

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор школы: /В.В.Ардашев/
 Приказ № 01/О-2 от 09.01.2024 г.

Расписание уроков на 2023-2024 учебный год

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс	11 класс	
ПО НЕ ДЕ ЛЬ НИК	1	Лит. чт на род (удм) яз	Лит. чтение	Лит. чт на род (удм) яз	Лит. чтение	Русс. язык	Род.(удм) лит	Алгебра	Ин(англ).яз	История	Алгебра	Литерат.
	2	Математ.	Математ	Математ.	Математ.	Математика	Ин.(анг)яз	Литерат.	Химия	Алгебра	Физика	Алгебра
	3	Русс. язык	Музыка	Русс. язык	Русс. язык	Ин.(анг)яз	Русс. язык	Род.(удм)яз	Алгебра	Физика	Обществ	Русс. язык
	4	Физ-ра ²¹	Русс. язык	Физ-ра	Музыка	Род.(удм)яз	История	Вт.инос. (нем)яз	Род.(удм)яз	Литерат	Химия	Географ
	5		ИЗО ²⁶	ИЗО ²⁴	Физ-ра ²⁴	Музыка ³⁷	ИЗО	Технология	Русс. язык	Географ	Род.(удм)яз	Физика
	6						ОДНКНР ⁴³	Технолог ³⁷	Музыка ⁴²	ОБЖ ⁴⁵	География ⁵⁰	ФК пр.по физике ⁵⁴
	7											
В Т О Р Н И К	1	Лит. чтение	Род.(удм)яз	Лит. чтение	Лит. чтение	Математ.	Ин.(англ)яз	Вер.и стат	Род.(удм)яз	История	Алгебра	Алгебра
	2	Математ.	Математ.	Математ.	Математ.	История	Математ.	Ин(англ).яз	Вер.и стат	Русс. язык	Геометрия	Алгебра
	3	Физ.культ	Ин.(анг)яз	Физ.культ	Русс. язык	Биология	Род.(удм)	Геометрия	Русс. язык	Ин.(англ).яз	Литерат	Обществ.
	4	Русс. язык	Литер.чтен	Русс. язык	Физ.культ	Русс. язык	Русс. язык	Род.(удм)яз	Информат	Геометрия	Ин.(англ).яз	Русс. яз
	5	ИЗО ²⁴	Физ.культ ²⁸	Ин.(англ)яз ²⁸	Род.(удм)яз ²⁸	ОДНКНР	Технология	Информ	Ин.(англ).яз	Химия	Обществ	Литерат.
	6					Введ.в обществ ⁴¹	Технолог ⁵⁴	Русс. язык ⁵⁸	География ⁴⁴	Физ.культ ⁵⁰	Род (улм) яз ⁵¹	ФК реш. по биол ⁴⁹
С Р Е Д А	1	Окр.мир	Окр.мир	Окр.мир	Русс.яз	Род.(удм) яз	Литерат.	Ин.(англ).яз	Алгебра	Физика	Биология	Алгебра
	2	Математ.	Математ.	Математ.	Физ-ра	Математика	Род.(удм)яз	Геометрия	Алгебра	Ин.(англ).яз	Биология	Литерат.
	3	Физ-ра	Русс. язык	Физ-ра	Математика	Ин (англ).яз	Математика	Русс. язык	Физика	Род(удм)лит	История	Обществ
	4	Лит. чтен ²⁰	Лит. чт ²⁶	Лит. чтен ²⁰	Окр.мир ²²	Физ-ра	Биология	История	Геометрия	Литература	Вер.и стат	Ин(англ). яз.
	5					Литерат.	Русс. язык	Физика	Род.(удм)лит	Технология	Русс. язык	Биолог
	6					ИЗО ³⁷	ОБЖ ⁵³	Музыка ⁴⁸	Географ. ⁴⁷	Ист/граф ^{46/40}	Физ.культ ³⁹	ФК Философ ⁴²



		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Ч Е Т В Е Р Г	1	Литер.чт	Окр.мир	Литер.чт	Окр.мир	Физ.культ	Географ.	Физика	Русс. язык	Алгебра	Литерат	Химия
	2	Русс.язык	Математика	Русс.язык	Математ.	Ин.(англ)яз	Математика	Русс.язык	История	Физика	Русск.язык	Физ.культ
	3	Математика	Русс.язык	Математика	Русс. язык	Математика	Русс.язык	Алгебра	Химия	Биология	История	ОБЖ
	4	Технолог ²²	Физ-ра ²²	Род (удм) яз ²⁷	ОРКСЭ ²⁶	Русс.язык	Литература	Биология	Втор.иност. (нем)язык	Русс.язык	Геометрия	Алгебра
	5					Литерат. ³⁴	Обществ. ⁴³	Физ.культ	ОБЖ	Род.(удм)яз	Инд.проект	Ин (англ).яз
	6							Род.(удм) лит ⁴²	Физ.культ ³⁸	Информ. ⁴⁶	Инд.проект	Технол
	7										ФК пр.задач по химии ⁵²	ФК осн.русск. пункт ⁴⁵
П Я Т Н И Ц А	1	Окр.мир	Лит.чт на род.(удм)яз	Окр.мир	Лит.чт на род.(удм)яз	Математика	Русс.язык	Обществ.	Биология	Ин.(англ)яз	Ин(англ).яз	Род.(удм) яз
	2	Род.(удм)яз	Ин.(англ)яз	Род.(удм)яз	Ин.(англ)яз	История	Математика	Русс.язык	Геометрия	Химия	Литература	Физика
	3	Русс.язык	Русс.язык	Русс.язык	Русс.язык	Русс.язык	История	Алгебра	Ин.(англ)яз	Литература	Физич.культ	Биология
	4	Музыка ²³	Технол. ²¹	Музыка ²³	Технол. ²¹	Технология	Ин (англ)яз	География	Физ.культ	Биолог	Род.(удм) лит	История
	5					Технолог ³¹	Физ.культ ⁴⁸	ИЗО	История	Род.(удм)яз	Информат	Физ.кул
	6							ОБЖ ³⁶	Литерат ³⁹	Физ.культ ⁴³	Биология ³⁸	ФК практ по матем ⁴⁴
С У Б Б О Т А	1		Лит.чтение	Ин.(англ)яз	Род (удм)яз	Род (удм) лит	Русс.язык	Литература	Обществ.	Геометрия	Ин(англ).яз	Информ
	2		Род.(удм)яз	Русск.язык	Ин.(англ)яз	Географ	Математика	История	Литерат.	Алгебра	Физика	Ин.(англ). яз
	3		Русс.язык	Литерат.чт	Литерат.чт	Русс.язык	Литература	Ин (англ).яз	Физика	Вер.и стат	Обществ	История
	4		Физ.культ ²⁰	Технолог ²¹	ИЗО ²²	Литерат.	Физ.культ	География	Биология	Русс.язык	Обществ	Химия
	5					ОБЖ ²³	Музыка ³⁶	Физ-ра ²⁸	Технолог	Географ.	ОБЖ	Физ.кул
	6								Графика ²⁷	Обществ ³⁸	Технолог ³⁶	ФК философ

**Пояснительная записка к расписанию уроков и звонков
МБОУ «Мувырская средняя общеобразовательная школа»
на 2023-2024 учебный год**

Расписание уроков на 2023-2024 учебный год составлено на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 30.03.1999 N 52-ФЗ (ред. от 28.11.2015) "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения";
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28)
- СП 3.1./2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции ((COVID-19);
- В соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2023 – 2024 учебный год, разработанным на основе федерального государственного стандарта начального общего, основного общего, среднего общего образования и с учетом Федеральной образовательной программы начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования. Также учитывались сведения о распределении учебной нагрузки преподавателей, сведения о количестве классов на начало учебного года.

Расписание уроков МБОУ «Мувырская СОШ» на 2023- 2024 учебный год обеспечивает выполнение гигиенических требований к режиму образовательного процесса, установленных СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 и СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2; и предусматривает:

- продолжительность учебной недели 6 дней - для учащихся 2- 11 классов.
- 3 часа физической культуры с 1 по 4 класс; 2 часа физической культуры с 5 по 11 класс - третий час физической культуры выполняется за счет внеурочной деятельности.
- расписание звонков.

Учебная нагрузка обучающихся не превышает максимального объема учебной нагрузки школьника: в 1 классе установленной пятидневной учебной неделе – 21 ч., во 2 - 11 классах не превышает максимально допустимой при шестидневной учебной неделе: 2 – 4 класс – 26 ч., 5 класс – 32 ч., 6 класс – 33 ч., 7 класс – 35 ч., 8-9 класс – 36 ч., 10 – 11 класс – 37 часов.

День недели/ Класс	Недельная нагрузка в академических часах						Норма в часах
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	
1	4	5	4	4	4	-	21
2	5	5	4	4	4	4	26
3	5	5	4	4	4	4	26
4	5	5	4	4	4	4	26
5	5	6	6	5	5	5	32
6	6	6	6	5	5	5	33
7	6	6	6	6	6	5	35
8	6	6	6	6	6	6	36
9	6	6	6	6	6	6	36
10	6	6	6	7	6	6	37
11	6	6	6	7	6	6	37

Продолжительность урока во всех классах по 40 минут, за исключением 1 классов, где используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии в сентябре – октябре по 3 урока в день по 35 минут каждый; в ноябре-декабре – по 4урока (во вторник 5) по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока (во вторник -5 уроков) по 40 минут каждый). Расписание звонков на перерыв регулирует сам учитель.

Для предупреждения переутомления в течении недели в среду или четверг организован облегченный день. Распределение учебных предметов по шкале трудности по дням недели представлено в таблице:

Класс/день недели	Шкала трудности учебных предметов					
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
1	21	24	20	22	23	-
2	26	28	26	22	21	20
3	24	28	20	27	23	21
4	24	28	22	26	21	22
5	37	41	37	34	31	23
6	43	54	53	43	48	36
7	37	58	48	42	36	28
8	42	44	47	38	39	27
9	45	50	46/40	46	43	38
10	50	51	39	52	38	36
11	54	49	42	45	44	36

Учебные занятия начинаются в 8.30 ч. и заканчиваются в 13.50 ч. Работа элективных курсов и кружков начинается через 20 мин. после последнего урока.

Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, больших перемен 40 минут каждая. Для обучающихся 1-х классов в середине учебного дня предусмотрена организация динамической паузы продолжительностью 40 минут.

Известно, что работоспособность учащихся не остается неизменной в продолжение дня и недели. Её уровень нарастает к середине недели (вторник или среду) и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятницу) недели, поэтому расписание составлено с учетом дневного и недельного циклов работоспособности учащихся.

При составлении расписания учитывалась степень утомляемости учащихся, поэтому чередовались основные предметы с уроками музыки, ИЗО, технологии, физической культуры. Так как школа учится в одну смену и в школе один спортивный зал, уроки физической культуры в расписании поставлены и первыми и вторыми уроками.

Гигиенические требования к составлению расписания занятий в школе сводятся к обязательности учета динамики изменения физиологических функций и работоспособности на протяжении рабочего дня и недели, а также «трудности» учебных предметов.

При составлении расписания уроков пользовались шкалой трудности предметов для 1-11 классов, в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах. Для обучающихся 1-4 классов использовалась таблица 1 «Шкала трудности предметов для 1 - 4 классов». При составлении расписания уроков для обучающихся 2 ступени обучения использовалась таблица 2 «Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 5 - 9 классах»: для обучающихся 3 ступени - таблица 3 «Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 10 – 11 классах».

Наибольшая учебная нагрузка приходится на вторник и среду, когда в расписание включены наиболее трудные предметы (математика, русский язык, химия, физика, геометрия, английский язык).

Основная учебная нагрузка в течение дня в основном приходится на второй и третий уроки для первой ступени обучения и на второй, третий, четвертый уроки – на второй, третьей ступенях обучения.

В расписании полностью реализован учебный план школы.