

## Пояснительная записка к расписанию уроков МБОУ «СШ№42» на 2023– 2024 учебный год

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

При разработке расписания учебных занятий учитывались следующие нормативные документы:

- ✓ Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- ✓ Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам -образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утв. приказом Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 ,
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- ✓ постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», далее – Гигиенические нормативы.

При составлении расписания уроков на 2023– 2024 учебный год учитывалось следующее:

- ✓ шкала трудности учебных предметов (таблица 6.9) (Гигиенические нормативы),
- ✓ учет дневной и недельной динамики умственной работоспособности учеников и трудности предметов
- ✓ 5 –дневная учебная неделя
- ✓ 3 часа физической культуры с 1 по 4 классы

Учебный процесс в школе проходит в две смены, начало занятий в 8.00.

В 1- 4 классах - пятидневная учебная неделя. При составлении расписания выполнены гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузке обучающихся 1-4-х классов при 5-тидневной недели.

Общий объем нагрузки в течение дня соответствует СанПиН. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана общеобразовательной организации, состоящей из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки и не превышает:

- ✓ для обучающихся 1-х классов — 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- ✓ для обучающихся 2-4 классов — не более 5 уроков;

В 1-х классах используется «ступенчатый» режим обучения: в сентябре, октябре-по 3 урока в день по 35 минут каждый. Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми". Чтобы выполнить задачу снятия статического напряжения школьников на четвертых уроках используются не классно - урочные, а иные формы организации учебного процесса.

- ✓ в ноябре - декабре-по 4 урока по 35 минут каждый;
- ✓ в январе - мае-по 4 урока по 40 минут каждый.

Продолжительность урока во II-IV классах-40 минут.

Количество изучаемых предметов и их запись в расписании соответствует установленным нормам и требованиям.

Максимальный объем недельной учебной нагрузки составляет:

| <b>Класс</b> | <b>Объём учебной нагрузки</b> | <b>Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах</b> |
|--------------|-------------------------------|--|
|--------------|-------------------------------|--|

|   |    |    |
|---|----|----|
| 1 | 21 | 21 |
| 2 | 23 | 23 |
| 3 | 23 | 23 |
| 4 | 23 | 23 |

При составлении расписания использовалась шкалы трудности учебных предметов таблицы 6.9–6.11 СанПиН 1.2.3685-21.. **1-4 классы**

| Учебные предметы          | Количество баллов |
|---------------------------|-------------------|
| Математика                | 8                 |
| Русский язык/Родной язык  | 7                 |
| Иностранный язык          | 7                 |
| Окружающий мир            | 6                 |
| Литературное чтение       | 5                 |
| Изобразительное искусство | 3                 |
| Музыка                    | 3                 |
| Технология                | 2                 |
| Физическая культура       | 1                 |

Облегченный день в среду или четверг (п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20, таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21).

Во время урока чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не превышает 5 - 7 минут. (таблица 6.6 СанПиН 1.2.3685-21)  
Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения

|  |  |   |
|--|--|---|
| <p>Общая продолжительность использования ТСО/ЭСО на уроке</p> <p>Непрерывное использование ТСО/ЭСО</p> <p>При использовании ЭСО с одновременной фиксацией информации в тетрадях продолжительность непрерывного использования экрана интерактивной доски и компьютера не должна превышать (п. 2.10.2 СП 2.4.3648-20): для 1–4-х классов – 10 минут;</p> | <p>Интерактивной доски/панели (п. 2.10.2 СП 2.4.3648-20, таблица 6.8 СанПиН 1.2.3685-21):</p> <p>для детей до 10 лет – не более 20 минут;</p> <p>старше 10 лет – не более 30 минут.</p> <p>Компьютера/ноутбука:</p> <p>для детей 1–2-х классов – 20 минут;</p> <p>3–4-х классов – 25 минут;</p> <p>Планшета:</p> <p>для детей 1–2-х классов – 10 минут;</p> <p>3–4-х классов – 15 минут;</p> | <p>Общая продолжительность использования ТСО/ЭСО в школе</p> <p>Интерактивной доски (таблица 6.8 СанПиН 1.2.3685-21):</p> <p>для детей 1–3-х классов – 80 минут;</p> <p>4-х классов – 90 минут;</p> |
|--|--|---|

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, проводятся комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.