

Принято решением
педагогического совета
Протокол № 2_
от «7» ноября 2013г.



Положение

о расписании уроков МБОУ гимназии №45 им. Жоржа Дюмезиля

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Приказом Министерства образования и науки РФ от 27 марта 2006 г. №69 и требованиями Сан Пин. от 3 апреля 2003 г. №27, Законом «О санитарно эпидемиологическом благополучии населения» (в редакции от 01.12.2007г. № 309-ФЗ) от 30.03.1999;ст.28), санитарно-эпидемиологическими правилами «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях, Постановлением «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10», утверждённые Главным государственным санитарным врачом РФ №189 от 29.12.2010г., Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» и Уставом образовательной организации МБОУ гимназии №45 (далее – Гимназии).

1.2. Расписание составляется на основании требований санитарных норм, Учебного плана на текущий год, Правил внутреннего трудового распорядка, Коллективного договора и Устава Гимназии.

2. Составление расписания

2.1. Учебный режим школы должен соответствовать функциональным возможностям обучающихся. Объем, содержание и организация учебного процесса должны обеспечивать такое состояние организма, при котором утомление полностью исчезало бы за период отдыха.

2.2. Основные критерии оценки уроков с точки зрения функциональных возможностей обучающихся – трудность и утомительность. Утомительность характеризуется изменением работоспособности, а трудность предмета – уровнем успеваемости, то есть степенью усвоения учебного материала. Следовательно, при составлении расписания необходимо учитывать оба фактора в равной степени.

2.3. При составлении расписания уроков должны учитываться следующие факторы:

- работоспособность (характеристика труда, т. е. качество и количество усвоенных знаний или действий в определенное время) зависит от возраста человека, его индивидуального биоритма, времени суток, дня недели, времени года и т. д.;
- степень утомляемости зависит от социальных, психологических, биологических причин.

2.4. Чтобы снизить утомляемость обучающихся и педагогических работников в течение одного дня, необходимо правильное распределение уроков в продуктивные и непродуктивные

часы и дни. Предметы, требующие больших временных затрат на домашнюю подготовку, не должны группироваться в один день школьного расписания. В наиболее непродуктивные часы (с 11.30 до 14.30) уроки должны строиться с позиций здоровьесбережения, что подразумевает валеологический подход к организации урока, выбор форм, методов, приемов урока, смену видов деятельности обучающихся и видов преподавания учителя (через каждые 5-7 мин).

2.5. При составлении расписания можно пользоваться шкалами трудности учебных предметов, разработанными И.Г. Сивковым (для начальной школы) и сотрудниками НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков М.И. Степановой, И.Э. Александровой, А.С. Седовой (для учеников 5-9-х классов). Используя данные приведенных выше таблиц, можно оценить, правильно ли составлено расписание уроков какого-либо класса.

2.6. При выполнении всех рекомендаций можно добиться оптимального распределения нагрузки. Расписание составлено правильно, если:

- в школе существует единое расписание занятий первой и второй половины дня (для учеников и учителей);
- наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов приходится для 8-11-х классов - на вторник, среду и четверг; для 1-7-х классов - на вторник и четверг (среда -несколько облегченный день);
- в течение учебного дня чередуются уроки "трудные" и "облегченные";
- уроки одного предмета чередуются с уроками другого предмета, а не сдвоены (исключение - модульная технология обучения);
- основные предметы для младших школьников проводятся на 2-3-х уроках, а для среднего и старшего возраста - на 2-4-х уроках;
- названия учебных предметов в расписании и учебном плане одинаковые.

2.7. Расписание составлено неправильно, если:

- наибольшее количество баллов за день приходится на крайние дни недели или когда оно одинаково во все дни недели;
- "трудные" уроки сдвоены;
- "трудные" уроки стоят в расписании подряд;
- "трудные" уроки в расписании на первом или последнем уроке;
- количество домашних подготовок равно количеству уроков.

2.8. Для оптимального распределения нагрузки не допускаются:

- нулевые уроки;
- перемены продолжительностью 5 мин;
- сдвоенные уроки в 1-5-х классах, превышающие по шкале трудности 8 баллов, если поурочное планирование не предусматривает вторым часом практическую или лабораторную работу;
- группирование в один день предметов, требующих большой домашней подготовки;
- рассогласование в расписании первой и второй половины дня;

- несоответствие названий учебных предметов в сетке расписания и учебном плане школы. Таким образом, при составлении расписания занятий необходимо учитывать:
- распределение учебной нагрузки по дням недели;
- распределение учебной нагрузки в течение каждого дня отдельно;
- чередование предметов разных видов деятельности;
- « соблюдение гигиенических требований к расписанию уроков.

Для этого расписание анализируется и по итогам составляется аналитическая справка.

3. Рекомендации по распределению уроков:

- Суммарная нагрузка в начале и конце недели должна быть наименьшей (по ранговой шкале трудности).
- Контрольные работы следует проводить на 2-4-х уроках в середине учебной недели.
- Основная учебная нагрузка в течение дня в старших и средних классах должна приходиться на 2-4-е уроки.
- В понедельник и пятницу не рекомендуется ставить в расписание двухчасовые уроки.
- В начальной школе недопустимо проведение сдвоенных уроков по одному и тому же предмету. В этом случае степень утомления детей возрастает в 7 раз.
- В 5-м классе сдвоенные уроки по одному предмету допустимы только в исключительных случаях и при условии их чередования с более легкими уроками (или уроком).
- В средних и старших классах сдвоенные уроки на фоне модульной технологии построения учебного процесса, наоборот, способствуют сохранению здоровья обучающихся.
- Уроки, требующие большого умственного напряжения (математика, русский язык, физика, химия), рекомендуется проводить первыми или вторыми. Уроки по искусству, окружающему миру, художественному труду следует проводить после динамической паузы (третий урок), а уроки с преобладанием двигательного компонента (ритмика, физическая культура) - последними.
- Занятия второй половины дня должны проводиться не ранее чем через 45 мин после окончания последнего урока первой половины дня.
- При расстановке уроков в течение одного учебного дня следует учитывать преобладающие виды деятельности обучающихся на этом уроке (чтение, рассматривание, письмо, активно-двигательная деятельность, практическая работа, слушание, говорение и т. д.) и пытаться чередовать их.
- Ежедневно количество домашних подготовок должно быть меньше, чем количество уроков в расписании.
- Не разрешается проводить нулевые уроки!
- Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку (история, алгебра), не должны группироваться в один день школьного расписания.

- Следует помнить о том, что при составлении расписания уроков нужно учитывать количество часов, отведенное базисным учебным планом на выполнение домашних заданий.