

## **Пояснительная записка к расписанию уроков МАОУ «Школа № 7» КГО на 2021-2022 учебный год**

Расписание уроков составлено на основе **Учебного плана** образовательного учреждения на 2021 – 2022 учебный год, в соответствии с:

- требованиями санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, установленных **СП 2.4.3648-20**, утверждённых Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N28 (зарегистрирован Минюстом РФ 18.12.2020, регистрационный номер 61573) «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20» «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- с учетом баллов ежедневной и еженедельной нагрузки обучающихся, и **утверждено приказом директора** образовательного учреждения № 286 от 01.09.2021.

Расписание уроков составлено с целью оптимизации условий обучения учащихся и создания комфортных условий для ученика и учителя, и обеспечивает выполнение следующих **требований**:

1.Создание оптимальных условий для обеспечения высокоэффективного труда учащихся.

2.Создание оптимальных условий для обеспечения единства урочной, внеурочной и внешкольной деятельности учащихся.

3.Обеспечение высокого уровня эффективности труда учителя, профилактики снижения его работоспособности, как в пределах рабочего дня, так и в течение рабочей недели.

4.Учет материально-технических условий.

5.Соблюдение требований нормативных документов, регламентирующих работу ОУ.

Учебный процесс в образовательном учреждении осуществляется в первую смену. Начинается учебный день с утренней гимнастики для всех учащихся образовательного учреждения, что способствует не только формированию навыков здорового образа жизни, но и позволяет детям быстрее включиться в нормальный рабочий ритм. Начало занятий в 8.20 (СП 2.4.3648-20 п.3.4.15). При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования ЭСО. При использовании ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз. При использовании книжных учебных изданий гимнастика для глаз должна проводиться во время перемен. Для профилактики нарушений осанки во время занятий должны проводиться соответствующие физические упражнения (далее физкультминутки). При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет - 5-7 минут, для учащихся 1-4-х классов - 10 минут, для 5-9-х классов -15 минут. Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски - для детей до 10 лет - 20 минут, старше 10 лет - 30 минут; компьютера - для детей 1-2

классов - 20 минут, 3-4 классов - 25 минут, 5-9 классов - 30 минут. (СП 2.4.3648-20 п.2.10.2, п.2.10.3).

Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся I ступени образования основные предметы чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся II ступени образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

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

Расписание уроков для обязательных занятий и внеурочной деятельности составлено отдельно.

*Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований (СП 2.4.3648-20 п.3.4.16):*

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в 1 смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в 1 полугодии:
  - в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый,
  - в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый;
  - в январе - мае - по 4 урока по 40 минут каждый
- в середине учебного дня организация динамической паузы;
- обучение без балльного оценивания занятий учащихся и домашних заданий;
- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

Образовательная недельная нагрузка в МАОУ «Школа № 7» КГО распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом общий объем нагрузки в течение дня составляет:

для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,

для обучающихся 2 - 4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,

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

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 20 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая (СП 2.4.3648-20 п.3.4.16).

Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в среду или в четверг. (СП 2.4.3648-20 п.3.4.16)