



Врио директора МБОУ СОШ
с. Большие Санники
Головкова Г.В.
Приказ № 72 от 30.08.2024 г.

Расписание уроков

**начального общего, основного общего,
среднего общего образования**

муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней

общеобразовательной школы с. Большие Санники

Ульчского муниципального района Хабаровского края

2024-2025

Пояснительная записка к расписанию

Расписание уроков на 2024/2025 учебный год составлено в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273;
- письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 10.11.2023г. МР 2.4.0331-23 «О направлении методических рекомендаций по оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных учреждениях
- СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» ;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы.

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2024/2025 учебный год, учебными программами по предметам. Так же учитывались сведения о распределении учебной нагрузки преподавателей, распределении классного руководства, о режиме работы школы, сведения о количестве классов на начало учебного года. При формировании расписания уроков на 2024/ 2025 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов (СП 1.2.3685-21).

Образовательное учреждение занимается в одну смену.

Наиболее рационально составлено расписание уроков для обучающихся начальных классов. Это объясняется тем, что почти все уроки проводят сами учителя начальных классов, исключение составляют такой предмет, как иностранный язык (английский) язык (во 2-4 классах), музыки, ИЗО, труда, физической культуры, ОРКСЭ. При составлении расписания использовалась шкала трудности учебных предметов.

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования (раздел VI, таблица 6.9)

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык/Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Максимально допустимая учебная нагрузка в 1 классе 21 час в неделю. Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня для обучающихся 1 класса не превышает 4 уроков и 1 день в неделю – в среду – составляет 5 уроков. В 1-м классе используется «ступенчатый» режим обучения (в сентябре- октябре по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый, январь-май по 40 минут каждый, 1 раз в неделю 5 уроков). В середине дня организуется динамическая пауза, не превышающая 40 минут.

Максимально допустимая учебная нагрузка во 2-4 классах 23 часа в неделю; 3 дня в неделю: во вторник, среду и четверг -по 5 уроков.

С учетом неодинаковой умственной работоспособности обучающихся в разные дни учебной недели расписание составлено так, что в начальных классах максимальная умственная нагрузка приходится на 2, 3, иногда 4-е уроки; в течение недели уровень умственной нагрузки снижен в понедельник и пятницу.

При составлении расписания для обучающихся 5-11 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин.

Расписание для обучающихся 5-11 классов сбалансировать труднее, т.к. всего один учитель английского языка, который ведёт уроки ещё и в начальных классах, один учитель русского языка и литературы, учитель математики ведут все свои предметы с 7 по 11 класс, один учитель ведет географию, химию, биологию, физику.

Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования (СанПиН 1.2.3685-21 раздел VI, Таблица 6.10)

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 на уровне среднего общего образования (СанПиН 1.2.3685-21 раздел VI, Таблица 6.11)

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, иностранный язык	8	ОБЖ, Краеведение	2
Биология	7	Физическая культура	1

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, что наибольший ее объем приходится на среду. В 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 так же предметны учителей совместителей, которые работают в данные дни.

В расписании уроков учитывается чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся начального уровня образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, физической культуры; для обучающихся основного и среднего уровней образования предметы естественно-математического цикла чередуются с гуманитарными предметами.

Расписание звонков для 1 класса

Сентябрь-октябрь				Ноябрь-декабрь			Январь-май		
№п/п	Начало урока	Конец урока	Перемена	Начало урока	Конец урока	Перемена	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	8.30	9:05	10 мин	8.30	9:05	10 мин	8.30	9:10	10 мин
2.	9:15	9:50	20 мин	9:15	9:50	20 мин	9:20	10:00	15 мин
3.	10:10	10:45	10 мин	10:10	10:45	20 мин	10:15	10:55	15 мин
4	11:05	11:40		11:05	11:40	10 мин	11:10	11:50	10 мин
5				11:50	12:25		12:00	12:40	10 мин

Расписание звонков для 2- 11 классов

№ п/п	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	8.30	9:10	10 мин
2.	9:20	10:00	15 мин
3.	10:15	10:55	15 мин
4.	11:10	11:50	10 мин
5.	12:00	12:40	10 мин
6.	12:50	13:30	10 мин
7.	13.40	14.20	

В расписании полностью реализован учебный план школы.

При составлении расписания было учтено то, что в школе 1 спортивный зал, школа занимается в одну смену, а общая сумма часов физической культуры составляет 19 ч. плюс 4 часа внеурочной деятельности.

На основании гигиенической оценки расписания, которая проведена с использованием приложения 3 СанПиН 2.4.2.2821-10 можно сделать следующие выводы.

Максимальная нагрузка в 1,2,3,5,7,8,9,11 классах приходится на среду, в 8 классе на вторник и четверг сопоставимая с максимальной: на среду и четверг т.е. на середину недели, что не противоречит гигиеническим нормам.

День недели	Классы										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
понедельник	16	23	21	24	34		40	33	39	45	47
вторник	21	34	27	27	40		47	48	49	48	49
среда	29	27	29	27	44		48	39	51	53	51
четверг	26	28	27	28	37		45	46	54	42	52
пятница	24	19	24	24	31		41	40	39	47	45
суббота					24		22	30	35	39	34

Расписание отвечает требованиям, предъявленным к нему СанПиН, и создает удовлетворительные условия для комфортной работы обучающихся и учителей.

Недельное расписание уроков 1- 4 классов

День недели	№ урока	1 КЛАСС		2 КЛАСС		3 КЛАСС		4 КЛАСС	
Понедельник	1	«Разговор о важном»		«Разговор о важном»		«Разговор о важном»		«Разговор о важном»	
	2	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	3	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	4	Музыка	3	Математика	8	Музыка	8	Математика	8
	5	Физическая культура	1	Музыка	3	Физическая культура	1	Музыка	3
						ФК «Смысловое чтение»	5		
Итого за день			16		23		21		23
Вторник	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Иностранный язык(английский)	7	Русский язык	7	Иностранный язык(английский)	7
	3	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	4	Физическая культура	1	Математика	8	Физическая культура	1	Математика	8
	5			Труд (технология)	3	Окружающий мир	6	Труд (технология)	3
Итого за день			21		34		27		27
Среда	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	4	Изобразительное искусство	3	Окружающий мир	6	Изобразительное искусство	3	Окружающий мир	6
	5	Окружающий мир	6	Физическая культура	1	Окружающий мир	6	Физическая культура	1
Итого за день			29		27		29		27
Четверг	1	Литературное чтение	5	Физическая культура	1	Русский язык	7	Физическая культура	1
	2	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Математика	8	Литературное чтение	5
	3	Математика	8	Русский язык	7	Иностранный язык(английский)	7	Русский язык	7
	4	Окружающий мир	6	Математика	8	Литературное чтение	1	Математика	8
	5			Иностранный язык(английский)	7		5	Иностранный язык(английский)	7
Итого за день			26		28		27		28
Пятница	1	Русский язык	7	Изобразительное искусство	3	Русский язык	7	Изобразительное искусство	3
	2	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	3	Труд	2	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2	Окружающий мир	6
	4	ФК «Занимательный русский язык»	7	ФК «Занимательный русский язык»	3	Иностранный язык(английский)	7	Труд (технология)	3
							8	ОРКСЭ	5
Итого за день			24		19		24		24

Недельное расписание уроков 5- 11 классов

День недели	№ урока	5 КЛАСС	Баллы	7 КЛАСС	Баллы	8 КЛАСС	Баллы	9 КЛАСС	Баллы	10 КЛАСС	Баллы	11 КЛАСС	Баллы
Понедельник	0	«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»	
	1	История	5	Английский язык	10	Алгебра	9	География	5	Литература	8	Основы безопасности защиты Родины	2
	2	Математика	10	География	6	История	8	Алгебра	7	Английский язык	8	Литература	8
	3	Литература	4	Русский язык	11	География	6	Английский язык	9	Алгебра	10	История	5
	4	Русский язык	8	Алгебра	10	Русский язык	7	Физическая культура	2	География	3	Алгебра	10
	5	География	7	Физическая культура			2	Русский язык	6	История	5	Вероятность и статистика	10
	6			Музыка			1	История	10	Геометрия	11	Физика	12
	7												
Итого за день			34		40		33		39		45		47
Вторник	1	Английский язык	9	Физика	8	Обществознание	5	Геометрия	8	Индивидуальный проект	4	Русский язык	9
	2	История	5	Геометрия	12	Английский язык	8	Физика	13	Русский язык	9	Физическая культура	1
	3	Математика	10	Литература	4	Геометрия	10	Обществознание	10	Физика	12	Английский язык	8
	4	Русский язык	8	Английский язык	10	Физика	9	Литература	7	Геометрия	11	Обществознание	5
	5	Труд (технология)	4	История	6	Литература	4	ФК «Основы проектной деятельности»	4	Биология	7	Геометрия	11
	6	ФК «Смысловое чтение»	4	Труд (технология)	2	Биология	7	Информатика	7	Обществознание	5	ФК «Русское правописание»	9
	7			ФК «ОДНКНР»			5					Информатика	6
Итого за день			40		47		48		49		48		49
Среда	1	Литература	4	Алгебра	10	Английский язык	8	Химия	12	Литература	8	Алгебра	10
	2	Русский язык	8	Обществознание	9	Химия	10	Английский язык	9	Алгебра	10	Литература	8
	3	Биология	10	Русский язык	11	Алгебра	9	История	10	Физическая культура	1	Английский язык	8
	4	Математика	10	География	6	Русский язык	7	Алгебра	7	Английский язык	8	История	5
	5	Физическая культура	3	Вероятность и статистика	10	Основы безопасности защиты Родины	3	Русский язык	6	История	5	Химия	11
	6	Английский язык	9	Физическая культура			2	Вероятность и статистика	7	Химия	11	Русский язык	9
	7									Фк «Замечательные	10		

										неравенства»				
Итого за день			44		48		39		51		53		51	
Четверг	1	Английский язык	9	Литература	4	Геометрия	10	Основы безопасности защиты Родины	3	Обществознание	5	Физика	12	
	2	Математика	10	Геометрия	12	Английский язык	8	Физика	13	Литература	8	Обществознание Литература	5	
	3	Русский язык	8	Английский язык	10	Физика	9	Геометрия	8	ФК «МХК»	5		8	
	4	Физическая культура	3	ИЗО	1	Литература	4	ФК «В мире обществознания»	10	Физика	12	Геометрия	11	
	5	ОДНКНР	5	Биология	7	История	8	Литература	7	Геометрия	11	Физкультура	1	
	6	Музыка	2	Русский язык	11	Информатика	7	Биология	7	Физическая культура	1	ФК «Трудные вопросы обществознания»	5	
	7							ФК «Законы русской орфографии»/ ФК «Решение задач»	6/7			Фк «Замечательные неравенства»	10	
Итого за день			37		45		46		54/55		42		52	
Пятница	1	Литература	4	Алгебра	10	Алгебра	9	География	5	Русский язык	9	Английский язык	8	
	2	Русский язык	8	Физика	8	Вероятность и статистика	9	Английский язык	9	Основы безопасности защиты Родины	2	Литература	8	
	3	Математика	10	История	6	Русский язык	7	Физика	13	Английский язык	8	Алгебра	10	
	4	ФК «Введение в обществознание»	5	Русский язык	11	Химия	10	Труд (технология)	4	Алгебра	10	Физическая культура	1	
	5	Труд (технология)	4	Физическая культура				2	Русский язык	6	Вероятность и статистика	10	Биология	7
	6			ФК «Смысловое чтение»			4	Физическая культура	2	Литература	8	Геометрия	11	
	7													
Итого за день			31		41		40		39		47		45	
Суббота	1	ФК «Законы русской орфографии»	8	Информатика	4	География	6	Литература	7	ФК «Трудные вопросы обществознания»	5	ФК «МХК»	5	
	2	Физическая культура	3	Труд (технология)				2/1	Химия	12	Литература	8	Алгебра	10
	3	ИЗО	3	ФК «Законы русской орфографии»				7	Алгебра	7	Физкультура	1		География
	4	ФК «Решение текстовых задач»	10	ФК «Решение текстовых задач»				9	Биология	7	ФК «Подготовка к итоговому сочинению»/ «Русское правописание»	9	Вн. «Россия – мои горизонты»	
	5					Биология	7	Физическая культура	2	Алгебра	10	Литература	8	
	6										Информатика	6		
	7													
Итого за день			24		22		30		35		39		34	

