

РАССМОТРЕНО  
Педагогическим советом  
МКОУ Протасовской ООШ  
Протокол №1 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ Протасовской ООШ  
\_\_\_\_\_/ Николаева А.В.  
Приказ №117 от 28.08.2024 г.

Расписание уроков  
на 2024-2025 учебный год  
Муниципального казенного  
общеобразовательного учреждения  
Протасовской основной общеобразовательной  
школы муниципального образования  
Дубенский район

ПРОТАСОВО, 2024 г.

### Пояснительная записка

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

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологическим правилами и нормативы-постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее по тексту СП 2.4.3648-20);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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» (далее по тексту СанПиН 1.2.3685-21)
- Учебный план образовательного учреждения на 2024– 2025 учебный год.

Также учитывались сведения о распределении учебной нагрузки преподавателей. При формировании расписания уроков учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

МКОУ Протасовская ООШ занимается в одну смену. Таким образом, расписание уроков составлено для обучающихся первой смены. Количество уроков по дням недели не превышает предельно допустимой нагрузки. Продолжительность уроков составляет 45 минут.

Образовательная недельная нагрузка распределяется в соответствии с СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", с СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов - не превышает 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков,
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

Занятия по внеурочной деятельности и занятия по программам дополнительного образования запланированы на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочных (дополнительных) занятий и последним уроком организован перерыв продолжительностью 20 минут. Недельный объем внеурочной деятельности по направлениям развития личности: духовно-нравственной, социальной, общеинтеллектуальной, общекультурной, спортивно-оздоровительной составляет не более 10 часов на одного обучающегося.

Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по пятидневной учебной неделе, в первую смену,
- используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в октябре - декабре - по 4 урока (1 раз в неделю 5 уроков) по 35 минут каждый; январь - май по 4 урока (1 раз в неделю 5 уроков) по 40 минут каждый,
- после 2 урока проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

Максимальная недельная нагрузка в часах соответствует гигиеническим требованиям санитарных правил СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" при режиме 5-дневной недели и составляет:

Класс	Максимальная недельная нагрузка в академических часах
1 класс	21
2 класс	23
3 класс	23
4 класс	23
5 класс	29
6 класс	30
7 класс	32
8 класс	33
9 класс	33

Для предупреждения переутомления обучающихся в течение недели имеется облегченный учебный день среда.

Расписание уроков для 1-9 классов составлено с учетом шкалы трудности учебных предметов для каждого уровня общего образования в соответствии с п. 6.9–6.11 СанПиН 1.2.3685-21.

### Шкалы трудности учебных предметов по СанПиН

#### 1-4 классы

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

#### 5-9 классы

Учебные предметы	Количество баллов (по классам)						
	5	6	7	8	9		
Физика	–	–	8	9	13		
Химия	–	–	–	10	12		
История	5	8	6	8	10		
Иностранный язык	9	11	10	8	9		
Математика	Математика	10	13	–	–		
		Геометрия	–	–	12	10	8
		Алгебра	–	–	10	9	7
Биология	10	8	7	7	7		
Литература	4	6	4	4	7		
Информатика	4	10	4	7	7		
Русский язык	8	12	11	7	6		
География	–	7	6	6	5		
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	–	–	
		Музыка	2	1	1	1	–
Обществознание	6	9	9	5	5		

Труд	4	3	2	1	4
Черчение	–	–	–	5	4
Основы безопасности и защиты Родины	1	2	3	3	3
Физическая культура	3	4	2	2	2

**Распределение учебной нагрузки: диагностика расписания**  
(распределение по баллам 1-9 класс на 2024-2025 учебный год)

Классы	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Дни недели									
Понедельник	21	23	21	24	38	51	45	41	44
Вторник	26	29	34	27	44	57	54	50	51
Среда	21	25	24	25	29	47	44	42	48
Четверг	24	27	29	26	41	54	49	54	58/53
Пятница	23	26	23	23	37	50	35	34	37

Учен ход дневной и недельной кривой умственной работоспособности обучающихся.

Учебная нагрузка в недельном цикле распределена так, что наибольшая ее интенсивность приходится на вторник (среда – облегченный день).

Число баллов неодинаково во все дни недели. Наименьшее число баллов за день приходится на первый (понедельник), последний день недели (пятницу) и облегченный день (среда).

Основная учебная нагрузка в течение дня в основном приходится на второй и третий уроки.

**Расписание уроков НОО на 2024-2025 уч. год.**

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
<b>понедельник</b>	1	Литературное чтение – 5		
	2	Русский язык – 7	Русский язык – 7	Математика – 8
	3	Математика – 8	Математика – 8	Литературное чтение – 5
	4	Физическая культура + 1	Русский язык – 7	Русский язык – 7
	5		Физическая культура – 1 Изобразительное искусство – 3	Музыка – 3
<b>вторник</b>	1	Окружающий мир – 6		Физическая культура – 1
	2	Русский язык – 7	Литературное чтение – 5	Русский язык – 7
	3	Математика – 8	Русский язык – 7	Немецкий язык – 7
	4	Литературное чтение – 5	Математика – 8	Математика – 8
	5		Музыка – 3 Окружающий мир – 6	Литературное чтение – 5
<b>среда</b>	1	Русский язык – 7	Окружающий мир – 6	
	2	Литературное чтение – 5	Русский язык – 7	Русский язык – 7
	3	Окружающий мир – 6	Математика – 8	Математика – 8
	4	Технология – 2	Технология – 2	Окружающий мир – 6
	5		Литературное чтение – 5 Физическая культура – 1	Литературное чтение – 5 Физическая культура – 1
<b>четверг</b>	1	Литературное чтение – 5	Русский язык – 7	ОРКСЭ – 6
	2	Русский язык – 7	Математика – 8	Русский язык – 7
	3	Математика – 8	Немецкий язык – 7	Математика – 8
	4	Музыка – 3	Литературное чтение – 5	Литературное чтение – 5
	5	Физическая культура – 1	Литературное чтение – 5	Литературное чтение – 5
<b>пятница</b>	1	Русский язык – 7	Музыка – 3	
	2	Математика – 8	Технология – 2	Немецкий язык – 7
	3	Литературное чтение – 5	Русский язык – 7	Окружающий мир – 6
	4	Изобразительное искусство – 3	Литературное чтение – 5 Окружающий мир – 6	Русский язык – 7
	5		Изобразительное искусство – 3	Технология – 2 Изобразительное искусство – 3

**Расписание уроков ООО на 2024-2025 уч. г.**

	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	
<b>Понедельник</b>	1	Литература 4	География 7	Литература 4	География 6	Биология 7
	2	Русский язык 8	Немецкий язык 11	Русский язык 11	Алгебра 9	Алгебра 7
	3	Математика 10	Математика 13	Алгебра 10	Физика 8	Физика 9
	4	Немецкий язык 9	Литература 6	Труд 2	ОБЗР 3	Русский язык 6
	5	История 5	Русский язык 12	Вероят и стат 8	История 8	География 5
	6	Музыка 2	ОБЗР 2	География 6	Русский язык 7	Литература 7
	7			ОБЗР 3	Труд 1	ОБЗР 3
<b>Вторник</b>	1	Русский яз. 8	История 8	Физика 8	Русский язык 7	Обществознание 5
	2	Биология 10	Русский язык 12	Русский язык 11	История 8	Химия 12
	3	Немецкий язык 9	Математика 13	Геометрия 12	Алгебра 9	Физика 9
	4	Математика 10	Немецкий язык 11	Русский язык 11	Физика 8	Немецкий язык 9
	5	ИЗО 3	Русский язык 12	Немецкий язык 10	География 6	Физ-ра 2
	6	Труд 4	Музыка 1	Физ-ра 2	Вероят и стат 8	Геометрия 8
	7				Литература 4	Труд 1
<b>Среда</b>	1	Литература 4	Обществознание 9	Литература 4	Немецкий язык 8	Информатика 7
	2	Русский яз. 8	Математика 13	Русский язык 11	Химия 10	Физика 9
	3	Математика 10	Русский язык 12	Физика 8	Геометрия 10	История 10
	4	Труд 4	Литература 6	Немецкий язык 10	Физ-ра 2	Немецкий язык 9
	5	ОБЗР 1	Физ-ра 2	Алгебра 10	Биология 7	Геометрия 8
	6	Физ-ра 2	Труд 3	Музыка 1	Подготовка к ОГЭ/Общ 5	Вероят и стат 8
	7					
<b>Четверг</b>	1	География 7	Литература 6	Обществознание 9	Русский язык 7	Немецкий язык 9
	2	Русский яз. 8	ОДНКР 6	Геометрия 12	Химия 10	Химия 12
	3	Математика 10	Русский язык 12	Немецкий язык 10	Геометрия 10	Алгебра 7
	4	Физ-ра 2	История 8	Русский язык 11	Литература 4	Литература 7
	5	Литература 4	Математика 13	ИЗО 1	Немецкий язык 8	Русский язык 6
	6	Немецкий язык 9	Физ-ра 2	Труд 2	Обществознание 5	Биология 7
	7			История 6	Подготовка к ОГЭ/Геом 10	История 10/Общество 5
<b>Пятница</b>	1	Русский яз. 8	Биология 8	Информатика 4	Биология 7	Русский язык 6
	2	Математика 10	Немецкий язык 11	Биология 7	Алгебра 9	Алгебра 7
	3	ОДНКР 6	Математика 13	Алгебра 10	Информатика 7	История 10
	4	Русский яз. 8	Труд 3	История 6	Немецкий язык 8	Физ-ра 2
	5	История 5	Русский язык 12	География 6	Физ-ра 2	Литература 7
	6		ИЗО 3	Физ-ра 2	Музыка 1	География 5