

Утверждаю
 Директор МБОУ «ООШ № 15.
 Н. п. Нивский»
 В. Л. Кузнецова.
 15.08.2020г

Расписание уроков на 2020-2021 учебный год

День	№п/п	5	6	7	8	9
понедельник	1	Математика	Русский язык	Ин.яз(англ.)	Литература	Биология
	2	Русский язык	Математика	Литература	Биология	Ин.яз(англ.)
	3	Ин.яз(англ.)	Литература	Биология	Алгебра	Литература
	4	Технология	Биология	Алгебра	Ин.яз(англ.)	Фк
	5	Технология	Обществознание	География	Фк	Алгебра
	6		Фк	Музыка	География	Обж
	7					
вторник	1	Математика	Ин.яз(англ.)	Русский язык	История	Физика
	2	Русский язык	Математика	Физика	Русский язык	История
	3	История	Русский язык	Геометрия	Физика	Русский язык
	4	Литература	История	Фк	Информатика	Геометрия
	5	География	Русский язык	История	Геометрия	Ин.яз(англ.)
	6	Фк		География	Технология	Обществозн.
	7					
Среда	1	Математика	Русский язык	Ин.яз(англ.)	Русский язык	Химия
	2	Русский язык	Математика	Русский язык	Химия	Ин.яз(англ.)
	3	Ин.яз(англ.)	Музыка	Алгебра	Биология	Литература
	4	Музыка	Литература	Фк	Алгебра	Русский язык
	5	Литература	Технология	Обществозн.	Ин.яз(англ.)	Алгебра
	6		Технология	Изо	Обществозн.	Фк
	7					
Четверг	1	Математика	Ин.яз(англ.)	Русский язык	География	Физика
	2	Русский язык	Математика	Физика	Русский язык	География
	3	История	Русский язык	Геометрия	Физика	Русский язык
	4	Обществозн.	Фк	Литература	Геометрия	Химия
	5	Фк	История	Информатика	Химия	Геометрия
	6	Биология	География	История	Фк	Информатика
	7					
Пятница	1	Математика	Русский язык	Ин.яз(англ.)	Литература	Физика
	2	Русский язык	Математика	Русский язык	Ин.яз(англ.)	История
	3	Ин.яз(англ.)	Литература	Алгебра	Обж	Литература
	4	Изо	Ин.яз(англ.)	Технология	Алгебра	Биология
	5	Литература	Изо	Технология	История	Алгебра
	6				Музыка	География
	7					


 Утверждаю
 Директор школы
 В. Д. Кузнецова
 19.08.2020г.

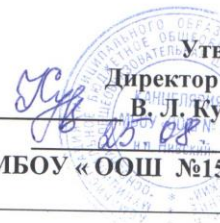
Расписание уроков на 2020-2021 учебный год во 2-4кл МБОУ «ООШ №15 н. п.
 Нивский»

день	№ п/п	2 класс	3 класс	4 класс
Понедельник	1	ИЗО	Литературное чтение	Основы религиозных культур и светской этики
	2	Русский язык	Русский язык	Русский язык
	3	Математика	Математика	Математика
	4	Литературное чтение	Технология	Окружающий мир
	5			
Вторник	1	Литературное чтение	Литературное чтение	Математика
	2	Иностранный язык (английский)	Русский язык	ФК
	3	ФК	Математика	Иностранный язык (английский)
	4	Русский язык	Иностранный язык (английский)	Русский язык
	5	Окружающий мир	ФК	Литературное чтение
Среда	1	Литературное чтение	Окружающий мир	Окружающий мир
	2	Математика	Русский язык	Русский язык
	3	Русский язык	Математика	ИЗО
	4	Музыка	ИЗО	Литературное чтение
	5		ФК	
Четверг	1	Русский язык	Литературное чтение	ФК
	2	ФК	Математика	Иностранный язык (английский)
	3	Иностранный язык (английский)	Русский язык	Русский язык
	4	Математика	Иностранный язык (английский)	Математика
	5	Литературное чтение		Музыка
Пятница	1	Окружающий мир	Музыка	Литературное чтение
	2	ФК	Русский язык	Математика
	3	Математика	Литературное чтение	ФК
	4	Русский язык	ФК	Русский язык
	5	Технология	Окружающий мир	Технология


 Утверждаю
 Директор школы
 В.Л. Кузнецова
 25.08. 2020г.

Расписание уроков на 1 четверть 2020-2021 учебного года в 1 кл.
МБОУ «ООШ №15 н. п. Нивский»

день	№ п/п	1 класс
Понедельник	1	Русский язык
	2	Математика / Окружающий мир
	3	Физическая культура
Вторник	1	Литературное чтение/ русский язык
	2	Математика
	3	Технология
Среда	1	Русский язык
	2	Литературное чтение/ физическая культура
	3	Математика
Четверг	1	Русский язык
	2	Окружающий мир/ литературное чтение
	3	Искусство (музыка)
Пятница	1	Русский язык/ искусство (изо)
	2	Литературное чтение
	3	Математика / физическая культура


 Утверждаю
 Директор школы
 В. Л. Кузнецова
 2020г.

Расписание уроков на 2020-2021 учебный год в 1 кл МБОУ «ООШ №15 н. п.
 Нивский»

день	№ п/п	1 класс
Понедельник	1	Литературное чтение
	2	Математика
	3	Русский язык
		Динамическая пауза
	4	Технология
вторник	1	Окружающий мир
	2	Математика
	3	Русский язык
		Динамическая пауза
	4	Музыка
	5	Физическая культура
Среда	1	Литературное чтение
	2	Математика
	3	Русский язык
		Динамическая пауза
	4	Изо
Четверг	1	Литературное чтение
	2	Математика
	3	Русский язык
	4	Физическая культура
Пятница	1	Литературное чтение
	2	Русский язык
	3	Окружающий мир
	4	Физическая культура

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА ПО УЧЕБНОМУ РАСПИСАНИЮ НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД.

Расписание уроков на 2020-2021 учебный год составлено с учетом требований соблюдения санитарно-гигиенических норм.

При составлении расписания была использована шкала трудности учебных предметов для обучающихся согласно **САНПИН 2.4.2.2821-10**.

– Наибольшая интенсивность нагрузки (кол-во баллов за день по сумме всех предметов) для учащихся приходится на вторник и четверг, для учеников 1 класса – на вторник со снижением нагрузки к концу недели. Образовательная недельная нагрузка распределена таким образом, что объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет не более 4 уроков и 1 день в неделю – не более 5 уроков, за счет урока физической культуры; учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену; используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; январь – май – по 4 урока по 40 минут каждый); организована в середине учебного дня динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут (**САНПИН 2.4.2.2821-10**.)

– Учебное расписание для обучающихся 2,3,4 классов выстроено так, что наибольшая интенсивность нагрузки приходится на вторник и четверг со снижением нагрузки к концу недели. Учебные занятия для обучающихся 2, 3,4-х классов проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену.

– Для обучающихся 1 ступени основные предметы проводятся на 2-3 уроках. Для обучающихся 2 ступени по возможности основные предметы выставлены на 2,3,4 уроках. Распределение учебной нагрузки в течение недели построено таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на середину недели (умственная работоспособность нарастает к середине недели), в начале недели (понедельник) и в конце (пятница) – работоспособность самая низкая и, соответственно, суммарная нагрузка наименьшая.

– Между началом факультативных занятий и элективных курсов и последним уроком обязательно соблюдается 45-минутный перерыв.

– В основной школе (6-9 классы) интенсивность нагрузки приходится на вторник и четверг, в 8 классе – на среду и четверг со снижением в пятницу.

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2020 - 2021 учебный год, учебными программами по предметам. Так же учитывались сведения о распределении учебной нагрузки преподавателей. В расписании полностью реализован учебный план школы.

Учен ход дневной и недельной кривой умственной работоспособности учащихся. Учебная нагрузка в недельном цикле распределена так, что наибольшая ее интенсивность приходится на вторник – четверг. Число баллов неодинаково во все дни недели. Наименьшее число баллов за день приходится на крайние дни недели (понедельник и пятницу).

Таким образом, при составлении учебного расписания на 2020-2021 учебный год соблюдены гигиенические рекомендации по распределению школьной учебной нагрузки, основанные на динамике показателей умственной работоспособности, отражающей функциональное состояние организма школьника под влиянием учебной нагрузки на протяжении учебного дня, недели.

Заместитель директора по УВР



З. М. Боклаг

**УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА В БАЛЛАХ НА 2020- 2021 УЧ. Г.
(еженедельная)**

День/ класс	1	2	3	4
Понедельник	22	23	22	25
Вторник	25	26	28	28
Среда	23	23	25	21
Четверг	21	28	27	26
Пятница	19	24	22	23

**УЧЕБНАЯ НАГРУЗКА В БАЛЛАХ ПО ПРЕДМЕТАМ НА 2020/2021 УЧ.Г
(ежедневная)**

День/ класс	1	2	3	4
Понедельник	5-8-7-2	3-7-8-5	5-7-8-2	4-7-8-6
Вторник	6-8-7-3-1	5-7-1-7-6	5-7-8-7-1	8-1-7-7-5
Среда	5-8-7-3	5-8-7-3	6-7-8-3-1	6-7-3-5-
Четверг	5-8-7-1	7-1-7-8-5	5-8-7-7	1-7-7-8-3
Пятница	5-7-6-1	6-1-8-7-2	3-7-6-1-5	5-8-1-7-2

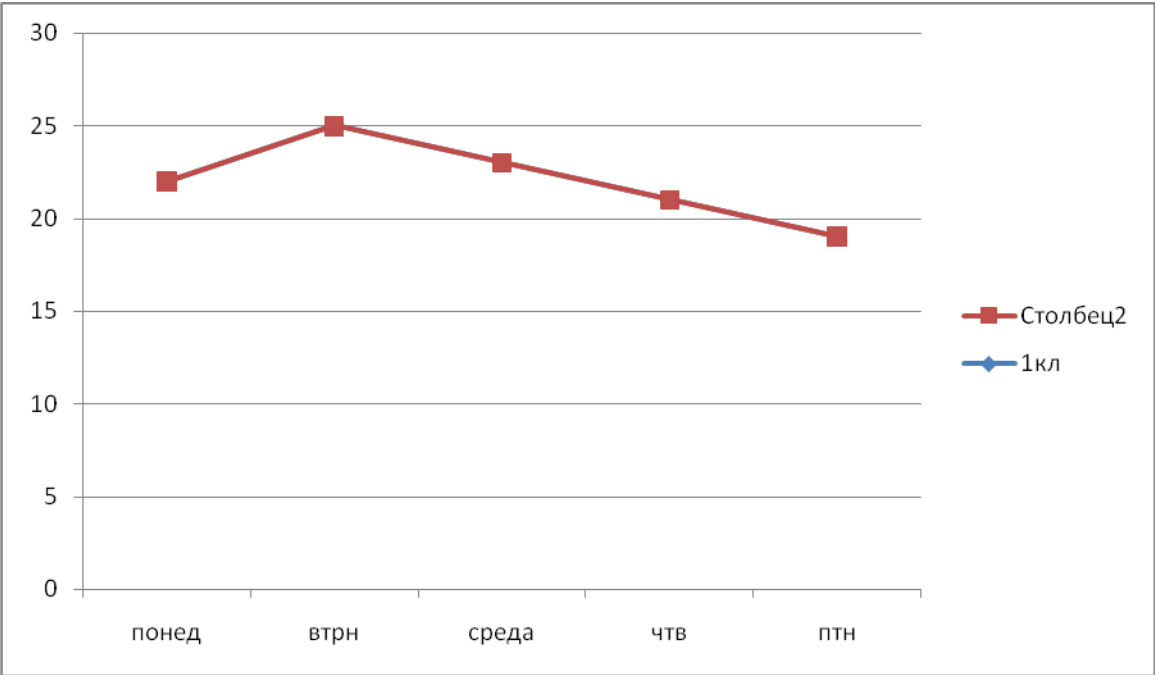
Ежедневная учебная нагрузка

	5	6	7	8	9
Понедельник	10 8 9 4 4	12 13 6 8 9 4	10 4 7 10 6 1	4 7 9 8 2 6	7 9 7 2 7 3
Вторник	10 8 5 4 7 3	11 13 12 8 12	11 8 12 2 6 6	8 7 9 7 10 1	13 10 6 8 9 5
Среда	10 8 9 2 4	12 13 1 6 3 3	10 11 10 2 9 1	7 10 7 9 8 5	12 9 7 6 7 2
Четверг	10 8 5 6 3 10	11 13 12 4 8 7	11 8 12 4 4 6	6 7 9 10 10 2	13 5 6 12 8 7
Пятница	10 8 9 3 4	12 13 6 3 11	10 11 10 2 2	4 8 3 9 8 1	13 10 7 7 7 5

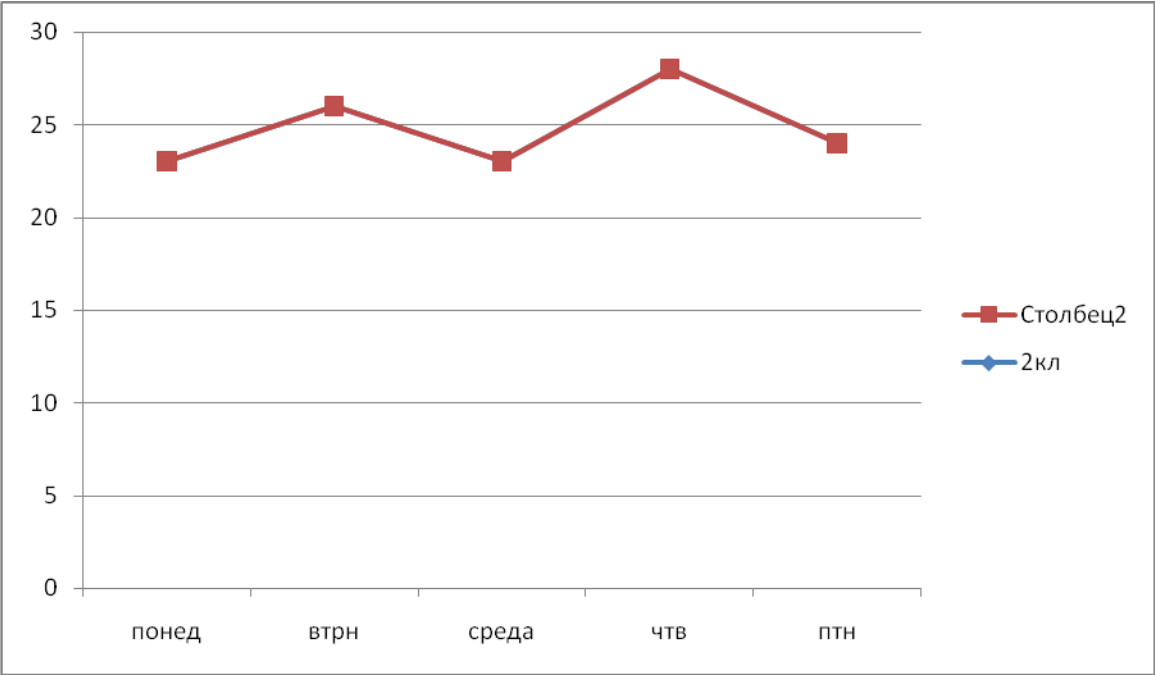
Еженедельная учебная нагрузка

	5	6	7	8	9
Понедельник	35	52	38	36	35
Вторник	37	56	45	42	51
Среда	39	38	43	46	43
Четверг	42	55	45	44	51
Пятница	34	45	35	33	49

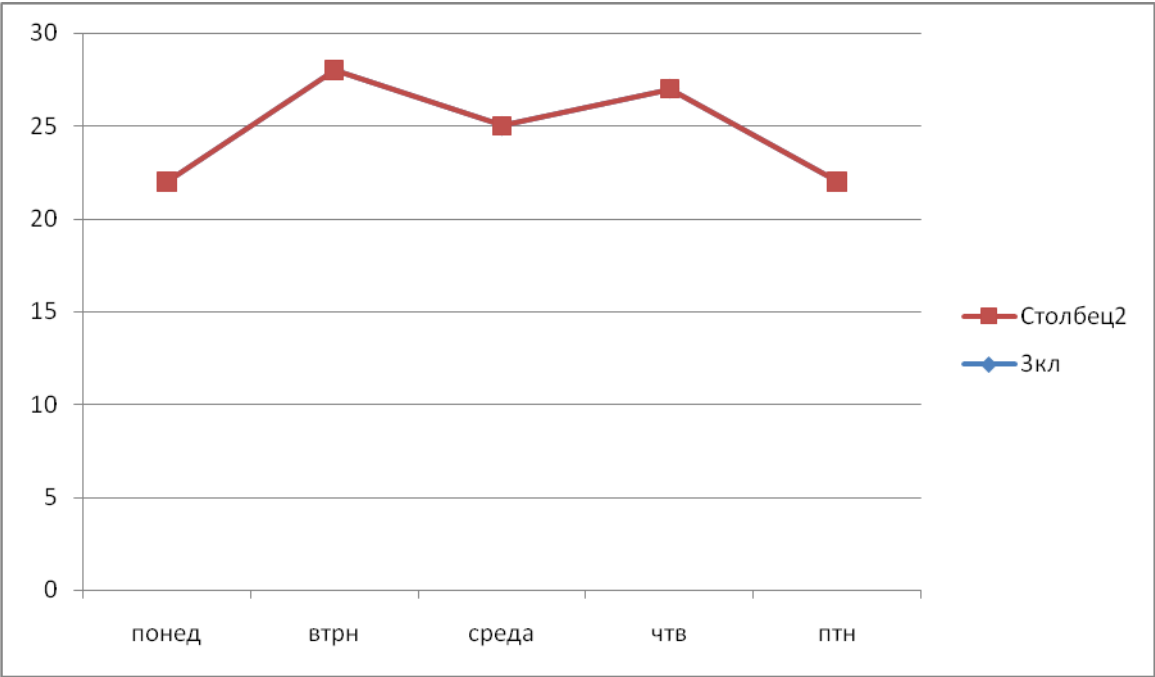
1 класс



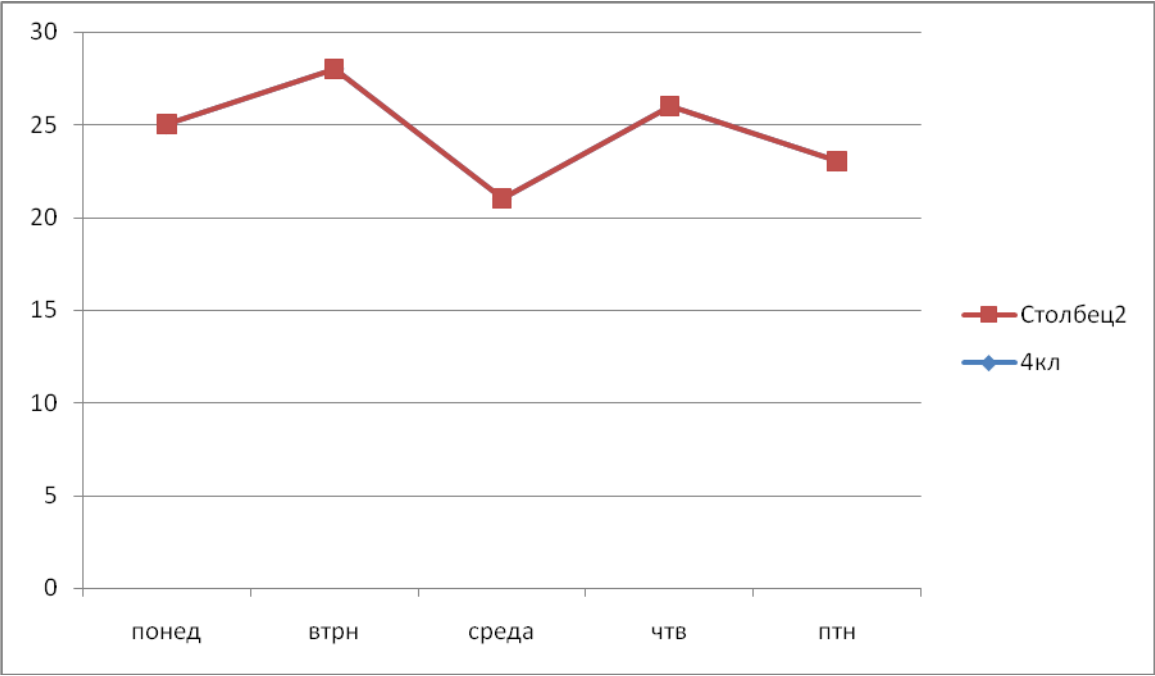
2кл



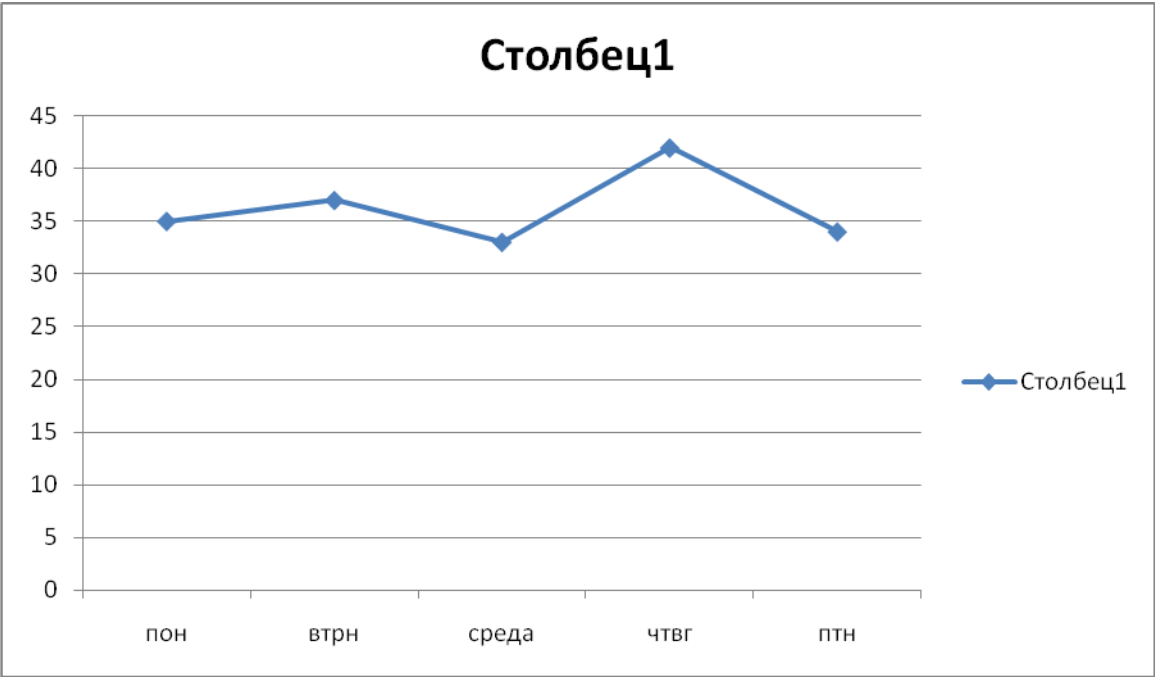
3 кл



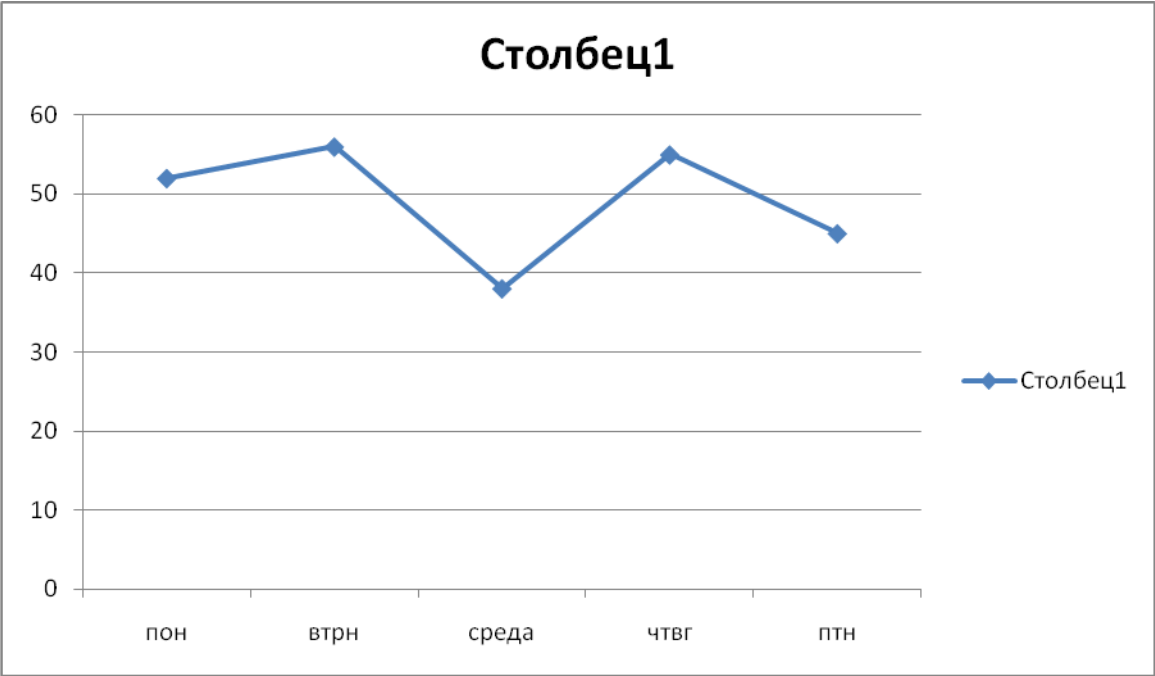
4 кл



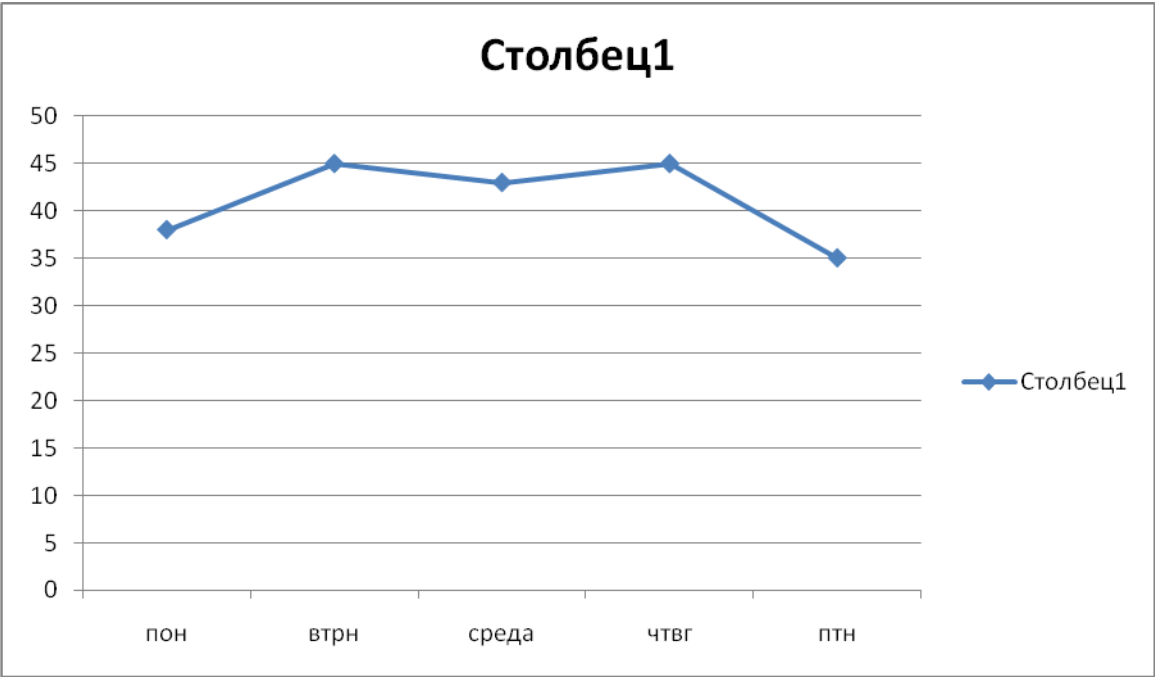
5 класс



6 класс



7класс



8 класс

