

**АНАЛИЗ ШКОЛЬНОГО РАСПИСАНИЯ
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД
МБОУ «ШЕМЕТОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Цель контроля: выполнение гигиенических рекомендаций к расписанию уроков в соответствии с СанПиН 2.4.2.2821-10.

Расписание учебных занятий составлялось с учетом гигиенических рекомендаций к расписанию уроков СанПиН 2.4.2.2821-10:

- учет количества часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана школы (СанПиН 2.4.2.2821-10 Раздел 10, таблица 3 «Гигиенические требования к максимальным величинам недельной образовательной нагрузки»);
- учет динамики умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели в сочетании со сложностью предметов (СанПиН 2.4.2.2821-10 Приложение 3 «Гигиенические рекомендации к расписанию уроков», таблицы 1-3. Шкалы трудности учебных предметов);
- чередование учебных предметов в течение дня по сложности с целью предупреждения утомления обучающихся.

Анализируя составленное расписание можно сделать следующие выводы:

1. Расписание уроков составлено в соответствии с учебным планом школы, который разработан с учетом соблюдения норм максимально допустимой недельной нагрузки в академических часах для обучающихся.

Все обучающиеся занимаются по 5-ти дневной неделе. Величина недельной образовательной нагрузки не превышает.

2. Расписание уроков составлено так, что образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов – в сентябре-октябре - 3 урока по **35 минут**, 4 час - в игровой форме, в форме кружковых занятий; в ноябре-декабре – 4 урока по 35 минут; в январе-мае – 4 урока по **40 минут**;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 8-11 классов - не более 7 уроков.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и элективных занятий.

3. При составлении расписания уроков учтено чередование в течение дня и недели различных по сложности предметов естественно-математического и гуманитарного циклов.

Для 5-11 классов допускаются сдвоенные уроки по технологии, математике, русскому языку для проведения контрольных работ.

4. Расписание построено с учетом динамики умственной работоспособности обучающихся в **течение дня и недели** и шкалой трудности учебных предметов (СанПиН 2.4.2.2821-10).

Распределение интенсивности (по сумме баллов за день) учебной нагрузки **в течение недели** строится таким образом, что наибольший ее объем приходится на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включены предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности, либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели. А в начале (понедельник) и в конце (суббота) недели - наименьший объем интенсивности учебной нагрузки. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в четверг или пятницу (п.10.11 СанПиН 2.4.2.2821-10). Этот принцип соблюдается почти во всех классах за редким исключением в силу объективных причин .

5. Для обучающихся 1-4 классов кривая распределения учебной нагрузки в течение недели образовала один «подъем» - во вторник или среду. Современными научными исследованиями установлено, что биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста приходится на интервал 10 - 12 часов. В эти часы отмечается наибольшая эффективность усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма. Поэтому в расписании уроков обучающихся основные предметы проводятся на 2 - 3-х уроках.

Занятия физической культурой распределены с учётом нагрузки на спортивные залы, поэтому урок физкультуры стоит и на 1-х уроках, но в случае благоприятных погодных условий расписание корректируется, и урок физкультуры переносится на последние уроки.

Корректировка расписания:

Для обеспечения здоровьесберегающих технологий обучения всем учителям-предметникам выполнять следующие требования СанПиН 2.4.2.2821-10:

- Обеспечить рассадку, обучающихся, в соответствии с ростом и медицинскими показателями.
- С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз (СанПиН 2.4.2.2821-10).
- Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1-4 классах не должна превышать 7-10 минут, в 5-11 классах - 10-15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25-35см у обучающихся 1-4 классов и не менее 30-45 см - у обучающихся 5-11 классов.
- Соблюдать продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения согласно таблице 5 СанПиН 2.4.2.2821-10. После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз (приложение 5 СанПиН 2.4.2.2821-10), а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления (приложение 4 СанПиН 2.4.2.2821-10).
- Обеспечить соблюдение гигиенических норм организации учебно-воспитательного процесса (уровень искусственной освещенности, проветривание помещения, чистота и т.д.).