

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МКОУ «Специальная школа № 30»  
города Новокузнецка

  
Л.Р. Чаузова  
Приказ № 164 от «30» 08.2021г.



**Расписание уроков  
и занятий по внеурочной деятельности  
МКОУ «Специальная школа № 30»  
2021 – 2022 учебный год  
I полугодие**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МКОУ «Специальная школа № 30»  
города Новокузнецка

\_\_\_\_\_ Л.Р. Чаузова  
Приказ № 164 от «30» 08. 2021г.

**Расписание уроков  
и занятий по внеурочной деятельности  
МКОУ «Специальная школа № 30»  
2021 – 2022 учебный год  
I полугодие**

## Пояснительная записка

Расписание уроков и внеурочной деятельности МКОУ «Специальная школа № 30» на 2021 - 2022 учебный год составлено с учётом следующих нормативных документов:

- Типовое положение об общеобразовательном учреждении, утвержденное постановлением правительства РФ от 19.03.2001 №196 (в редакции от 20.07.2007 №459), п. 41.
- Санитарно-эпидемиологические правила «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи. СанПиН 2.4.3648-20», утвержденные Главным государственным санитарным врачом РФ 28.09.2020 № 28.
- Санитарно-эпидемиологические правила «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания. СанПиН 1.2.3685-21», утвержденные Главным государственным санитарным врачом РФ 28.01.2021 №2.
- Санитарно-эпидемиологические правила «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». СанПиН 2.4.2.3286-15, утвержденные Главным государственным санитарным врачом РФ 10.07.2015 №26.
- Устав ОУ.
- Учебный план МКОУ «Специальная школа № 30» на 2021-2022 учебный год.

При формировании расписания уроков на I полугодие 2021 – 2022 учебного года учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности обучающихся.

МКОУ «Специальная школа № 30» - школа полного дня. Образовательное учреждение занимается в одну смену. Занятия в 1 дополнительном, 1-4 классах ведутся по 5-ти дневной учебной неделе.

Количество уроков по дням недели в начальном звене не превышает пяти.

В целях обеспечения процесса адаптации учащихся 1-х классов, обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия организуются в первую смену по 5-ти дневной учебной неделе (п.8.2);
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре – декабре занятия до 35 минут каждый; январь - май – до 40 минут каждый).

С целью реализации «ступенчатого» метода постепенного наращивания учебной нагрузки в первом (первом дополнительном) классе, в п.8.6.

санитарно-эпидемиологических правил «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» 2.4.2.3286-15, сказано: «... в сентябре, октябре – по 3 урока в день до 35 минут каждый, в ноябре – декабре – по 4 урока до 35 минут каждый; январь – май – по 4 урока до 40 минут каждый».

На основании гигиенической оценки расписания, которая проведена с использованием таблицы шкалы трудности предметов для 1 - 4 классов (Приложение 3 к СанПиН 2.4.2.2821-10) можно сделать вывод, что основная нагрузка в начальном звене приходится на вторник, в среду или четверг – облегченный день, к пятнице она снижается (см. приложение).

Учебная нагрузка в первый и последний день недели меньше, чем в середине недели

Для проведения уроков иностранного языка классы поделены на две подгруппы.

В оздоровительных целях в школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объёме не менее 2ч 00 мин.

Такой объём складывается из комплекса мероприятий:

- проведение утренней гимнастики до учебных занятий;
- физкультминутки на уроке, не менее 2-х раз;
- пальчиковая гимнастика перед каждым видом письма и чтения;
- гимнастика для глаз;
- подвижные игры на переменах;
- уроки физкультуры и логопедической ритмики;
- внеклассные спортивные занятия и соревнования.

Учебные занятия начинаются с 8ч 30мин, без проведения нулевых уроков, обучение только в первую смену.

Между началом занятий внеурочной деятельности и последним уроком (1 дополнительный, 1-4 класс) есть перерыв продолжительностью до 45 мин для подвижных игр на воздухе.

Сдвоенных уроков в 1 дополнительном, 1 – 4 классах нет.

В расписании чередуются в течение дня и недели предметы урочной деятельности («... состоит из часов обязательной части и части, формируемой участниками отношений» (п.8.3 СанПиН 2.4.2.3286-15)) с занятиями внеурочной деятельностью, из которых «не менее 5 часов предусматривается на реализацию обязательных занятий коррекционной направленности, остальные – на развивающую область с учётом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей» (п. 8.3 СанПиН 2.4.2.3286-15). Занятия по направлениям внеурочной деятельности

проводятся в свободное от занятий коррекционно-развивающих курсов время, в соответствии с режимом работы воспитателей.

Продолжительность перемен между уроками составляет 10, 15, 20 мин. (п.8.5 СанПиН 2.4.2.3286-15).

В связи с эпидемиологической обстановкой, с целью сохранения здоровья обучающихся, в 2021-2022 учебном году организуется ступенчатое начало учебных занятий:

- 08.30 – 1 (дополнительный), 1, 3 классы;
- 08.45 - 2, 4 классы.

В школе разработан и соблюдается режим проветривания помещений (расписание ступенчатое):

<b>1 (дополнительный), 1 В классы (набор 2021-2022)</b>	<b>1 А, Б (+ дополнительный), 3 классы</b>	<b>2, 4 классы</b>
8.00 - 8.15	8.00 - 8.15	8.15 - 8.30
9.05 - 9.10	9.15 - 9.20	9.25 - 9.30
9.55-10.00	10.05-10.10	10.20-10.25
10.40-10.45	11.00-11.05	11.15-11.20
11.35- 11.40	12.00- 12.05	12.15- 12.20
12.20-12.25	13.00-13.05	13.15-13.20

Проветривание учебных кабинетов во второй половине дня осуществляется в соответствии с режимными моментами каждой группы продлённого дня.

График приёма пищи обучающимися:

	<b>1 (дополнительный), 1 В классы (набор 2021-2022)</b>	<b>1 А, Б (+ дополнительный), 3 классы</b>	<b>2, 4 классы</b>
<b>Завтрак</b>	9.05-9.15	9.15-9.25	10.20-10.30
<b>Обед</b>	12.20-12.40	12.00-12.20	13.15-13.35
<b>Полдник</b>	15.10-15.20	15.00-15.10 (1 кл.) 15.30.15.40 (3 кл.)	15.30.15.40 (2 кл.) 15.40.15.50 (4 кл.)

### **Расписание звонков: 1 (дополнительный), 1А, Б, В классы (I полугодие)**

	Время урока	Перемена
1 урок	8.30-9.05	15
2 урок	9.20-9.55	10
3 урок	10.05 -10.40	10
Динамическая пауза	10.50-11.35	10
4 урок	11.45- 12.20	20
5 урок	12.40-13.20	

### **Расписание звонков: 1 (дополнительный), 1А, Б, В классы (II полугодие)**

	Время урока	Перемена
1 урок	8.30-9.10	15
2 урок	9.25-10.05	15
3 урок	10.20-11.00	20
4 урок	11.20 -12.00	20
5 урок	12.20-13.00	20

### **Расписание звонков: 3 классы**

	Время урока	Перемена
1 урок	8.30-9.10	15
2 урок	9.25-10.05	15
3 урок	10.20-11.00	20
4 урок	11.20 -12.00	20
5 урок	12.20-13.00	20

### **Расписание звонков: 2, 4 классы**

	Время урока	Перемена
1 урок	8.45-9.25	15
2 урок	9.40-10.20	15
3 урок	10.35-11.15	15
4 урок	11.30 -12.10	10
5 урок	12.20-13.00	20

**Расписание звонков занятий внеурочной деятельности:  
1 (дополнительный), 1- 4 классы**

	Время занятия	Перемена
1 внеурочное занятие	13.00-13.30	10
2 внеурочное занятие	13.40-14.10	10
3 внеурочное занятие	14.20-14.50	10
4 внеурочное занятие	15.00-15.30	10
5 внеурочное занятие	15.40-16.10	10

**Расписание звонков: 1 (дополнительный), 1-4 классы на период организации дистанционного обучения,** в связи с эпидемиологической обстановкой:

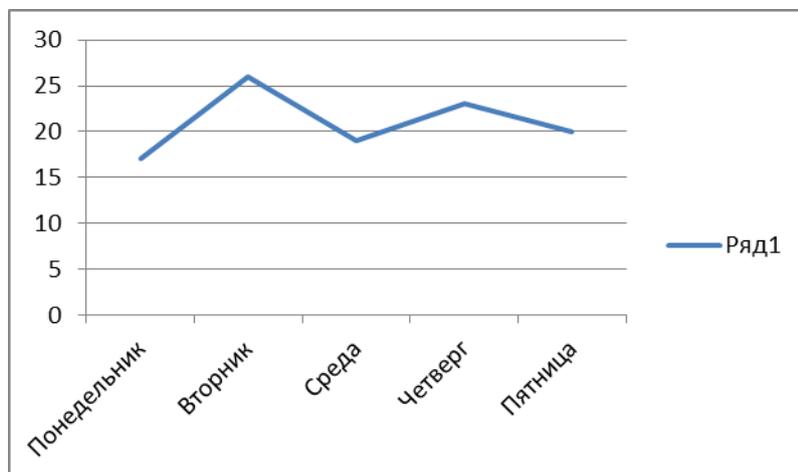
	Время урока	Перемена
1 урок	9.00-9.30	15
2 урок	9.45-10.15	15
3 урок	10.30-11.00	15
4 урок	11.15 -11.45	15
5 урок	12.00-12.45	40
1 внеурочное занятие	13.25-13.55	10
2 внеурочное занятие	14.05-14.35	10
3 внеурочное занятие	14.45-15.15	10
4 внеурочное занятие	15.25-15.55	10
5 внеурочное занятие	16.05-16.35	

**Распределение учебной нагрузки: диагностика расписания  
(приложение 1)**

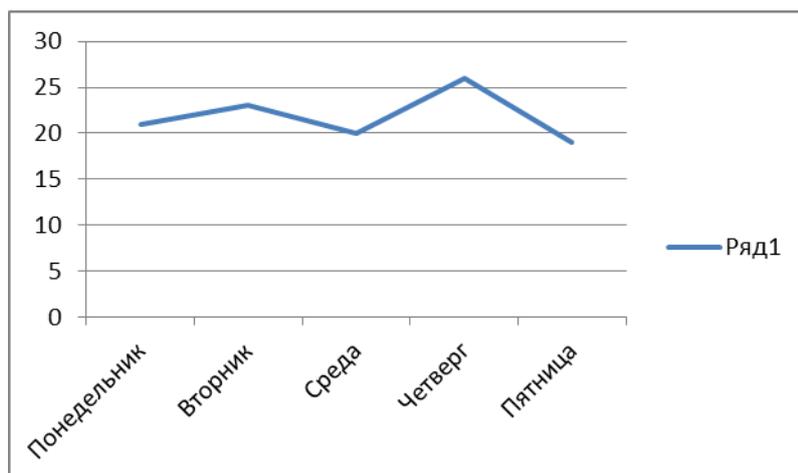
Дни недели	Класс											
	1 доп.	1 А	1Б	1 В	2А	2Б	3А	3 Б	4 А	4 Б	4В	
Понедельник	17	21	18	18	21	24	20	20	23	24	23	
Вторник	26	23	27	26	27	27	32	27	27	27	27	
Среда	19	20	23	21	23	21	21	25	21	23	21	
Четверг	23	26	23	23	29	29	27	27	27	25	29	
Пятница	20	19	18	21	21	22	23	24	23	21	23	

## Распределение учебной нагрузки: диагностика расписания (приложение 2)

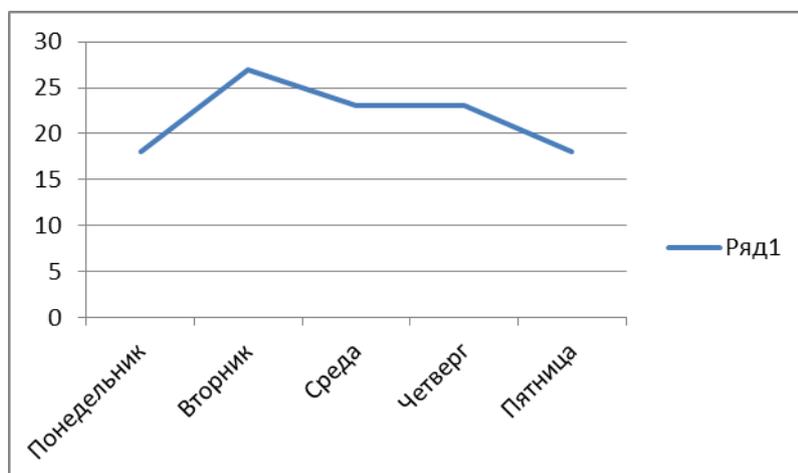
### 1 (дополнительный) класс



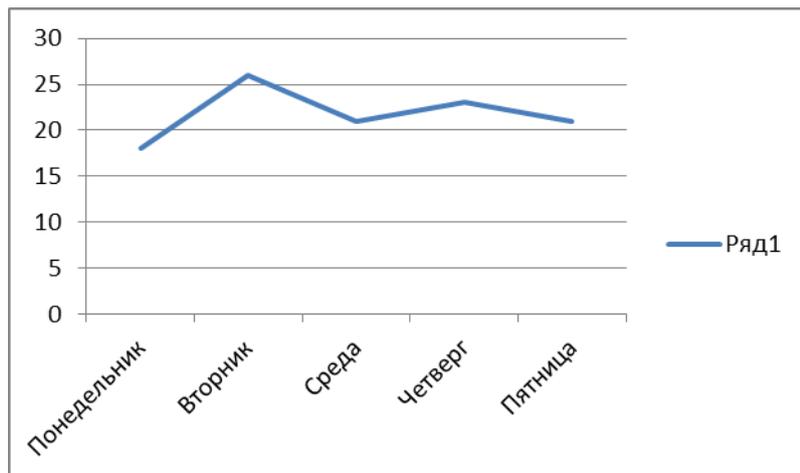
### 1 А класс



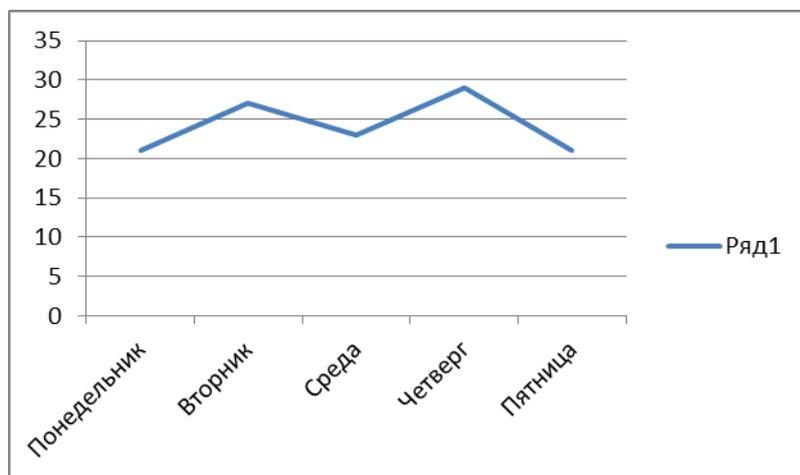
### 1 Б класс



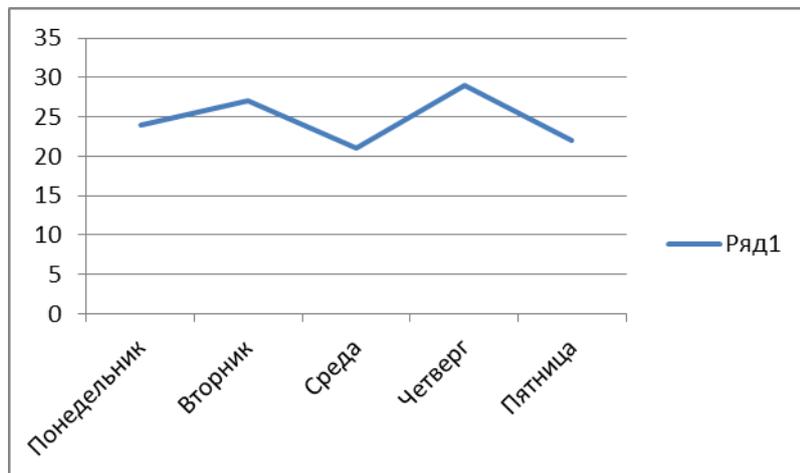
## 1В класс



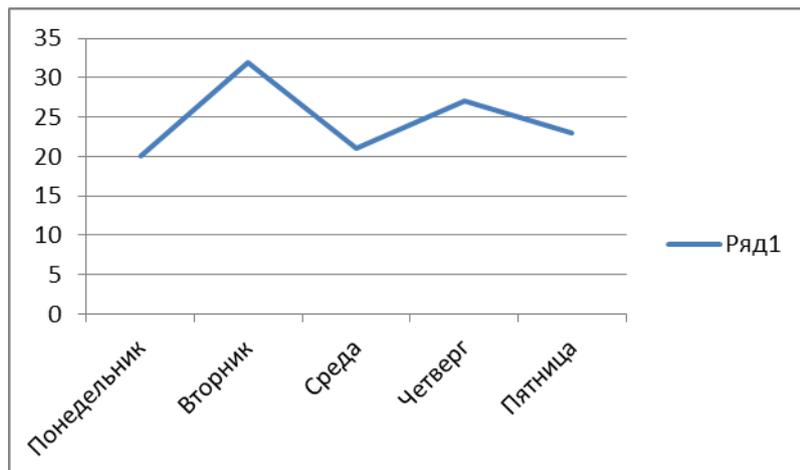
## 2 А класс



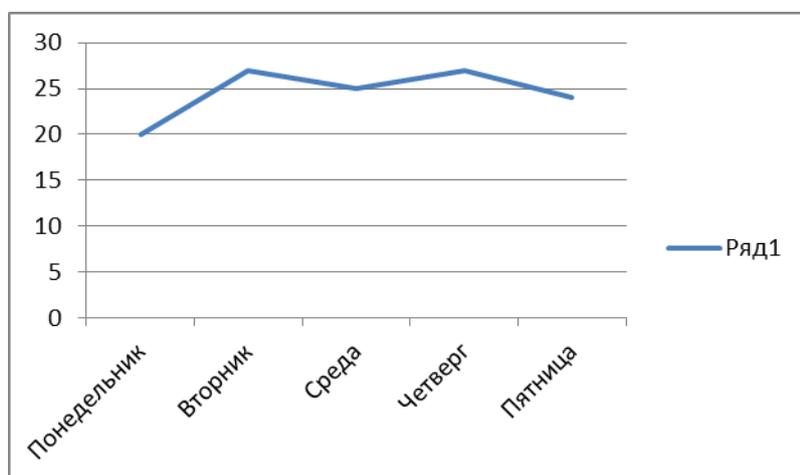
## 2 Б класс



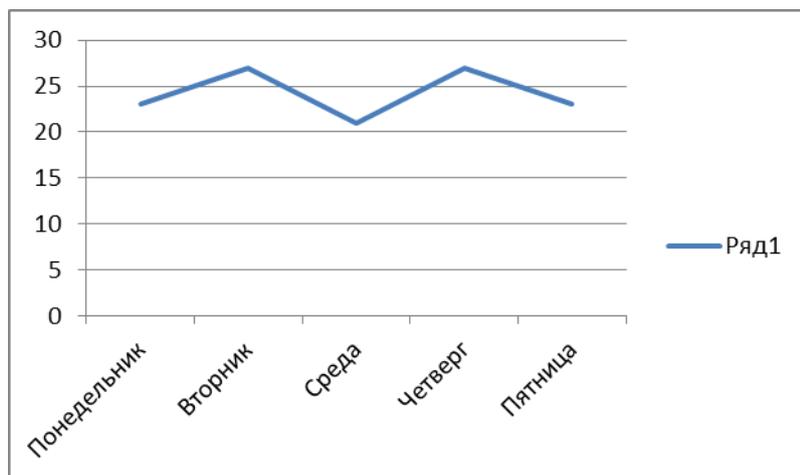
### 3 А класс



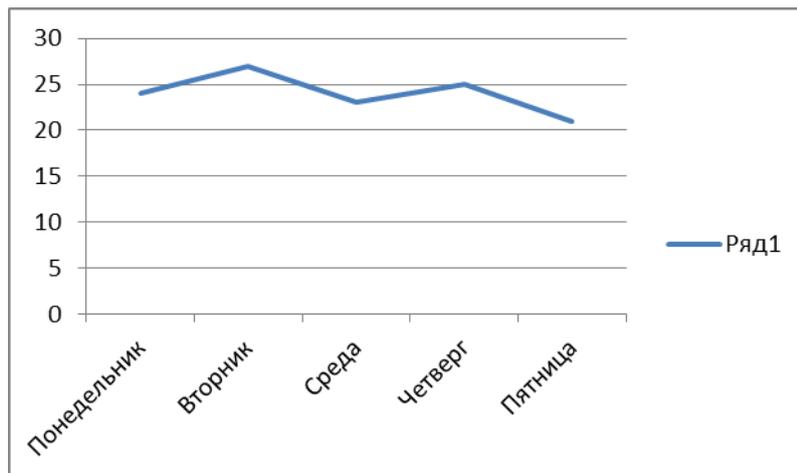
### 3 Б класс



### 4 А класс



## 4 Б класс



## 4 В класс

