

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Урывская средняя общеобразовательная школа  
Каменского района Ростовской области  
(МБОУ Урывская СОШ)**

<p>Рассмотрена: На заседании педагогического совета 30.08.2024.г. Протокол №2</p>	<p>Утверждаю: И.О. директора школы Л.Н. Лазарева Приказ №231 от 30.08.2024.г.</p> 
---	---

**Расписание уроков  
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
УРЫВСКАЯ СОШ  
НА 2024 – 2025 учебный год**

## **Пояснительная записка к расписанию уроков МБОУ Урывской СОШ на 2024 – 2025 учебный год.**

Расписание уроков МБОУ Урывской СОШ на 2024-2025 учебный год составлено согласно нормативным документам:

- Санитарно-эпидемиологические правила «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях,

- Постановление «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10», утверждённые Главным государственным санитарным врачом РФ №189 от 29.12.2010 г.,

- Методические рекомендации по вопросам введения Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Письмо от 07 августа 2015 года № 08-1228);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 24 декабря 2015 года №81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.11.2015 3 81 об утверждении изменений в СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях», зарегистрировано в Минюсте России (регистрационный номер 40154);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утверждённый приказом Минобрнауки России от 10 августа 2013 г. № 1015, с изменениями и дополнениями от: 13 декабря 2013 г., 28 мая 2014 г., 17 июля 2015 г., 1 марта, 10 июня 2019 г.

- Устав и локальные акты МБОУ Урывской СОШ

- Правила внутреннего распорядка.

- Учебный план, утверждённый директором школы.

Расписание уроков в школе преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для всех участников образовательного процесса.

Расписание учебных занятий учитывает выполнение следующих требований:

– создание оптимальных условий для обеспечения эффективного труда обучающихся;

– обеспечение высокого уровня эффективности труда педагога, профилактики снижения его работоспособности как в пределах одного рабочего дня, так и в течение рабочей недели;

– учет материально-технических условий образовательного учреждения;

– соблюдение требований нормативных документов, регламентирующих работу образовательного учреждения.

Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов.

Расписание составлено в соответствии с утверждённым Учебным планом образовательного учреждения на 2024– 2025 учебный год, основными образовательными программами НОО, ООО, СОО, рабочими учебными программами по предметам.

Также учитывались: сведения о распределении учебной нагрузки преподавателей

При формировании расписания уроков на 2024– 2025 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности учащихся, а также шкала трудности изучаемых предметов (приложение 3 СанПиН 2.4.2.2821-10 с изменениями)

Образовательное учреждение занимается в одну смену. Таким образом, расписание уроков составлено для учащихся первой смены.

Начало занятий в 8.00 час..

Количество уроков по дням недели в начальном звене не превышает пяти, в среднем звене шести и старшем звене не более семи. В целях обеспечения процесса адаптации учащихся 1-го класса продолжительность уроков составляет 35 минут в первом полугодии, при общем количестве 4 урока.

Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной неделе;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (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 4 урока по 40 минут каждый);

В 1 классе во все дни недели в соответствии с нормами СанПиН в середине учебного дня предусмотрена динамическая пауза

На основании гигиенической оценки расписания, которая проведена с использованием таблицы И.Г. Сивкова (начальное звено), шкалы трудностей учебных предметов 5 – 8, 10 классов (авторы М. Степанова, И. Александрова, А. Седова, сотрудники НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН) можно сделать вывод, что основная нагрузка в начальном и среднем звене приходится на вторник и четверг, в старшем звене – на четверг, к пятнице она снижается (см. приложение).

Максимальная учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе на уровне НОО (1 – 4 классы) составляет:

**1 класс – 21 ч.; 2 класс – 23 ч.; 3 класс – 23 ч.; 4 класс – 23 ч.**

В 1-4-х классах наибольшая учебная нагрузка приходится на **вторник и четверг** соблегченным днём (среда) в середине учебной недели:

Учебная нагрузка в первый и последний день недели меньше, чем в середине недели Основная учебная нагрузка в течение дня в основном приходится на второй и третий уроки.

На уровне ООО (5 – 9 классы) учебная нагрузка составляет

**5 класс - 29 ч.; 6 класс -30 ч.; 7 класс -32 ч.; 8 класс – 33 ч., 9 кл. – 33 ч.**

Занятия проводятся в первую смену. Продолжительность урока – 40 минут.

Наибольший объем учебной нагрузки в 5 - 9 классах приходится на **середину недели**, когда в расписание включены наиболее трудные предметы (математика, русский язык, химия, физика, геометрия, английский язык).

Учебная нагрузка в последний день недели, по сравнению с понедельником, наименьшая.

На уровне СОО (10 -11 классы) максимальная учебная нагрузка в 10-11 классах составляет: **10 класс - 34 ч., 11 класс - 34 ч.**

Наибольшая учебная нагрузка приходится на середину недели (**вторник и четверг**). В последний учебный день (пятницу) нагрузка наименьшая.

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, после первого, второго урока перемены по 15 минут, после 5 и 6 уроков по 20 минут.

Гигиенические исследования последних лет, проведенные в НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМН, позволяют утверждать, что с позиций сбережения детского здоровья проведение сдвоенных уроков по одному предмету допустимо на уровне ООО и СОО. Если речь идет об учащихся средних и старших классов, то сдвоенные уроки на фоне модульной технологии обучения вполне востребованы. Учащиеся получают возможность осваивать учебный материал посильного уровня трудности и в оптимальном для каждого темпе, достигается устранение калейдоскопичности занятий в течение дня, появляется возможность углубленно работать с меньшим набором учебных предметов в течение недели, что влечет к сокращению затрат времени на приготовление домашних уроков — все это позволяет снизить «физиологическую стоимость» обучения.

#### **Выводы:**

Расписание выдержано в соответствии с нормами СанПиН, но в отдельных классах наблюдаются незначительные отклонения от норм.

#### **Причины допущенных отклонений:**

В 1 – 4 классах уроки ведут специалисты-предметники, а не один учитель начальных классов. Соответственно, это учителя уровней ООО и СОО, которые заняты в расписании старшей школы с учётом профильной нагрузки. Поэтому имеют место случаи, когда базовые предметы в начальной школе не попадают на 2-е и 3 уроки, либо не могут быть перенесены на другие дни, в связи с небольшим штатом данных специалистов и их плотной загруженностью. Выход из ситуации в 1 классе найден путём проведения в понедельник базовых уроков в игровой облегченной форме. В средней школе выход из ситуации найден за счёт разгрузки середины дня.

**Распределение недельной учебной нагрузки**

(По нормам СанПиН 2.4.2.2821-10)

<b>1</b> класс	<b>2</b> класс	<b>3</b> класс	<b>4</b> класс	<b>5</b> класс	<b>6</b> класс	<b>7</b> класс	<b>8</b> класс	<b>9</b> класс	<b>10</b> класс	<b>11</b> класс
21 час	23 часа	23 часа	23 часа	29 часов	30 часов	32 часа	33 часа	33 часа	34 часа	34 часа

**Распределение учебной  
нагрузки(по шкале  
трудности предметов) по  
дням недели**

Дни недели	Классы			
	1	2	3	4
понедельник	216.	276.	266.	216.
вторник	256.	256.	286.	296.
среда	236.	286.	296.	246.
четверг	196.	276.	256.	336.
пятница	226.	176.	166.	186.

Дни недели	Классы			
	5	6	7	8
понедельник	<b>386.</b>	<b>586.</b>	<b>486.</b>	<b>416.</b>
вторник	<b>376.</b>	<b>466.</b>	<b>526.</b>	<b>426.</b>
среда	<b>266.</b>	<b>546.</b>	<b>456.</b>	<b>446.</b>
четверг	<b>376.</b>	<b>536.</b>	<b>416.</b>	<b>406.</b>
пятница	<b>376.</b>	<b>416.</b>	<b>406.</b>	<b>526.</b>

Дни недели	Классы		
	9	10	11
понедельник	<b>396.</b>	<b>596.</b>	<b>466.</b>
вторник	<b>556.</b>	<b>516.</b>	<b>576.</b>
среда	<b>536.</b>	<b>536.</b>	<b>596.</b>
четверг	<b>586.</b>	<b>516.</b>	<b>726.</b>
пятница	<b>456.</b>	<b>406.</b>	<b>486.</b>

## Расписание звонков

Урок	Начало	Окончание	Перемена
<b>1-й урок</b>	8-00	8-40	20 минут (завтрак 1-4 )
<b>2-й урок</b>	9-00	9-40	20 минут (завтрак 5-11кл.)
<b>3-й урок</b>	10-00	10-40	10 минут (динамическая)
<b>4-й урок</b>	10-50	11-30	20 минут (обед 1-4 кл.)
<b>5-й урок</b>	11-50	12-30	20 минут (обед 5-11 кл)
<b>6-й урок</b>	12-50	13-30	5 минут
<b>7-й урок</b>	13-35	14-15	5 минут
<b>8 –й урок</b>	14.20	14.40	5 минут
<b>9- й урок</b>	14.45	15.05	

**Шкала трудности учебных предметов, изучаемых на уровне НОО**

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский язык	7
Русский (родной) язык	7
Окружающий мир/информатика	6
Литературное чтение	5
Литературное чтение на родном языке	5
ОРКСЭ	4
ИЗО /музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

**Шкала трудности учебных предметов, изучаемых на уровне ООО**

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Химия	-	-		10	12
Геометрия	-	-	12	10	8
Физика	-	-	8	9	13
Алгебра	-	-	10	9	7
Биология	10	8	7	7	7
Математика	10	13	-	-	-
Иностранный язык	9	11	10	8	9
Русский язык	8	12	11	7	6
Русский (родной) язык	8	12	11	7	6
География	7	7	6	6	5
Обществознание	6	9	9	5	-
История	5	8	6	8	10
Технология	4	3	2	1	4
Литература	4	6	4	4	7
Родная литература	4	6	4	4	7
Изобразительное искусство	3	3	1	3	-
Физическая культура	3	4	2	2	2
Музыка	2	1	1	1	-
Информатика	4	10	4	7	7
ОДНКНР	4	4	-	-	-
ОБЖ	1	2	3	3	3

### Шкала трудности учебных предметов, изучаемых на уровне СОО

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)	Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Физика	12	Информатика и ИКТ	6
Геометрия	11	История, Обществознание	5
Алгебра	10	Химия	11
Русский язык	9	География	3
Литература	8	ОБЖ	2
Иностранный язык	8	Физическая культура	1
Биология	7		

## Расписание занятий 1-4 классы на 2024-2025 учебный год

Дни недели	№ урока	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
понедельник	1	<b>Внеуроч. деят-ть «Разговоры о важном» Гончарова Е.А.</b>	<b>Внеуроч. деят-ть «Разговоры о важном» Е.А.Михайличенко И.А.</b>	<b>Внеуроч. деят-ть «Разговоры о важном» Янголенко Г.В.</b>	<b>Внеуроч. деят-ть «Разговоры о важном» Иващенко Е.Н.</b>
	2	Литературное чтение (5)	Литературное чтение(5)	Литературное чтение (5)	Литературное чтение (5)
	3	Математика (8)	Иностранный язык(7)	Математика(8)	Математика (8)
	4	Русский язык(7)	Русский язык(7)	Русский язык(7)	Физическая культура(1)
	5	Физическая культура (1)	Математика(8)	Окружающий мир (6)	Русский язык (7)
	6				
	7				
	8				
	9				
		216.	276.	266.	216.
вторник	1	Физическая культура (1)	Окружающий мир(6)	Литературное чтение(5)	Иностранный язык(7)
	2	Математика (8)	Математика(8)	Математика (8)	Математика (8)
	3	Русский язык (7)	Русский язык(7)	Иностранный язык (7)	Русский язык(7)
	4	Окружающий мир (6)	Физическая культура (1)	Русский язык(7)	Литературное чтение (5)

	5	Музыка (3)	Музыка (3)	Физическая культура (1)	ОРКСЭИващенкова (4)
	6				
	7				
	8				
	9	256.	256.	286.	296.
среда	1	Литературное чтение(5)	Литературное чтение(5)	Литературное чтение(5)	Окружающий мир (6)
	2	Математика (8)	Математика(8)	Математика(8)	Математика (8)
	3	Русский язык(7)	Иностранный язык(7)	Русский язык(7)	Русский язык(7)
	4	Изобразительное искусство(3)	Русский язык(7)	Окружающий мир(6)	Физическая культура(1)
	5		Физическая культура (1)	Изобразительное искусство (3)	Технология (2)
	6				
	7				
	8				
	9	236.	286.	296.	246.
четверг	1	Русский язык(7)	Литературное чтение (5)	Физическая культура(1)	Русский язык (7)
	2	Литературное чтение(5)	Русский язык(7)	Иностранный язык (7)	Математика (8)
	3	Эл. Курс «Лапта» (1)	Математика(8)	Математика(8)	Литературное чтение(5)
	4	Окружающий мир (6)	Эл. Курс «Лапта» (1)	Русский язык (7)	Иностранный язык(7)
	5		Окружающий мир (6)	Технология (2)	Окружающий мир (6)
	6				
	7				
	8				
	9	196.	276.	256.	336.

пятница	1	Литературное чтение(5)	Литературное чтение (5)	Литературное чтение(5)	Литературное чтение(5)	
	2	Русский язык(7)	Технология (2)	Русский язык(7)	Русский язык (7)	
	3	Математика (8)	Русский язык(7)	Эл. Курс «Лапта» (1)	Изобразительное искусство (3)	
	4	Технология (2)	Изобразительное искусство (3)	Музыка (3)	Музыка (3)	
	5					
	6					
	7					
	8					
	9		226.	176.	166.	186.

**Расписание занятий 5-11 классы на 2024-2025 учебный год**

Дни недели	№ ур	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс	11 класс
Понедельник	1	Внеуроч. деятельность «Разговоры о важном» Щегрова Д.А.	Внеуроч. деятельность «Разговоры о важном» Кузьменко С.С.	Внеуроч. деятельность «Разговоры о важном» Лазарева Л.Н.	Внеуроч. деятельность «Разговоры о важном» Чеботарев В.А.	Внеуроч. деятельность «Разговоры о важном» Чеботарева А.В.	Внеуроч. деятельность «Разговоры о важном» Аленьевский Е.Ю.	Внеуроч. деятельность «Разговоры о важном» Ружникова Н.Н.
	2	Математика(10)	Русский(12)	Английский(10)	Русский(7)	Физкультура(2)	Физика(12)	География(3)
	3	Русский(8)	Литература(6)	Русский(11)	История(8)	Химия(12)	Математика (алг)(10)	Физкультура (1)
	4	Русский(8)	Английский(11)	Математика (алг)(10)	Математика (алг)(9)	Математика (алг)(7)	Химия(11)	Литература(8)
	5	Литература(4)	Биология(8)	Вероятность(10)	Обществознание(5)	Русский(6)	Английский (8)	Математика (алг)(10)
	6	История(5)	Математика(13)	География(6)	Английский(8)	Литература(7)	Физкультура (1)	Математика (алг)(10)
	7	Физкультура(3)	История (8)	ИЗО(1)	Эл. Курс «Осмысленное чтение»(4)	География(5)	Русский(9)	Физика (12)
	8						Литература(8)	ОБЗР(2)
	9							
			<b>386.</b>	<b>586.</b>	<b>486.</b>	<b>416.</b>	<b>396.</b>	<b>596.</b>
В т	1	Литература(4)	Русский(12)	Математика	Русский(7)	Биология(7)	История(5)	Математика

			(гео)(12)				(гео)(11)	
2	Русский(8)	Русский(12)	Физкультура(2)	Химия(10)	Математика (гео)(8)	Английский (8)	Физика(12)	
3	Математика(10)	Математика(13)	Русский(11)	Математика (гео)(10)	Русский(6)	Биология(7)	История(5)	
4	Математика(10)	Труд (технология)(3)	История (6)	География(6)	Физика(13)	Русский(9)	Русский(9)	
5	Музыка(2)	Эл.курс «Школа безопасности»(2)	Физика(8)	Литература(4)	Английский(9)	Математика (гео)(11)	Биология(7)	
6	ИЗО(3)	Физкультура(4)	Английский(10)	ОБЗР(3)	Литература(7)	География(3)	Обществознание(5)	
7			Эл.курс «Школа безопасности» (3)	Физкультура (2)	Обществознание(5)	Литература(8)	Английский (8)	
8								
9								
		<b>376.</b>	<b>466.</b>	<b>526.</b>	<b>426.</b>	<b>556.</b>	<b>516.</b>	<b>576.</b>
Среда	1	Английский(9)	Русский(12)	Математика (алг)(10)	Эл.курс «Обществознание в вопросах и ответах»(5)	Физика(13)	Биология(7)	Физкультура (1)
	2	Математика(9)	Английский(11)	Русский(11)	Математика (алг)(9)	Физкультура(2)	Химия(11)	История(5)
	3	История(5)	Математика(13)	Литература(4)	Биология(7)	Математика (7)(алг)	Физкультура (1)	Математика (алг)(10)
	4	Эл. Курс «Осмысленное чтение»(4)	Обществознание (9)	Информатика(4)	Английский(8)	Химия(12)	Физика(12)	Литература(8)
	5	Труд	Литература(6)	Химия(7)	Физика(9)	История(10)	Математика	Английский

		(технология)(4)					(алг)(10)	(8)
	6	Физкультура(3)	Труд (технология)(3)	Обществознани е(9)	География(6)	Английский(9)	Вероятность (10)	Физика(12)
	7						ОБЗР(2)	Обществознани е(5)
	8							
	9							
		<b>266.</b>	<b>546.</b>	<b>456.</b>	<b>446.</b>	<b>536.</b>	<b>536.</b>	<b>596.</b>
Четверг	1	Русский(8)	Русский(12)	Математика (гео)(12)	Химия(10)	Английский(9)	История(5)	Математика (гео)(11)
	2	Русский(8)	Математика(13)	Русский(11)	Математика (гео)(10)	Математика (гео)(8)	Обществознани е(5)	Химия(11)
	3	Литература(4)	Английский(11)	Биология(7)	Русский(7)	Физика(13)	Математика (гео)(11)	Русский(9)
	4	ОДКНР(4)	Литература(6)	История(6)	Информатика (7)	Русский(6)	Эл.курс «Подготовка к ЕГЭ по рус. языку»(9)	Математика (гео)(11)
	5	Английский(9)	География(7)	Физкультура(2)	Труд (технология) (1)	История/Эл. Курс «Подготовка к ГИА по обществознани ю»(10)	Литература(8)	Вероятность (10)
	6	Труд	Физкультура(4)	Музыка(1)	Литература(4)	География(5)	Английский	Физика(12)

		(технология)(4)					(8)	
	7			Труд (технология)(2)	Музыка(1)	Литература(7)	Проект(5)	Информатика (6)
	8							
	9							
		<b>376.</b>	<b>536.</b>	<b>416.</b>	<b>406.</b>	<b>586.</b>	<b>516.</b>	<b>726.</b>
Пятница	1	Английский(9)	Русский(12)	Математика (10)(алг)	История(8)	Труд (технология)(4)	Химия(11)	Математика (алг)(10)
	2	Математика(10)	Математика(13)	Литература(4)	Биология(7)	ОБЗР(3)	Обществознан ие(5)	Физика(12)
	3	Эл.курс «Школа безопасности» (1)	История(8)	Английский(10)	Вероятность (9)	Информатика (7)	Биология(7)	Литература (8)
	4	География(7)	Музыка(1)	Физика(8)	Английский(8)	Математика (алг) (7)	Эл. Курс «Подготовка к ЕГЭ по математике» (10)	Эл.курс «Подготовка к ЕГЭ по рус. языку»(9)
	5	Биология(10)	ИЗО(3)	Труд (технология)(2)	Математика (алг)(9)	История(10)	Физкультура (1)	Английский (8)
	6		ОДКНР(4)	География(6)	Физика(9)	Вероятность(7)	Информатика (6)	Физкультура (1)
	7				Физкультура (2)	Биология(7)		
	8							

		376.	416.	406.	526.	456.	406.	486.
--	--	------	------	------	------	------	------	------