

Утверждаю:

Директор Жваков А.Ю.
«31» августа 2023 года

Пояснительная записка
к расписанию уроков на 2023/2024 учебный год

Расписание уроков на 2023/2024 учебный год составлено согласно Санитарным правилам СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28, с учётом дневной и недельной динамики умственной работоспособности учеников и трудности предметов (п.3.5.12) и Санитарным правилам «Гигиенические нормативы и требования к безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 и в соответствии с Федеральным учебным планом. Расписание устанавливает распорядок занятий в течение дня, недели, всего учебного года, определяет характер и продолжительность работы учащихся над выполнением домашних заданий и труд учителей по подготовке к урокам. Рационально составленное расписание учебно-воспитательного процесса направлено на повышение работоспособности обучающихся, использованию кабинетов и других учебных помещений. Образовательное учреждение занимается в одну смену. Таким образом, расписание уроков составлено для учащихся первой смены по 5-дневной рабочей неделе, с максимальной нагрузкой учащимся, не превышающей допустимую. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной 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; в январе- мае – по 4 урока в день по 40 минут каждый). Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми.

.Образовательная нагрузка по классам

СанПиН 1.2.3685-21

класс	общий объем нагрузки в течение 5-ти дневной недели
1	20 часов при двух уроках АФК
2-4	23 часа
5	29 часов
6	30 часов
7	32 часа
8-10	33 часа

П.3.4.16 СП 2.4.3648-20

	Общий объем нагрузки в течение дня
1	4 урока
2-4	не более 5 уроков и один день 6 уроков
5-6	не более 6 уроков
7-10	не более 7 уроков.

Согласно п.3.4.16 СП 2.4.3648-20, таблица 6.6. СанПиН 1.2.3685-21 в расписании 1 (Дополнительного) «А», 1 «А», 2 «А», 3 «А», 4 «А», 5 «А», 6 «А», 7 «А», 8 «А», 9 «А», 10 «А», , 3 «В», 4 «В», 5 «В» , 6 «В» , 8 «В», 9 «В» классов запланирован облегченный день, четверг, в (Дополнительного) «В», 1 «В» классах облегченные дни среда и четверг.

Недельное расписание по баллам

класс	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
(Дополнительного) «А»,	23	26	21	18	23
(Дополнительного) «В»	22	23	21	21	22
1 «А»	28	26	17	15	23
2 «А»	35	29	21	15	29
3 «А»	28	24	23	21	25
4 «А»	28	24	23	21	25
5 «А»	41	40	39	32	39
5 «Б»	41	40	39	32	39
6 «А»	54	52	54	43	54
7 «А»	51	49	46	39	48
8 «А»	49	52	39	35	51
9 «А»	49	57	50	40	51
10 «А»	46	65	43	42	49
1 «В»	22	23	21	21	22
3 «В»	27	28	22	21	24
3 «С»	27	23	21	16	26
4 «В»	25	27	24	19	27
4 «С»	27	23	21	16	26
5 «В»	32	33	33	28	33
6 «В»	38	43	38	25	39
5 «С»	33	30	32	20	38
8 «С»	31	32	31	17	29
8 «В»	27	37	29	21	30
9 «В»	42	36	32	30	38

В школе есть классы для обучающихся с множественными нарушениями развития (3 «С», 4 «С» классы), с умеренной, тяжёлой, глубокой и умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжёлыми и множественными нарушениями развития (5 «С», 8 «С» классы). Для данных классов создан отдельный учебный план.

Перерыв между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком составляет 20 минут. Внеурочная работа в 1-10 классах ориентирована на создание условий для неформального общения ребят одного класса, имеет выраженную воспитательную и социально-педагогическую направленность (дискуссии, по возможности - встречи с интересными людьми, посещение музеев, коллективно-трудовые дела). Количество часов, отведенное на внеурочную деятельность, составляет 10 часов в неделю в каждом классе, из них 5 часов отводится на коррекционно-развивающие занятия. Основные направления внеурочной деятельности:

- спортивно-оздоровительное;
- духовно-нравственное;
- общеинтеллектуальное;
- социальное;
- общекультурное;
- коррекционно-развивающее.

Для реализации Программы в школе используются следующие виды внеурочной деятельности:

- игровая деятельность;
- познавательная деятельность;
- проблемно-ценностное общение;

- досугово-развлекательная деятельность;
- художественное творчество;
- социальное творчество;
- трудовая деятельность;
- спортивно-оздоровительная деятельность;
- туристско-краеведческая деятельность.

Выводы:

На основании гигиенической оценки расписания, которая проведена использованием шкалы трудностей учебных предметов 1-4, 5 – 10 классах можно сделать следующие выводы:

Основная нагрузка на уровне начального общего, основного общего образования приходится на начала и конец учебной недели с облегченными днями в четверг, в (1дополнительного) «В», 1 «В» классах облегченные дни среда и четверг.