

**РАСПИСАНИЕ  
ЗАНЯТИЙ  
2017- 2018  
учебный год  
МБОУ «Лицей №1»**

## **Пояснительная записка к расписанию учебных занятий МБОУ «Лицей №1» города Усолье-Сибирское на 2017-2018 учебный год**

Расписание учебных занятий является документом, регламентирующим образовательный режим в инновационном образовательном учреждении.

Расписание учебных занятий составлено на основании учебного плана МБОУ «Лицей №1» на 2017-2018 учебный год, утвержденного директором МБОУ «Лицей №1», согласованного отделом образования управления по социально-экономическим вопросам администрации города Усолье-Сибирское Иркутской области.

При составлении расписания были максимально учтены методические рекомендации по составлению расписания общеобразовательных учреждений (учет наиболее эффективных дней, чередование предметов различной сложности, погружение в предмет, уровень профессиональной компетенции педагогов в применении здоровьесберегающих технологий, профилактики утомления).

Важным при составлении расписания и расчета учебной нагрузки обучающихся является «удельный вес» предметов, составляющих профильное ядро каждого профиля, зачисление на который осуществляется обучающимися мотивированно, с согласования желаний ребенка и его родителей (основание - «Договор о сотрудничестве МБОУ «Лицей №1» и родителей обучающегося»):

- ФМ (физико-математический) – математика, физика, информатика и ИКТ;
- ХБ (биолого-химический) – математика, биология, химия;
- СГ (социально-гуманитарный) – русский язык, литература, история, обществознание.

**С целью профилактики утомляемости и перегрузки обучающихся образовательного учреждения предусмотрены следующие подходы:**

- ✓ Организация учебного процесса на основе щадящих принципов:
  - принцип сдвоенных уроков в расписании, что значительно снижает объем домашнего задания (в среднем учащиеся готовятся по трем предметам ежедневно);
  - принцип рабочей субботы, что означает присвоение ей статуса 6-го рабочего дня в неделю (в субботу организуются учебные занятия, курсов лицейского компонента);
- ✓ Внедрение психологического компонента образовательной среды: решение проблем обратной связи через различные диагностики; оформление данных психологических портретах групп (ЛОП); обеспечение равновесия между адаптивными возможностями организма и образовательной средой лица;
- ✓ Внедрение здоровьесберегающих технологий педагогической психологии здоровья (психотерапии и психогигиены):
  - качественное улучшение медицинского обслуживания обучающихся;
  - организация внеурочной оздоровительной деятельности;
  - оптимизация учебной деятельности через освоение современных технологий развития интеллектуальных ресурсов, техник развития учебного труда, очень важного аспекта – снятия напряжения через сеансы релаксации в рамках предметов «ПОВиП: Психологические основы выбора и планирования карьеры»;
  - проведение измерения физических показателей развития каждого обучающегося лица через уроки и внеурочную деятельность по физической культуре;
  - организация санитарно-просветительской работы в образовательной среде;
  - проведение медицинских инструктажей с различными группами ребят перед организацией спортивно-оздоровительных мероприятий.

✓ Для осуществления принципа поддержки здоровья, сохранения работоспособности обучающихся в течение учебной недели установлен следующий режим питания лицеистов в лицейской столовой на основе комплексного расписания по индивидуальному графику с учетом занятий физической культурой и количеством занятий в день, а также дифференцированно с разном времени обедов по дням:

1 обед – 10.00 – 10.20

2 обед – 10.55 – 11.10

3 обед – 11.50 – 12.05

С 13.35 до 16.30 столовая работает в буфетном режиме.

Ответственный исполнитель \_\_\_\_\_ Вишнякова А.М., заместитель  
директора по УВР

**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
Геометрия	—	—	12	10	8
Физика	—	—	8	9	13
Алгебра	—	—	10	9	7
Экономика	—	—	—	—	11
Черчение	—	—	—	5	4
Мировая художественная культура (МХК)	—	—	8	5	5
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	—	—	—
География	—	7	6	6	5
Граждановедение	6	9	9	5	—
История	5	8	6	8	10
Ритмика	4	4	—	—	—
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

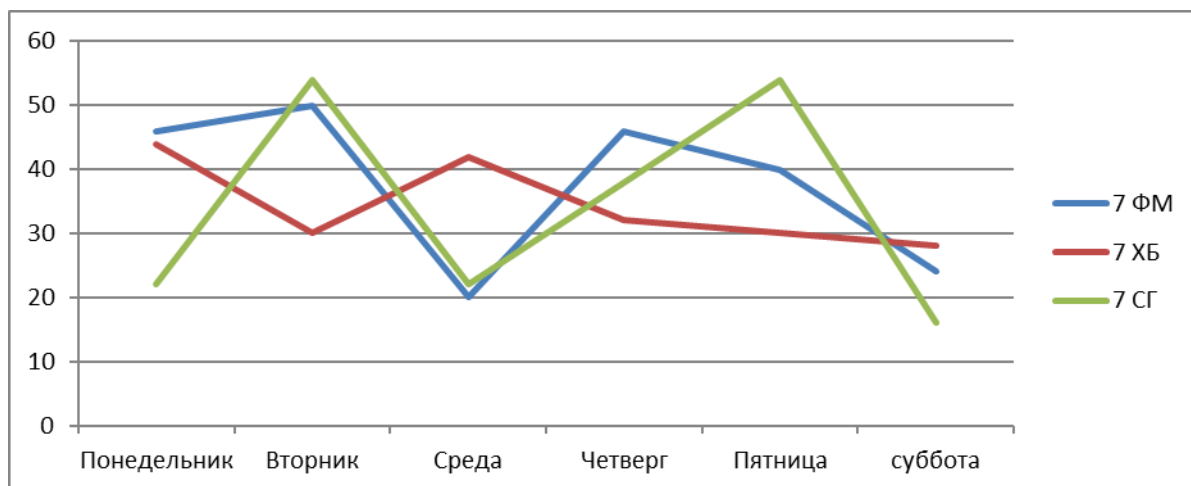
**Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 10 — 11 классах**

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)	Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Физика	12	Информатика, Экономика	6
Геометрия, Химия	11	История, Обществознание, МХК	5
Алгебра	10	Астрономия	4
Русский язык	9	География, Экология	3
Литература, Иностранный язык	8	ОБЖ, Краеведение	2
Биология	7	Физическая культура	1

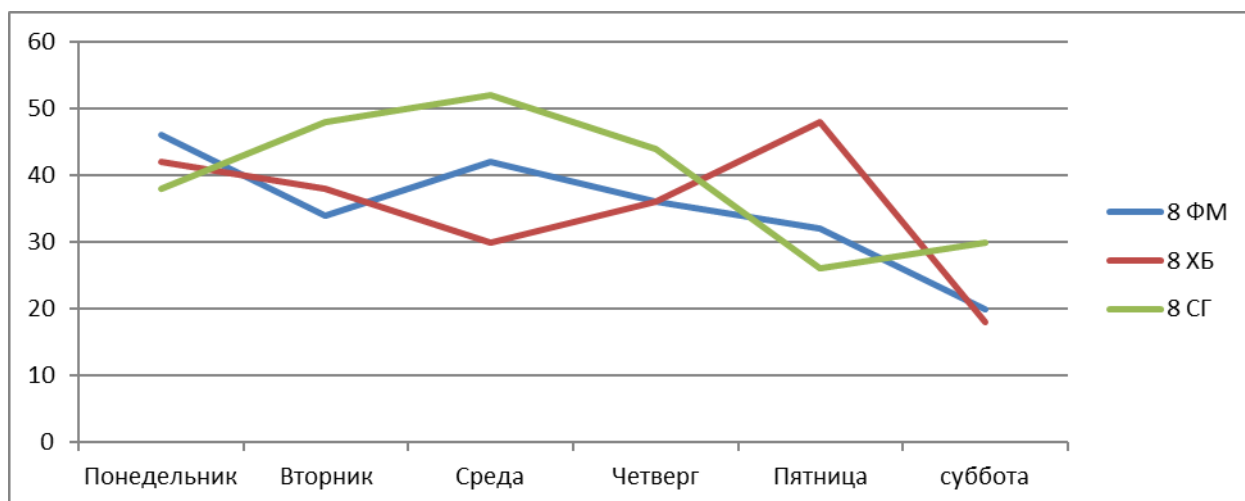
Анализ расписания уроков  
МБОУ «Лицей №1» на 2017-2018 учебный год  
по шкале Сивкова и на основании Приложения 3 к СанПин 2.4.2.2821-10

1. Верхняя неделя (четная)

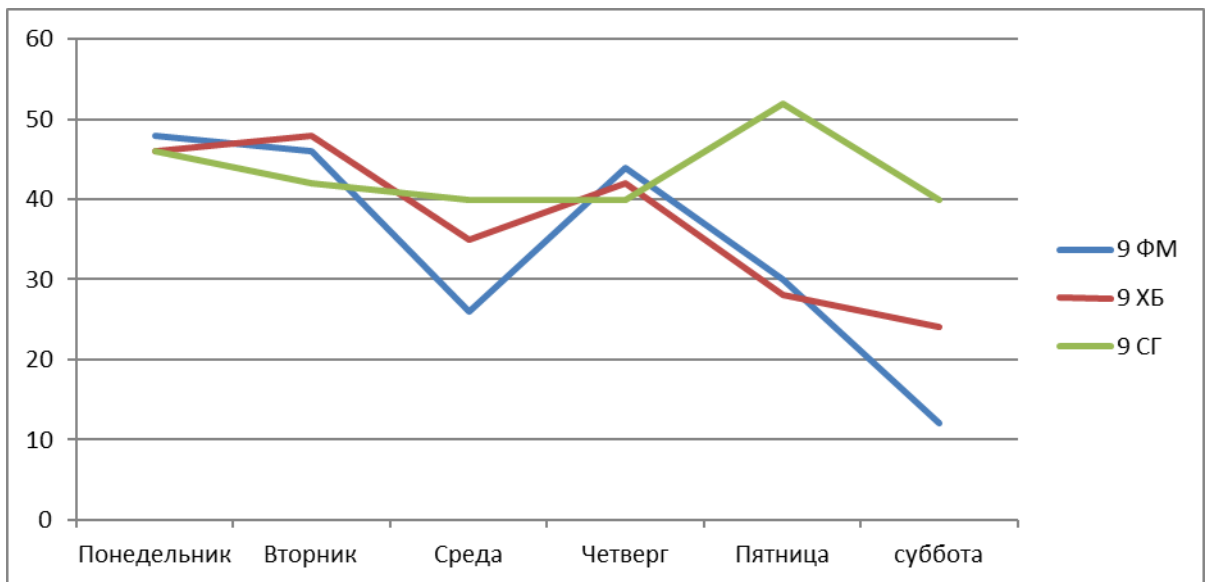
Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
7 ФМ	46	50	20	46	40	24
7 ХБ	42	30	44	32	30	28
7 СГ	22	54	22	38	54	16



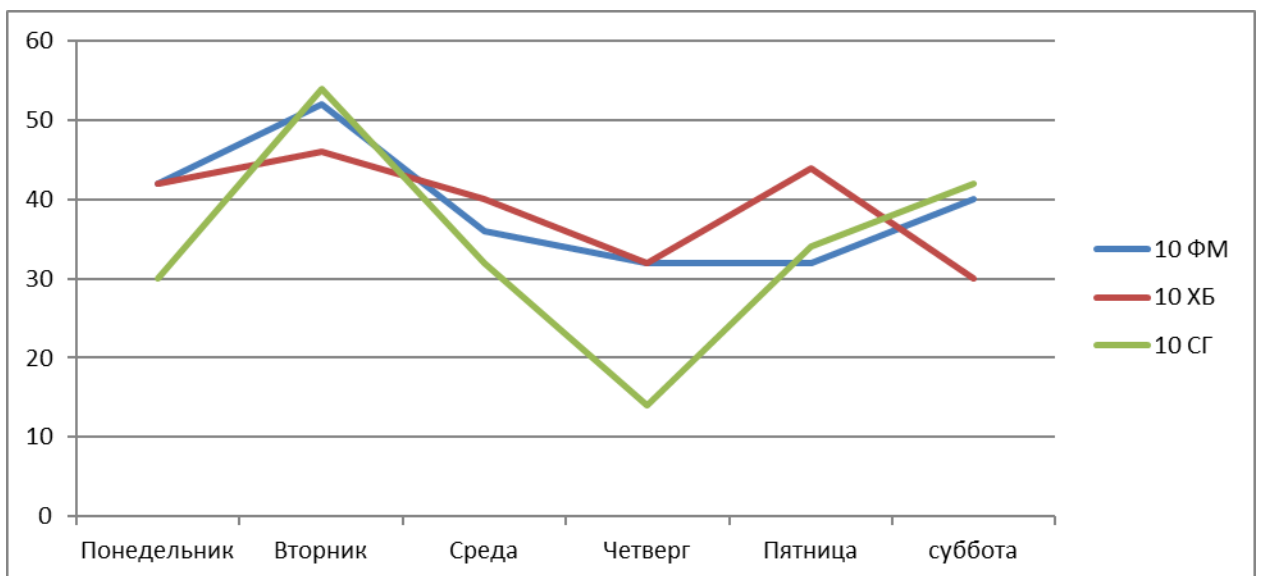
Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
8 ФМ	42	34	46	36	32	20
8 ХБ	42	38	30	36	48	18
8 СГ	40	48	52	44	24	30



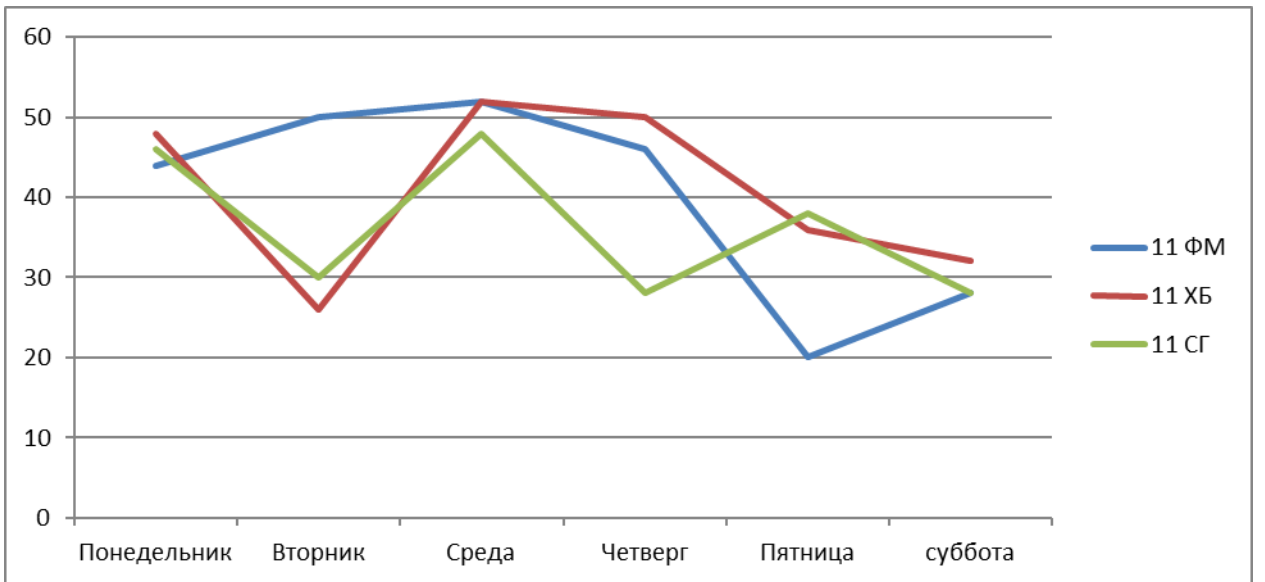
Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
9 ФМ	48	46	26	44	30	12
9 ХБ	46	48	35	42	28	24
9 СГ	46	42	40	40	52	40



Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
10 ФМ	42	52	36	32	32	40
10 ХБ	42	46	40	32	44	30
10 СГ	30	54	32	14	34	42

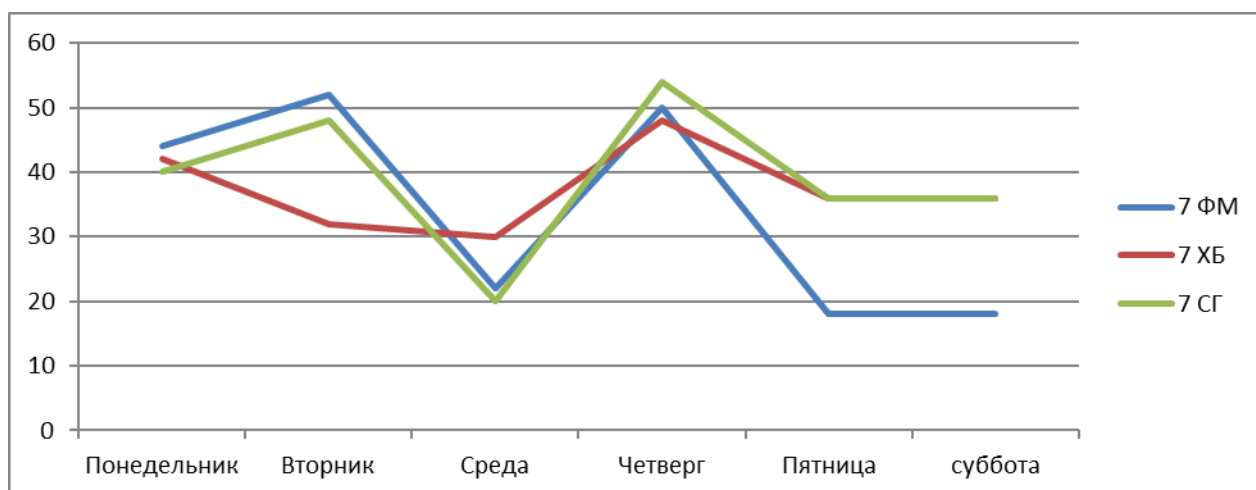


Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
11 ФМ	48	50	54	46	14	28
11 ХБ	48	22	54	50	34	36
11 СГ	46	30	48	28	38	28

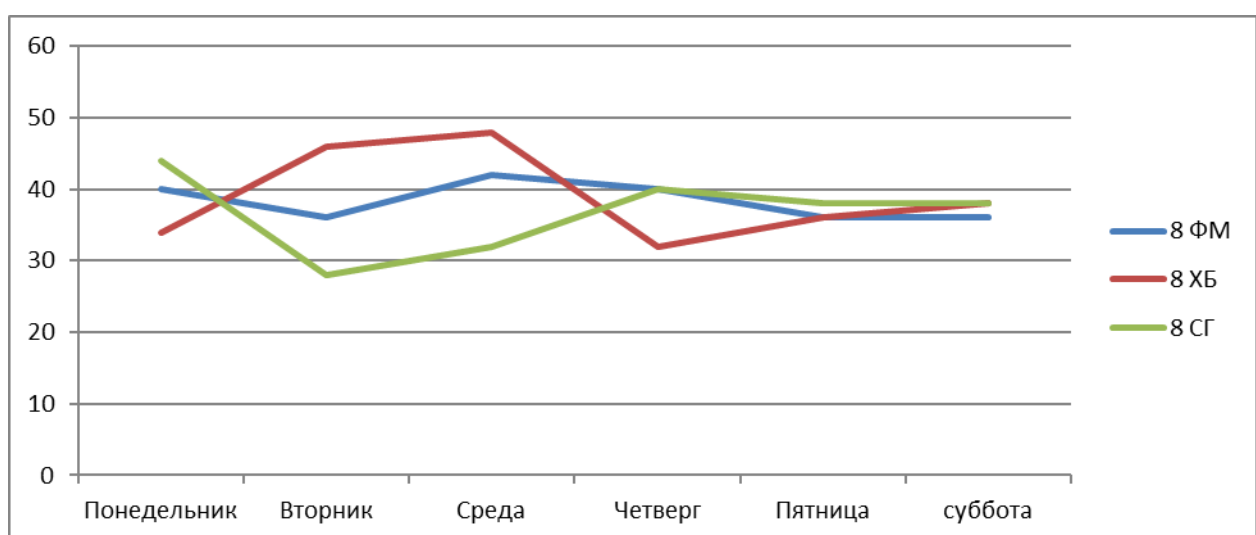


2. Нижняя неделя (четная)

Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
7 ФМ	44	52	22	50	18	18
7 ХБ	42	32	30	48	36	36
7 СГ	40	48	20	54	36	36

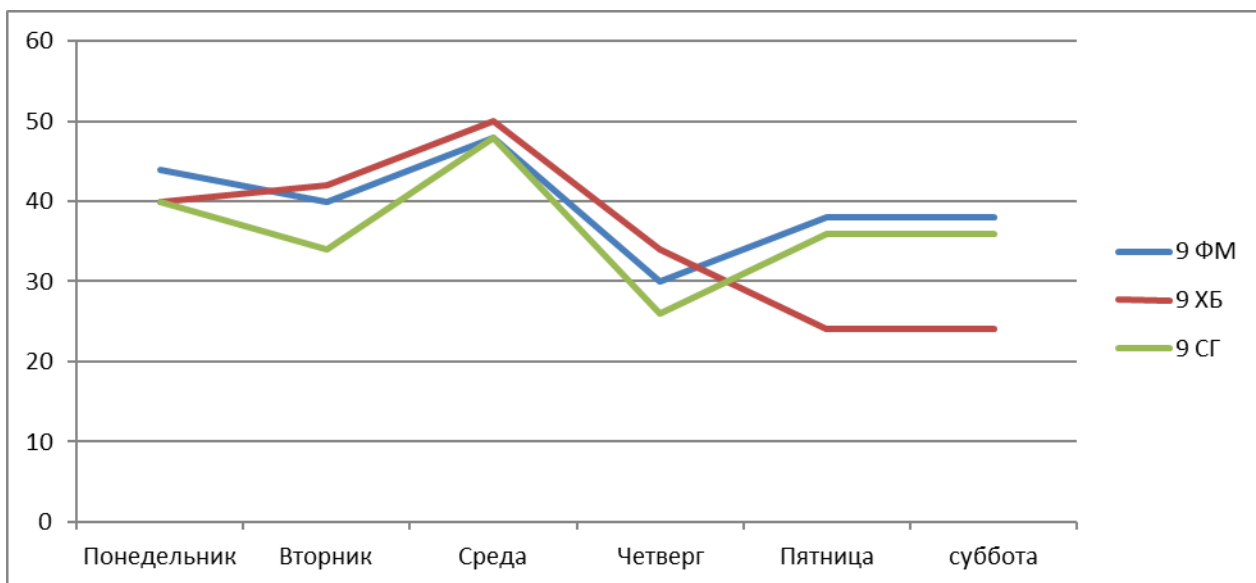


Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
8 ФМ	40	36	42	40	36	36
8 ХБ	34	46	48	32	36	38
8 СГ	44	28	32	40	38	38

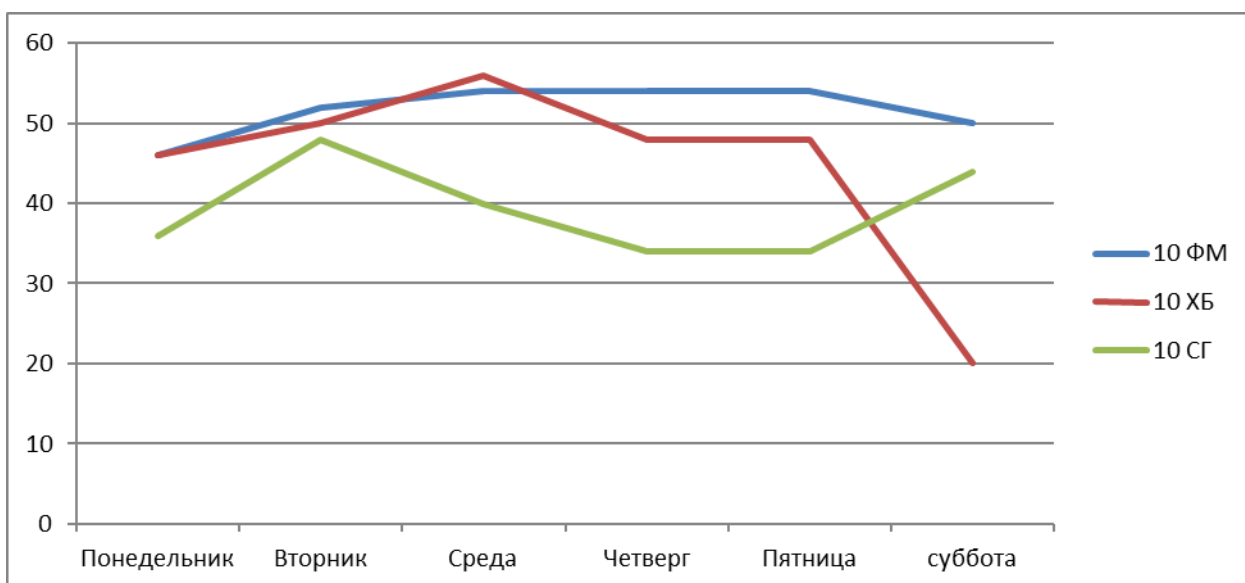


Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
9 ФМ	44	40	48	30	38	38
9 ХБ	40	42	50	34	24	24
9 СГ	40	34	48	26	36	36

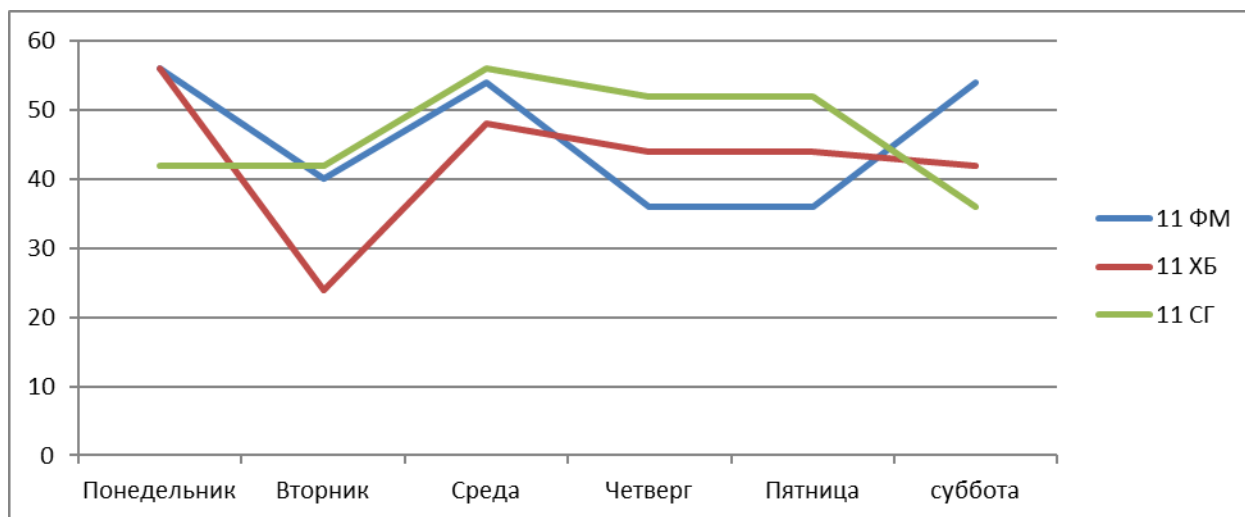




Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
10 ФМ	48	50	54	54	54	50
10 ХБ	46	50	56	48	48	20
10 СГ	36	38	40	34	34	54



Группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	суббота
11 ФМ	56	40	54	36	36	54
11 ХБ	56	24	48	44	44	42
11 СГ	42	42	56	52	52	36



### Анализ расписания занятий 2017-2018 учебный год МБОУ «Лицей №1»

Начало учебного процесса в первую смену в 8.30 часов. «Нулевые» уроки в расписании отсутствуют. Продолжительность учебной недели для обучающихся всех классов – 6 дней. Продолжительность занятия – 40 минут.

В связи с большой нагрузкой (свыше 30 часов) учителей математики, физики, химии и иностранного языка, сложные уроки, имеющие максимальную нагрузку (математика – 11 баллов, английский язык – 10 баллов) распределяются с 1 по 6 урок, следовательно, максимальная нагрузка может приходиться на любой, как продуктивный, так и непродуктивный урок.

Проблема возникла при составлении расписания для группы 10 В (СГ), т.к. в данной группе деление на подгруппы происходит только по одному единственному предмету – английский язык. В соответствии с учебным планом в данной группе на английский язык приходится 7 часов в неделю и в связи с тем, что данный предмет ведет один учитель (Арсенюк Е.И.), следовательно, английский язык в группе 10 СГ велся 1,2 и 5,6 уроками (1 и 3 парами), что нарушает санитарные требования по расстановке трудных предметов в расписание.

Учитель английского языка Давыдова Е.Н. ведет предмет в двух подгруппах в 7 Б (ХБ), что так же усложняет составление равномерного расписания.

Рациональное распределение предметов в течение учебного дня предполагает последовательное включение предметов гуманитарного, естественнонаучного и эстетического циклов в расписание уроков, а также чередование уроков повышенной сложности с облегченными занятиями.

Обучающиеся имеют возможность переключаться на разные виды деятельности в течение дня.

В составленном расписании уроков наибольшая интенсивность нагрузки приходится на вторник, среду и четверг, а в начале и конце рабочей недели суммарная нагрузка наименьшая. Расписание уроков строится с учетом шкалы трудности предметов, что соответствует требованиям СанПиН 2.4.2.2821 – 10 (см. Приложение)

Вишнякова А.М.