

Утверждаю
 Директор школы:
 _____/О.В.Косинская/
 «31 августа 2021г»

Расписание уроков МКОУ Баклушинской СШ на 2021-2022 учебный год

	№ ур	классы										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
П О Н Е Д Е Л И	1	Рус.яз	Физ-ра	Рус.яз	Нем.яз	технол	Рус.яз	Литер	Химия	матем	Инф.те	физик
	2	Матем	Рус.яз	Нем.яз	Рус.яз	Фи-ра	Литер	технол	Матем	Химия	литер	физик
	3	Окр.мир	Нем.яз	матем	Физ-ра	Рус.яз	Матем	Биолог	Рус.яз.	Физика	Нем.яз	обж
	4	Физ-ра	матем	Лит.чт	Матем	матем	Биолог	Рус.яз	обж	литер	физика	Нем.яз
	5			Физ-ра	Лит.чт	музыка	Рус.язык	матем	Нем.яз.	физика	Рус.яз	Биолог
	6					Нем.яз	технол	обж	Физ-ра	Физика	матем	матем
	7							Инф-ка	географ	Физ-ра	физика	Об-во
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
В Т О Р Н И К	1	Лит.чт	Рус.яз.	Рус.яз.	Рус.яз.	история	Матем	Физ-ра	биолог	Литер	Иск-во	Инф.те
	2	матем	Л.чтение	Матем	Окр.ми	Географ	Рус.яз.	матем	Рус.яз	биолог	Физ-ра	ОП
	3	Рус.яз.	Матем	ИЗО	Музыка	Физ-ра	изо	Рус.яз	физика	Рус.яз	матем	Химия
	4	технол	Окр.мир	Окр.ми	Литер.	Рус.язык	Нем.яз	физика	Об-во	матем	химия	Литер
	5			Физ-ра	ОСЭ	матем	литер	биолог	истор	Нем.яз	Литер	матем
	6					Нем.яз	Музык	географ	матем	истор	обж	Физ-ра
	7								Нем.яз	географ	опд	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
С Р Е Д А	1	Матем.	Рус.яз.	Рус.яз.	Матем	Рус.яз	нем.яз	Матем	биолог	Опс	Род.яз	Истор
	2	литер	Лит.чтен	Лит.чт	Рус.яз	литер	Физ-ра	истор	матем	биолог	Литер	Нем.яз
	3	Рус.яз.	технол	матем	Физ-ра	матем	Истор	Рус.яз	химия	Литер	Нем.яз	Матем
	4	изо	Физ-ра	Технол	технол	изо	Рус.яз	Музыка	истор	Нем.яз	матем	Литер
	5		изо		ОПК	история	литер	Ин.яз	Физ-ра	матем	Об-во	Рус.яз
	6					с/к ОСЭ	матем	Физ-ра	Технол	Рус.яз	истор	обж
	7							технол	Р.рус.яз	Об-во	матем	матем
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Ч Е Т В Е Р Г	1	Рус.яз	Рус.яз.	Рус.яз	Нем.яз	Матем	Физ-ра	Литер	географ	Инф-ка	астрон	Иск-во
	2	Физ-ра	Нем.яз	Музык	Матем	рус.яз	географ	истор	изо	Р.р.яз/р.р.л	матем	истор
	3	Матем	Лит.чт	Нем.яз	Рус.яз	литер	Об-во	матем	Рус.яз	географ	Физ-ра	Нем.яз
	4	Лит.чт	матем	Физ-ра	Лит.чт	Нем.яз	Рус.яз	географ	литер	матем	биолог	Об-во
	5		Физ-ра	Лит.чт	Окр.м	Р.р.яз/л	матем	Нем.яз	музыка	обж	химия	Матем
	6					Физ-ра	технол	Р.рус.яз	матем	Нем.яз	обж	химия
	7											Физ-ра
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
П Я Т Н И Ц А	1	Лит.чт	Матем	Р.яз./л	Род.яз/р.л	Матем	Физ-ра	Рус.яз	Инф-ка	истор	биолог	Род.яз
	2	Р.яз/ли	Окр.мир	Л.чтен.	Изо	Рус.яз	история	Матем	литер	Физ-ра	Нем.яз	биолог
	3	Физ-ра	Музыка	Матем	матем	Биолог	Р.р.яз/л	Нем.яз	физика	Рус.яз	матем	матем
	4	Окр.мир	Р.яз/л	Окр.м.	Физ-ра	литер	матем	изо	Нем.яз	химия	ОП	литер
	5	музыка	Лит.чт			технол	Рус.яз	Об-во	матем	Анг.яз	истор	Физ-ра
	6						Нем.яз	физика	Физ-ра	матем	Об-во	Ин-ка
	7										Физ-ра	

Ректор - 2010-2011 учебный год.gtt

Файл Настройки Справка

Списки Нагрузки Расписание Замены

Классы Предметы Кабинеты Учителя

Добавить Изменить Удалить Печатать

	Предмет	Шкала трудности	Образовательная область
1	Алгебра	11, 11, 11, 11, 11, 11, 11	Математика
2	Англ. яз.	10, 10, 10, 10, 10, 10, 10	Филология
3	Биология	10, 10, 10, 10, 10, 10, 10	Естествознание
4	География	6, 6, 6, 6, 6, 6, 6	Обществознание
5	Геометрия	11, 11, 11, 11, 11, 11, 11	Математика
6	Изо	2, 2, 2, 2, 2, 2, 2	Искусство
7	Ист. города	8, 8, 8, 8, 8, 8, 8	Обществознание
8	История	8, 8, 8, 8, 8, 8, 8	Обществознание
9	Литература	7, 7, 7, 7, 7, 7, 7	Филология
10	Математика	11, 11, 11, 11, 11, 11, 11	Математика
11	Музыка	1, 1, 1, 1, 1, 1, 1	Искусство
12	ОБЖ	1, 1, 1, 1, 1, 1, 1	Физическая культура
13	Право	10, 10, 10, 10, 10, 10, 10	Обществознание
14	Природоведение	6, 6, 6, 6, 6, 6, 6	Естествознание
15	Русский яз.	7, 7, 7, 7, 7, 7, 7	Филология
16	Труд	4, 4, 4, 4, 4, 4, 4	Технология
17	Физика	9, 9, 9, 9, 9, 9, 9	Естествознание
18	Физ-ра	5, 5, 5, 5, 5, 5, 5	Физическая культура
19	Химия	10, 10, 10, 10, 10, 10, 10	Естествознание
20	Экономика	10, 10, 10, 10, 10, 10, 10	Обществознание

Всего - 20

	1кл	2кл	3кл	4кл	5кл	6кл	7кл	8кл	9кл	10кл	11кл
пон	19	23	20	23	38	38	40	46	46	44	52
вт	22	23	23	25	44	46	51	50	51	50	45
ср	24	26	27	25	38	41	42	42	51	41	52
чет	21	25	25	28	45	48	51	52	52	56	45
пят	23	26	26	26	41	38	42	49	43	47	53
Суб	-	21	23	21	37	34	34	34	35	41	40

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К РАСПИСАНИЮ УРОКОВ

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 для обучающихся I ступени обучения образования основные предметы должны проводиться на 2 - 3-х уроках, а для обучающихся II и III ступени образования - на 2, 3, 4 уроках.

Неодинакова умственная работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели. Ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели.

Поэтому распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности (таблица 1, 2, 3 настоящего приложения) либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели. Изложение нового материала, контрольные работы следует проводить на 2 - 4 уроках в середине учебной недели.

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

При составлении расписания уроков для обучающихся начальных, средних и старших классов необходимо пользоваться таблицами 1 - 3, в которых трудность каждого учебного предмета ранжируется в баллах.

Занятия физической культурой рекомендуется предусматривать в числе последних уроков. После уроков физической культуры не проводятся уроки с письменными заданиями и контрольные работы.

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

Таблица 1

Шкала трудности предметов для 1 - 4 классов

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский (национальный, иностранный язык)	7
Природоведение, информатика	6
Русская (национальная) 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 (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, иностраный язык	8	ОБЖ, Краеведение	2
Биология	7	Физическая культура	1