



Oddział Higieny  
Dzieci i Młodzieży  
WSSE w Poznaniu

## Temat: Rozkład zajęć lekcyjnych

Prawidłowo ułożony rozkład zajęć lekcyjnych wpływa na możliwości psychofizyczne dzieci i młodzieży, a tym samym na jakość pracy uczniów na przestrzeni całego tygodnia i osiągnięte wyniki w nauce.

Zgodnie z §4 rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach z dnia 31 grudnia 2002r. (Dz. U. 2003 Nr 6, poz. 69 ze zm.) plan zajęć dydaktyczno - wychowawczych powinien uwzględniać potrzebę równomiernego obciążenia zajęciami w poszczególnych dniach tygodnia. W związku z powyższym zaleca się, by zajęcia lekcyjne rozpoczynać o stałej porze, tak by różnica pomiędzy dniami nie była większa niż 1 godzina, oraz by różnica liczby godzin lekcyjnych pomiędzy kolejnymi dniami tygodnia nie przekraczała 1 godziny.



## Higieniczny rozkład zajęć lekcyjnych powinien uwzględnić także potrzeby:

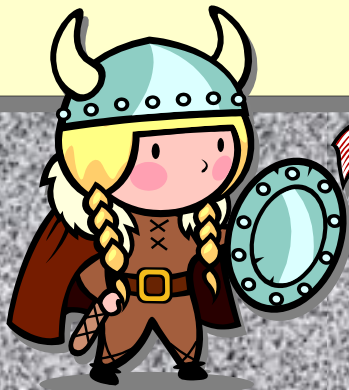
- ✚ przestrzegania limitu godzin w danym dniu:
  - ✗ w klasach I - III: 5 godzin,
  - ✗ w klasach IV -V: 6 godzin,
  - ✗ w klasach VI, gimnazjum i szkołach ponadgimnazjalnych: 7 godzin - z wyjątkiem szkół, których program wymaga większej liczby godzin,
- ✚ różnorodności zajęć w każdym dniu (co najmniej jedną godzinę lekcyjną przeznaczyć na zajęcia z elementami ruchu, szczególnie w dniu w którym występuje maksymalna liczba godzin)

- ✚ niełączenia w kilkugodzinne bloki zajęć z tego samego przedmiotu, za wyjątkiem przedmiotów, których program tego wymaga,
- ✚ zachowania przerw międzylekcyjnych (jedna przerwa 20 minutowa, a pozostałe nie krótsze niż 10 minut; w przypadku braku przerwy 20 minutowej dopuszcza się dwie przerwy 15 minutowe; przerwy 5 minutowe dopuszcza się w wyjątkowych sytuacjach np. przy dowożeniu uczniów).

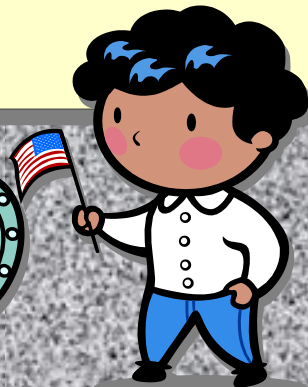


Oddział Higieny  
Dzieci i Młodzieży  
WSSE w Poznaniu

*historia*



*język obcy*



*plastyka*



*chemia*



*wychowanie fizyczne*

