ПРИНЯТО» «УТВЕРЖДАЮ»

Педагогическим советом Директор МОУ ООШ №9

Протокол № \_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Ф.Артёмова

" \_\_\_ " \_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 г. приказом №\_\_\_\_ о/д

от " \_\_\_ " \_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**об основных требованиях к составлению расписания уроков**

**в Муниципальном общеобразовательном учреждении**

**«Основная общеобразовательная школа № 9»**

**Московская область, г. Подольска**

1. **Цели и задачи**
   1. Принять меры, направленные на сохранение работоспособности учащихся на высоком уровне во время прохождения учебного процесса согласно биоритмологическому оптимуму умственной работоспособности у детей школьного возраста (10 12 часов) для наибольшего усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма.
   2. Соблюдать гигиенические рекомендации к расписанию уроков (Приложение 3 к СанПин 2.4.2.2821-10).

**2. Общие положения**

**2.1**. При составлении расписания занятий учитывать степень утомляемости учащихся, которая зависит и определяется множеством социальных и психофизиологических факторов.

**2.2.** Для обучающихся I ступени обучения образования должны проводиться основные предметы на 2-м, 3-м уроках, а для обучающихся II ступени образования – на 2, 3, 4 уроках.

**2.3.** При составлении расписания учитывать неодинаковую умственную работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели: ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели.

**2.4**. Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший объем приходился на вторник и (или среду). На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие баллу по шкале трудности (таблица 1, 2) либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большом количестве, чем в остальные дни недели.

**2.5.** Планировать проводить изложение нового материала, контрольные работы на 2-4 уроках в середине учебной недели.

**2.6** Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку, не должны группироваться в один день.

**2.7.** При составлении расписания уроков для обучающихся начальных и средних классов необходимо пользоваться таблицами 1 – 2, в которых трудность каждого учебного предмета ранжируется в баллах.

**2.8.** При правильно составленном расписании уроков наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов должно приходиться на вторник и (или) среду.

**Шкала трудности предметов для 1-4 классов**

|  |  |
| --- | --- |
| **Общеобразовательные предметы** | **Количество баллов** |
| математика | 8 |
| Русский | 7 |
| Природоведение, информатика | 6 |
| Русская литература | 5 |
| История (4 классов) | 4 |
| Рисование и музыка | 3 |
| Труд | 2 |
| Физическая культура | 1 |

**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 | - | - | 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 |

**2.9.** Рекомендуется начинать учебный день со спортивно-оздоровительной зарядки в течение 5 минут.

**2.10.** Для снижения уровня утомляемости учащихся имеет выполнение санитарных норм:

* соответствие наполняемости классов;
* кубатуре классного помещения;
* соблюдение норм освещения;
* своевременное проветривание учебных классов;
* соответствие типоразмеров мебели росту учащихся и многое другое.

**3. Основные требования для расписания занятий**

**3.1.** Необходимо создать наилучшие условия для обеспечения высокоэффективного труда учащихся, для чего необходимо:

* обеспечить строгий учет гигиены умственного труда учащихся разных возрастных групп, дневной и недельной динамики их работоспособности;
* учесть сложность учебных предметов для восприятия обучаемыми при одновременном учете эффективности их работоспособности в течение каждого отдельного рабочего дня и рабочей недели в целом.

**3.2.** Необходимо создать оптимальные условия для обеспечения единства урочной, внеурочной и внешкольной деятельности учащихся.

**3.3.** Необходимо обеспечивать высокий уровень эффективности труда учителя, недопущения снижения его работоспособности как в пределах одного рабочего дня, так и в течение рабочей недели, для чего необходимо:

* предусматривать в расписании «окна» для рационального использования сил педагогов, организации взаимопосещение уроков с целью обмена педагогическим опытом;
* предоставлять по возможности учителю методический день для повышения его педагогического мастерства.

**3.4.** Необходимо учесть материально-технические условия:

* предоставить всем учащимся и учителям равные возможности для занятий в соответствующих учебных кабинетах ОУ, кабинетах музыки, химии, физики и т.д.

**3.5.** Необходимо учесть требования нормативных документов, регулирующих работу ОУ.