:55	1					
	9:05	9:45	2					
	10:15	10:55	3					
	11:05	11:45	4					
	11:05	11:45	5					
	11:55	12:35	6					
	14:15	14:55	7					
четверг	8:15	8:55	1					
	9:05	9:45	2					
	10:15	10:55	3					
	11:05	11:45	4					
	11:05	11:45	5					
	11:55	12:35						
пятница	8:15	8:55	1					
	9:05	9:45	2					
	10:15	10:55	3					
	11:05	11:45	4					
	11:05	11:45	5					
суббота	8:15	8:55	1		"Тропинка к своему Я"			
	9:05	9:45	2			"Тропинка к своему Я"		
	10:15	10:55	3					
	11:05	11:45	4					

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ 5-11 классов МБОУ ХОЛМОГОЙСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ на 1 полугодие 2017-2018 учебный год

ДН	№	5		6		7		8		9		10		11	
		каб		каб		каб		каб		каб		каб		каб	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1		литература		литература		история		география		химия		алгебра		физическая культура
	2		русский язык		русский язык		физическая культура		алгебра		алгебра		география		ОБЖ
	3		математика		физическая культура		алгебра		русский язык		история		химия		физика
	4		физическая культура		математика		русский язык		ОБЖ		биология		литература		алгебра
	5		технология		история		физика		химия		русский язык		английский язык		литература
	6		технология						физика		информатика				английский язык
	7												информатика		
ВТОРНИК	1		английский язык		математика		литература		русский язык		биология		геометрия		история
	2		русский язык		русский язык		геометрия		физическая культура		английский язык		физика		геометрия
	3		обществознание		информатика		английский язык		химия		геометрия		русский язык		физика
	4		математика		ОБЖ		география		английский язык		физика		история		русский язык
	5		литература		физическая культура		биология		геометрия		география		обществознание		литература
	6				английский язык		физика		информатика		литература		литература		обществознание
	7														
СРЕДА	1		английский язык		литература		русский язык		обществознание		алгебра		биология		обществознание
	2		русский язык		русский язык		ОБЖ		алгебра		английский язык		обществознание		алгебра
	3		физическая культура		математика		биология		география		история		алгебра		МХК
	4		математика		обществознание		алгебра		биология		физическая культура		литература		английский язык
	5		история		география		физическая культура		история		химия		МХК		литература
	6		биология		физическая культура		обществознание		литература		литература		английский язык		биология
	7										ОБЖ		физическая культура		информатика
ЧЕТВЕРГ	1		ОБЖ		биология		литература		физическая культура		геометрия		технология		литература
	2		русский язык		русский язык		история		геометрия		физическая культура		геометрия		технология
	3		история		английский язык		геометрия		русский язык		технология		физическая культура		геометрия
	4		математика		математика		русский язык		технология		география		английский язык		физическая культура
	5		информатика 1 подг		технология		английский язык		физика		физика		ОБЖ		история
	6				технология		информатика		английский язык		обществознание		химия		география
	7										геогр Иркут обл				
ПЯТНИЦА	1		литература		литература		география		черчение		алгебра		физическая культура		английский язык
	2		русский язык		русский язык		алгебра		биология		физическая культура		астрономия		алгебра
	3		математика		изо искусство		русский язык		алгебра		черчение		физика		физическая культура
	4		изо искусство		математика		физическая культура		английский язык		литература		история		алгебра
	5		география		английский язык		изо искусство		физическая культура		русский язык		история земли Иркутской		химия
	6		физическая культура		история		технология		история						
	7						технология		геогр Иркут обл						
Суббота	1		английский язык				музыка		литература		информатика		алгебра		
	2								музыка		английский язык		литература		
	3		музыка		русский язык		английский язык								
	4				музыка								полезная прививка		
	5														

elx труд 5-8

elx труд 5-8

elx труд 5-8

elx труд 5-8

elx труд 5-8

elx труд 5-8

elx труд 7-8

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ 5-11 классов МБОУ ХОЛМОГОЙСКОЙ СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ на 2 полугодие 2017-2018 учебный год

ДН	5		6		7		8		9		10		11		
	№	каб	каб	каб	каб	каб	каб	каб	каб	каб	каб	каб	каб	каб	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1	литература		литература		история		география		химия		алгебра		физическая культура	
	2	русский язык		русский язык		физическая культура		алгебра		алгебра		география		ОБЖ	
	3	математика		физическая культура		алгебра		русский язык		история		химия		физика	
	4	физическая культура		математика		русский язык		ОБЖ		биология		литература		алгебра	
	5	технология		история		физика		химия		русский язык		английский язык		литература	e/x труд 5-8
	6	технология						физика		информатика				английский язык	e/x труд 5-9
	7											информатика			
ВТОРНИК	1	английский язык		математика		литература		русский язык		биология		геометрия		история	
	2	русский язык		русский язык		геометрия		физическая культура		английский язык		физика		геометрия	
	3	обществознание		информатика		английский язык		химия		геометрия		русский язык		физика	e/x труд 5-8
	4	математика		ОБЖ		география		английский язык		физика		история		русский язык	
	5	литература		физическая культура		биология		геометрия		география		обществознание		литература	
	6			английский язык		физика		информатика		литература		литература		обществознание	e/x труд 5-8
	7														
СРЕДА	1	английский язык		литература		русский язык		обществознание		алгебра		биология		обществознание	
	2	русский язык		русский язык		ОБЖ		алгебра		английский язык		обществознание		алгебра	
	3	физическая культура		математика		биология		география		история		алгебра		МХК	
	4	математика		обществознание		алгебра		биология		физическая культура		литература		английский язык	
	5	история		география		физическая культура		история		химия		МХК		литература	
	6	биология		физическая культура		обществознание		литература		литература		английский язык		биология	
	7									ОБЖ		физическая культура		информатика	
ЧЕТВЕРГ	1	ОБЖ		математика		литература		физическая культура		геометрия		технология		литература	
	2	русский язык		русский язык		история		геометрия		физическая культура		геометрия		технология	
	3	история		английский язык		геометрия		русский язык		технология		физическая культура		геометрия	
	4	математика		биология		русский язык		технология		география		английский язык		физическая культура	
	5	информатика 1 подг		технология		английский язык		физика		физика		ОБЖ		история	e/x труд 5-8
	6			технология		информатика		английский язык		обществознание		химия		география	e/x труд 5-8
	7														e/x труд 7-8
ПЯТНИЦА	1	литература		литература		география		черчение		алгебра		физическая культура		английский язык	
	2	русский язык		русский язык		алгебра		биология		физическая культура		астрономия		алгебра	
	3	математика		изо искусство		русский язык		алгебра		черчение		физика		физическая культура	
	4	изо искусство		математика		физическая культура		английский язык		литература		история		алгебра	
	5	география		английский язык		изо искусство		физическая культура		русский язык		история земли Иркутской		ХИМИЯ	
	6	физическая культура		история		технология		история							
	7			технология											e/x труд 7-8
СУБОТА	1	английский язык				музыка		литература		информатика		алгебра			
	2							музыка		английский язык		литература			
	3	музыка		русский язык		английский язык									
	4			музыка											
	5											полезная прививка			

