**Положение  
о расписании учебных занятий**

1. **Общие положения**
   1. Настоящие Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
   2. Расписание составляется на основании требований СанПиН 2.4.2.2821-10, в частности, его 10-й главой «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса», Учебного плана на текущий год и тарификации педагогов, учитывая величину недельной образовательной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемую через урочную и внеурочную деятельность, Правил внутреннего трудового распорядка, Приказа Минобрнауки России от 11.05.2016 N 536 "Об утверждении Особенностей режима рабочего времени и времени отдыха педагогических и иных работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность" и Устава школы.
   3. Расписание уроков является основным документом, в соответствии с которым осуществляется учебный процесс.
   4. При общей загруженности учителей-предметников на 1 ставку и менее может быть предоставлен методический день.
2. **Цели расписания уроков:**

* создание наиболее оптимальных условий обучения, воспитания и развития обучающихся;
* создание комфортных условий деятельности обучающихся и учителей;

• организация нормального эффективного режима функционирования образовательного учреждения.

1. Режим работы по пятидневной или шестидневной неделе определяется ОУ самостоятельно с учетом мнения родителей (законных представителей).
2. В практической работе школы используется федеральный базисный учебный план,

разработанный на основе федерального компонента государственного стандарта общего образования, в котором устанавливается соотношение между федеральным компонентом, региональным (национально-региональным) компонентом и

компонентом образовательного учреждения: федеральный компонент - не менее 75 % от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ общего образования; региональный компонент - не менее 10 %; компонент ОУ - не менее 10 %.

1. Расписание устанавливает распорядок занятий в течение дня, недели, учебного года. На его основе организуется внеклассная и внеурочная работа, дежурство администрации и учителей, проведение классных и общешкольных родительских собраний, деятельность ученических организаций и связь с общественностью, работа кружков и секций.
2. Для создания оптимальных условий деятельности педагогического и ученического коллективов и эффективности работы образовательного учреждения необходимо учитывать требования к санитарно-гигиеническому режиму образовательного процесса и составлению расписания (Приложение №1)[[[1]](#footnote-1)](#bookmark2).
3. **Основные требования к составлению расписания учебных занятий**

Расписание занятий должно обеспечить выполнение следующих требований:

* 1. Необходимо создать наилучшие условия для обеспечения эффективного труда учащихся: обеспечить учет санитарно-гигиенических норм, динамики дневной и недельной работоспособности учащихся, сложности учебных предметов для восприятия обучаемыми.
  2. Необходимо обеспечить высокий уровень эффективности труда учителя:
* обеспечить учет требований к расписанию, отраженных в 10-й главе СанПиН

2.4.2.2821-10, «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса»;

* создать оптимальные условия для учебно-воспитательной работы учителя в качестве учителя-предметника и в качестве классного руководителя, учителя-предметника и педагога ведущего внеурочную деятельность.

При распределении педагогической нагрузки учителей необходимо учесть следующие моменты:

При составлении расписания выбор дня для методической работы педагога остается за ответственным по составлению расписания учебных занятий;

Необходимо учитывать работу педагогов школы с учетом совмещения педагогической нагрузки на всех уровнях обучения, вследствие чего допустимы незначительные отклонения в дневной нагрузке кривой работоспособности обучающихся.

* 1. Необходимо учесть требования нормативных документов, регулирующих работу ОУ: исполнять требования нормативных документов, как вышестоящих организаций, так и внутришкольных.
  2. Необходимо создать оптимальные условия для обеспечения единства урочной, внеурочной работы: обеспечить целостную взаимосвязь урочной системы ОУ с внеурочной (совещания, классные часы, мероприятия, факультативы, спецкурсы, индивидуально-групповые консультации, предпрофильная работа, кружки, секции)
  3. Необходимо учесть материально-технические возможности:
* предоставить равные возможности для занятий в соответствующих учебных кабинетах, спортивном зале;
* создать условия для эффективного использования технических средств.
  1. При составлении расписания в образовательном учреждении учитываются и интересы учащихся, и социальный заказ родителей, и интересы учителей, и интересы младшего обслуживающего персонала.
  2. При составлении расписания необходимо учитывать дневную и недельную кривую изменения работоспособности учащихся [(Приложение №2)](http://sortym-shkola.ru/roduch/pologenie/15-3.html?start=3)[[[2]](#footnote-2)](#bookmark3)[*.*](http://sortym-shkola.ru/roduch/pologenie/15-3.html?start=3)
  3. Школьное расписание оценивается положительно, если выполнены основные требования:
* равномерность распределения учебной нагрузки в течение недели;
* один или два «пика» (не более двух) распределения недельной нагрузки, исключая понедельник и пятницу;
* один день с наименьшей учебной нагрузкой, минимальная нагрузка в конце недели.

1. **Основные этапы работы над составлением расписания уроков**

4.1 **Подготовительный (аналитический) этап**

-собеседование с педагогами по вопросам нагрузки на новый учебный год (июнь);

-анкетирование родителей и учащихся по вопросам организации учебно-воспитательного процесса (май);

-сбор необходимых документов и материалов.

Методика составления расписания уроков и оптимальная организация учебно­воспитательного процесса должны находить свое отражение в диагностике выстраивания работы ОУ, в учете пожеланий всех участников образовательного процесса. Этому способствует анкетирование учащихся, родителей, педагогических работников.

Кроме аналитических данных, необходимы рабочие материалы для практической части составления расписания уроков.

**Перечень материалов, необходимых для составления расписания:**

-учебный план ОУ;

-сведения о количестве классов и наполняемости классов.

-сведения о классных руководителях и закрепление классов за учебными кабинетами;

-сведения о количестве учебных кабинетов, их вместимости, закрепление за учителями;

-расписание звонков;

-анкеты учителей с пожеланиями по организации их деятельности, сдваивании уроков;

-сведения о совместителях;

-сводная информация по нагрузке учителей.

1. **Практический этап:**

* заготовки форм необходимых таблиц: таблицы расписаний, занятость кабинетов,
* одновременное заполнение таблиц расписаний и их постоянная корректировка во время заполнения,
* выверка учебной нагрузки по учителям и по классам,
* расстановка кабинетов и заполнение таблицы занятости кабинетов;

1. **Оценочный этап:**

* проверка рационального использования сил педагогов, ограничение количества «окон» до минимума,
* проверка методических дней учителей, количества часов дневной нагрузки (не должно превышать 8 уроков),
* гигиеническая оценка расписания;

1. **Информационный этап:**

* сообщение расписания всем участникам образовательного процесса,
* получение и переработка информации по корректировке расписания уроков,
* регулярная своевременная информация об изменениях в расписании уроков.

1. **Замена уроков**

Ежедневное изменение режима учебной деятельности с учетом:

нахождения учителей на больничном, на курсах повышения квалификации, на семинарах, конкурсах и т.д.

**Замена уроков качественна,** если она: рациональна, своевременна, доступна и учителям, и обучающимся.

1. **Перечень, необходимых материалов:**

-расписание звонков;

-расписание уроков по учителям;

-таблица занятости учебных кабинетов и спортивного зала;

-таблица свободных учебных кабинетов;

-таблица замены;

-список учителей, отсутствующих в данный учебный день

1. **Ответственные**

Ответственным за составление расписания по должностным обязанностям является заместитель директора по учебно-воспитательной работ или лицо, назначенное директором.

1. **Порядок работы над расписанием**

* Расписание составляется два раза в год.
* После составления расписания учебных занятий составляется пояснительная записка с описанием условий составления расписания на учебный год.
* В течение года расписание может корректироваться (индивидуально по классам) в связи болезнью педагогов, в случае изменения тарификации педагогов, обучения, прохождения курсовой подготовки, участия в семинарах, практикумах и по другим уважительным причинам.
* Стабильное расписание составляется к 10 сентября, 10 января.
* После составления расписания оно утверждается директором школы.
* Изменения в расписании учебных занятий утверждается приказом директора школы.
* Исправления в расписании учителями и учащимися не допускаются.

**Приложение№1**

**Гигиенические требования к максимальному общему объему недельной  
образовательной нагрузки обучающихся**

**Таблица 3**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Классы | Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах[)\*](http://base.garant.ru/12183577/%23block_10031) | | Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах[)\*\*](http://base.garant.ru/12183577/%23block_10032) |
| при 6-ти дневной неделе, не более | при 5-ти дневной неделе, не более | Независимо от продолжительности учебной недели, не более |
| 1 | - | 21 | 10 |
| 2 - 4 | 26 | 23 | 10 |
| 5 | 32 | 29 | 10 |
| 6 | 33 | 30 | 10 |
| 7 | 35 | 32 | 10 |
| 8 - 9 | 36 | 33 | 10 |
| **Примечание:**  \* Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.  \*\* Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений. | | | |

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

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

* для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков;
* для обучающихся 2-4-х классов - не более 5 уроков;
* для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;
* для обучающихся 7-11-х классов - не более 7 уроков.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

* для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
* для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
* для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
* для обучающихся 8 - 11 классов - не более 8 уроков.

Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов

При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах, занятия в бассейне).

В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4 уроках.

Продолжительность урока (академический час) во всех классах не должна превышать 45 минут, за исключением 1-го класса, в котором продолжительность регламентируется [пунктом 10.10](http://base.garant.ru/12183577/%23block_10) настоящих санитарных правил, и компенсирующего класса, продолжительность урока в котором не должна превышать 40 минут.

Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60- 80%.

Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

* учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
* использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый).
* рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
* обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий;

- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей (триместров).

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в четверг или пятницу.

**Приложение №2 Гигиенические рекомендации к расписанию уроков**

Современными научными исследованиями установлено, что биоритмический 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 1 ступени обучения образования основные предметы должны проводиться на 2-3-х уроках, а для обучающихся 2 и 3 ступени образования - на 2-х, 3-х, 4-х 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 (таблицы 1, 2, 3 настоящего приложения) либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большом количестве, чем в остальные дни недели. Изложение нового материала, контрольные работы следует проводить на 2-4-х 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 |
| Г еометрия | - | - | 12 | 10 | 8 |
| Физика | - | - | 8 | 9 | 13 |
| Алгебра | - | - | 10 | 9 | 7 |
| Биология | 10 | 8 | 7 | 7 | 7 |
| Математика | 10 | 13 | - | - | - |
| Иностранный язык | 9 | 11 | 10 | 8 | 9 |
| Русский язык | 8 | 12 | 11 | 7 | 6 |
| Краеведение | 7 | 9 | 5 | 5 | - |
| Природоведение | 7 | 8 | - | - | - |
| Г еография | - | 7 | 6 | 6 | 5 |
| Г раждановедение | 6 | 9 | 9 | 5 | - |
| История | 5 | 8 | 6 | 8 | 10 |
| Труд | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 |
| 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 |

1. СанПиН 2.4.2.2821-10 глава X. Гигиенические требования к режиму образовательной деятельности

   Таблица № 3 «Гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся». [↑](#footnote-ref-1)
2. СанПиН 2.4.2.2821- **Приложение 3** «Гигиенические рекомендации к расписанию уроков» [↑](#footnote-ref-2)