

Утверждаю
Директор МКОУ Тамтачетской СОШ
Приказ от 30.08.2023г. № 253

Г.В. Демидович

Расписание уроков

**муниципального казенного общеобразовательного
учреждения Тамтачетской средней общеобразовательной
школы
на 2023/2024 учебный год**

Пояснительная записка к расписанию

- Расписание уроков на 2023/2024 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 17.12..2021г. № 03-2061 «О направлении методических рекомендаций по составлению расписания уроков для обучающихся начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования»;
 - 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»;
 - «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» от 30.06.2020 СП 3.3/2.4.3598-20;
 - с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы.

В школе отсутствует ступенчатый режим начала и окончания Вход и выход обучающихся осуществляется в каждом здании (Тамтачетской СОШ, Полинчетской СОШ и Кондратьевской НОШ) по графику через центральные входы. Уроки проводятся в формате кабинетной системы.

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2022/2023 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 2023/ 2024 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов (приложение 3 СанПиН 2.4.2.2821-10).

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 такие предметы, как иностранный язык (английский) язык (во 2-4 классах), физкультура. Из за малого количества обучающихся в Кондратьевский НОШ имеются классо- комплекты: 1 и 3 классы, 2 и 4 классы; в Тамтачетской СОШ 1 и 4 классы. При составлении расписания использовалась шкала трудности учебных предметов.

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования (СП 1.2.3685-21 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 - составляет 5 уроков (физическая культура). 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. Динамическая пауза проводится: в хорошую и теплую погоду на свежем воздухе, в плохую погоду либо в спортзале, либо в комнате детских инициатив, в форме подвижных игр.

Максимально допустимая учебная нагрузка в 2-4 классах 23 часа в неделю; 3 дня в неделю 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 четверг.

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. один учитель английского языка, ведёт уроки ещё и в начальных классах, один учитель физической культуры.

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

| Учебные предметы | Количество баллов (по классам) | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------|---------|---------|---------|---------|
| | 5 класс | 6 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс |
| Физика | - | - | 8 | 9 | 13 |
| Химия | - | - | - | 10 | 12 |
| История | 5 | 8 | 6 | 8 | 10 |
| Иностранный язык | 9 | 11 | 10 | 8 | 9 |
| Математика | 10 | 13 | - | - | - |
| Геометрия | - | - | 12 | 10 | 8 |
| Алгебра | - | - | 10 | 9 | 7 |
| Природоведение | 7 | 8 | - | - | - |
| Биология | 10 | 8 | 7 | 7 | 7 |
| Литература | 4 | 6 | 4 | 4 | 7 |
| Информатика и ИКТ | 4 | 10 | 4 | 7 | 7 |
| Русский язык/Родной язык | 8 | 12 | 11 | 7 | 6 |
| География | - | 7 | 6 | 6 | 5 |
| Изобразительное искусство | 3 | 3 | 1 | - | - |
| Музыка | 2 | 1 | 1 | 1 | - |
| Технология | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 |
| Основы безопасности жизнедеятельности | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| Физическая культура | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 |

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

| Учебные предметы | Количество баллов |
|--|-------------------|
| Физика | 12 |
| Математика (геометрия), Химия | 11 |
| Математика (алгебра) | 10 |
| Русский язык/Родной язык | 9 |
| Литература, Иностранный язык | 8 |
| Биология | 7 |
| Информатика и ИКТ | 6 |
| История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК) | 5 |
| География | 3 |
| Основы безопасности жизнедеятельности | 2 |
| Физическая культура | 1 |

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, что наибольший ее объем приходится в основном на вторник и 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 2-11 классов

| № п/п | Начало урока | Конец урока | Перемена |
|-------|--------------|-------------|----------|
| 1. | 9.00 | 9:40 | 10 мин |
| 2. | 9:50 | 10:30 | 20 мин |
| 3. | 10:50 | 11:30 | 20 мин |
| 4. | 11:50 | 12:30 | 10 мин |
| 5. | 12:40 | 13:20 | 10 мин |
| 6. | 13:30 | 14:10 | 10 мин |
| 7. | 14.20 | 15.00 | 10 мин |

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 15 (объединены на занятия : начальные классы, 6 и 7, 8 и 9, 10 и 11), плюс 13 часов внеурочной деятельности.

Предметы ОБЖ, ИЗО, технология и музыка объединены и проводятся совместно в связи с небольшой численностью обучающихся в классе.

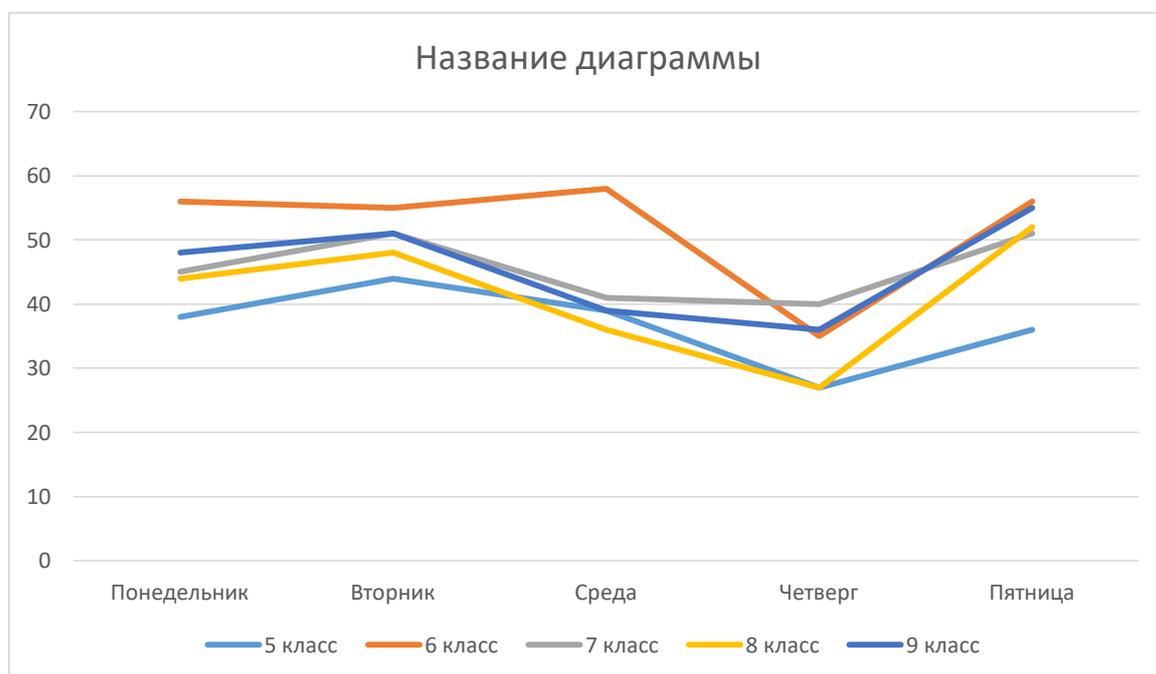
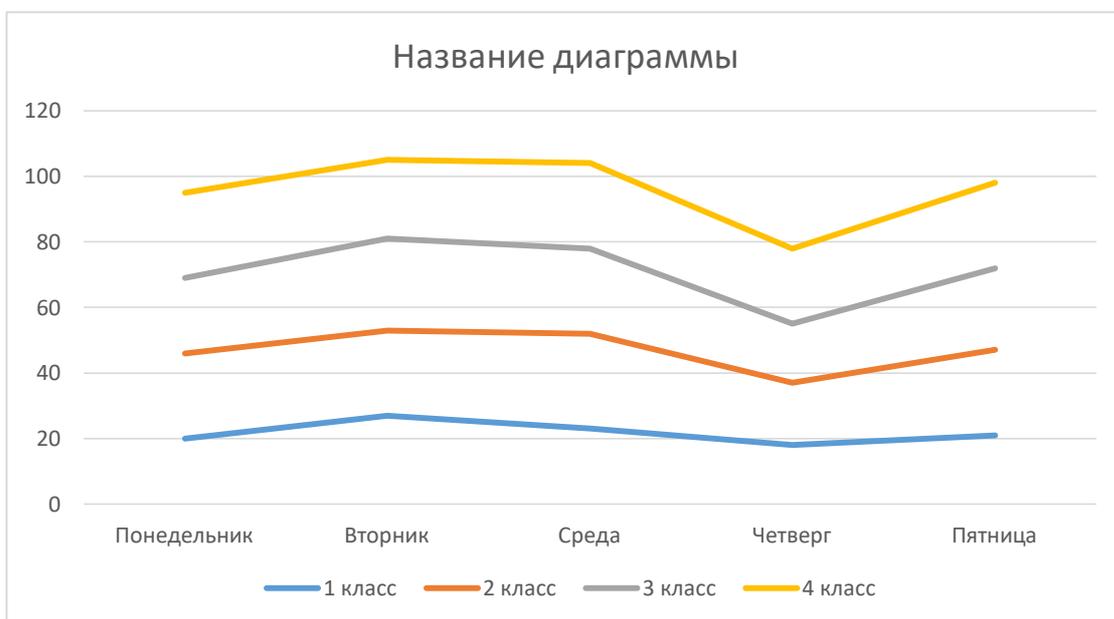
На основании гигиенической оценки расписания, которая проведена с использованием приложения 3 СанПиН 2.4.2.2821-10 можно сделать следующие выводы.

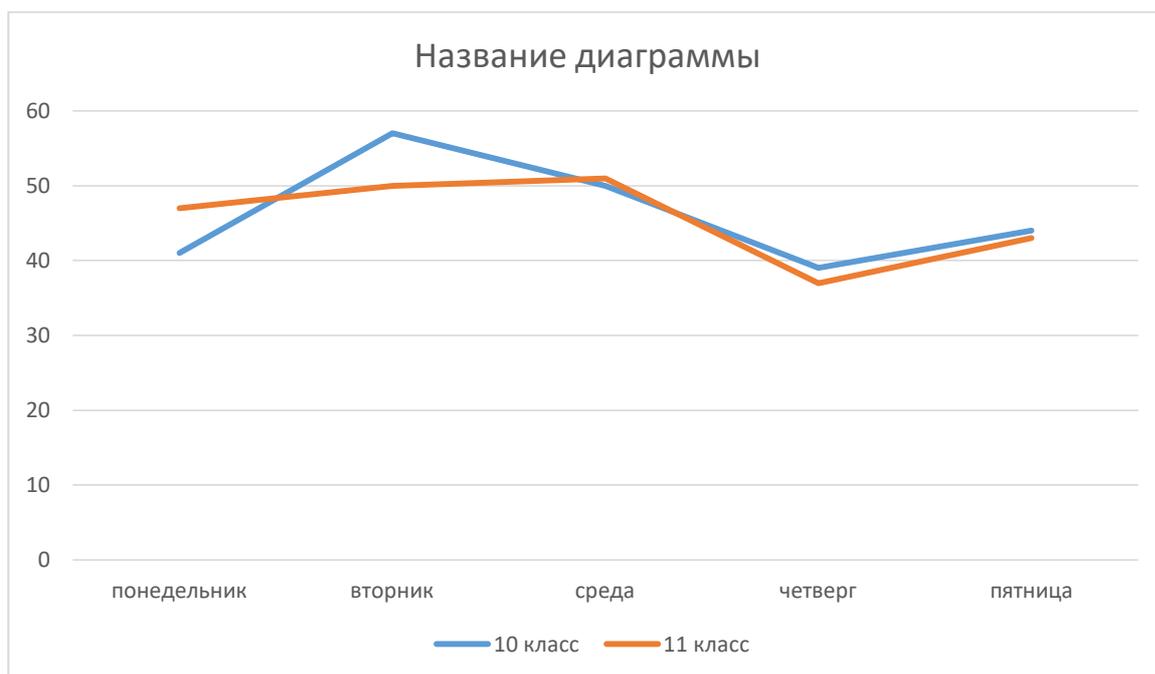
Максимальная нагрузка в 1-4 классах, 8-11 классах в основном приходится на вторник и среду. В 5,6,7,11 классах максимальная нагрузка приходится на вторник. Сопоставимая с максимальной: на вторник и среду т.е. на середину недели, что не противоречит гигиеническим нормам.

| День недели | Классы | | | | | | | | | | |
|-------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| понедельник | 20 | 26 | 23 | 26 | 38 | 56 | 45 | 44 | 48 | 41 | 47 |
| вторник | 27 | 26 | 28 | 24 | 44 | 55 | 51 | 48 | 51 | 57 | 50 |
| среда | 23 | 29 | 26 | 26 | 39 | 58 | 41 | 36 | 39 | 50 | 51 |
| четверг | 18 | 19 | 18 | 23 | 27 | 35 | 40 | 27 | 36 | 39 | 37 |
| пятница | 21 | 26 | 25 | 26 | 36 | 56 | 51 | 52 | 55 | 44 | 43 |
| | | | | | | | | | | | |

Дни проведения факультативных занятий проводятся с учетом дней с наименьшим количеством уроков: 1 класс- вторник, 8 класс- среда, 9 класс- среда, 10 класс- понедельник, 11 класс- понедельник, пятница.

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





(Тамгачетская СОШ, Кондратьевская НОШ)

| | Понедельник | Шкала трудн. | Вторник | Шкала трудн. | Среда | Шкала трудн. | Четверг | Шкала трудн. | Пятница | Шкала трудн. |
|--------------------------|--------------------------------|-----------------|------------------------|-----------------|------------------------|-----------------|------------------------|-----------------|------------------------------|-----------------|
| 1 урок | Кл.ч «Разговор о важном» | | Литературное чтение | 5 | Литературное чтение | 5 | Русский язык | 7 | Литературное чтение | 5 |
| 2 урок | Литературное чтение | 5 | Математика | 8 | Математика | 8 | Математика | 8 | Русский язык | 7 |
| 3 урок | Динамическая пауза | | Динамическая пауза | | Динамическая пауза | | Динамическая пауза | | Динамическая пауза | |
| | Математика | 8 | Русский язык | 7 | Русский язык | 7 | Технология | 2 | Окружающий мир | 6 |
| 4 урок | Русский язык | 7 | Окружающий мир | 6 | Музыка | 3 | Физическая культура | 1 | Изобразительное искусство | 3 |
| 5 урок | Физическая культура | 1 | | | | | | | | |
| Итого за день | 4 урока | 21 | 4 урока | 26 | 4 урока | 23 | 4 урока | 18 | 4 урока | 21 |

ИТОГО – 20 час.

Недельное расписание 2-4 классов на 2023-2024 у.г

| День недели | № урока | 2 класс | Шкала трудн. | 4 класс | Шкала Трудн. |
|----------------------|----------------|--------------------------|---------------------|--------------------------|---------------------|
| Понедельник | 1 | Кл.ч «Разговор о важном» | | Кл.ч «Разговор о важном» | |
| | 2 | Математика | 8 | Математика | 8 |
| | 3 | Русский язык | 7 | Русский язык | 7 |
| | 4 | Литературное чтение | 5 | Литературное чтение | 5 |
| | 5 | Физическая культура | 1 | Окружающий мир | 6 |
| Итого за день | | 4 урока | 21 | 4 урока | 26 |
| Вторник | 1 | Литературное чтение | 5 | Литературное чтение | 5 |
| | 2 | Математика | 8 | Математика | 8 |
| | 3 | Русский язык | 7 | Русский язык | 7 |
| | 4 | Иностранный язык | 7 | Физическая культура | 1 |
| | 5 | Физическая культура | 1 | Музыка | 3 |
| Итого за день | | 5 уроков | 28 | 5 уроков | 24 |
| Среда | 1 | Русский язык | 7 | ОРКСЭ | 4 |
| | 2 | Математика | 8 | Математика | 8 |
| | 3 | Окружающий мир | 6 | Русский язык | 7 |
| | 4 | Литературное чтение | 5 | Литературное чтение | 5 |
| | 5 | Музыка | 3 | Изобразительное иск.во | 3 |
| Итого за день | | 4 урока | 29 | 5 уроков | 27 |
| Четверг | 1 | Русский язык | 7 | Физическая культура | 1 |
| | 2 | Литературное чтение | 5 | Математика | 8 |
| | 3 | Иностранный язык | 7 | Русский язык | 7 |
| | 4 | Технология | 2 | Иностранный язык | 7 |
| | 5 | | | | |
| Итого за день | | 4 урока | 21 | 4 урока | 23 |
| Пятница | 1 | Русский язык | 7 | Иностранный язык | 7 |
| | 2 | Математика | 8 | Русский язык | 7 |
| | 3 | Окружающий мир | 6 | Окружающий мир | 6 |
| | 4 | Изобразительное иск.во | 3 | Литературное чтение | 5 |
| | 5 | | | Технология | 2 |
| Итого за день | | 4 урока | 24 | 5 уроков | 27 |

За неделю

23 часа

23 часа

Недельное расписание 5-9 классов на 2023-2024 у.г

| День недели | № ур. | 5 класс | | 6 класс | | 7 класс | | 8 класс | | 9 класс | |
|----------------------|-------|---------------------|-----------|---------------------|-----------|---------------------|-----------|---------------------|-----------|---------------------|-----------|
| Понедельник | | «Разговор о важном» | | «Разговор о важном» | | «Разговор о важном» | | «Разговор о важном» | | «Разговор о важном» | |
| | 1 | Русский язык | 8 | Русский язык | 12 | История | 6 | Математика | 9 | Русский язык | 6 |
| | 2 | Математика | 10 | География | 7 | Математика | 10 | Русский язык | 7 | Химия | 12 |
| | 3 | История | 5 | Математика | 13 | Русский язык | 11 | География | 6 | Математика | 7 |
| | 4 | География | 7 | Русский язык | 12 | Английский язык | 10 | Химия | 10 | История | 10 |
| | 5 | Литература | 4 | История | 8 | География | 6 | История | 8 | Литература | 8 |
| | 6 | Технология | 4 | Физ-ра | 4 | Физ-ра | 2 | Литература | 4 | География | 5 |
| Итого за день | | 6 уроков | 38 | 6 уроков | 56 | 6 уроков | 45 | 6 уроков | 44 | 6 уроков | 48 |
| Вторник | 1 | Английский язык | 9 | Математика | 13 | Русский язык | 11 | Обществознание | 5 | Математика | 8 |
| | 2 | Русский язык | 8 | Русский язык | 12 | Математика | 12 | Английский язык | 8 | Обществознание | 5 |
| | 3 | Математика | 10 | Обществознание | 9 | История | 11 | Математика | 10 | Физика | 13 |
| | 4 | ИЗО | 3 | Английский язык | 11 | Физика | 8 | Биология | 7 | Биология | 7 |
| | 5 | Биология | 10 | Литература | 6 | Биология | 7 | Физика | 9 | Литература | 7 |
| | 6 | | | Физ-ра | 4 | Физ-ра | 2 | Информатика | 7 | Английский язык | 9 |
| | 7 | | | | | | | Физ-ра | 2 | Физ-ра | 2 |
| Итого за день | | 5 уроков | 40 | 6 уроков | 55 | 6 уроков | 51 | 7 уроков | 48 | 7 уроков | 51 |
| Среда | 1 | Математика | 10 | Английский язык | 11 | Математика | 10 | Русский язык | 7 | Русский язык | 6 |
| | 2 | Английский язык | 9 | Математика | 13 | Литература | 4 | История | 8 | Математика | 7 |
| | 3 | Русский язык | 8 | История | 8 | Английский язык | 10 | Математика | 9 | Химия | 12 |
| | 4 | История | 5 | Русский язык | 12 | География | 6 | Литература | 4 | География | 5 |
| | 5 | Физ-ра | 3 | Биология | 8 | История | 6 | Технология | 2 | Физика | 2 |
| | 6 | Литература | 4 | ИЗО | 3 | ИЗО | 1 | География | 6 | Биология | 7 |
| | 7 | | | Технология | 3 | Технология | 4 | | | | |
| Итого за день | | 6 уроков | 39 | 7 уроков | 58 | 7 уроков | 41 | 6 уроков | 36 | 6 уроков | 39 |
| Четверг | 1 | Русский язык | 8 | Математика | 13 | Русский язык | 11 | ОБЖ | 3 | ОБЖ | 3 |
| | 2 | Математика | 10 | Русский язык | 12 | Математика | 12 | Технология | 1 | Русский язык | 6 |
| | 3 | Физ-ра | 3 | Литература | 6 | Литература | 4 | Английский язык | 8 | Математика | 8 |
| | 4 | Литература | 4 | Технология | 3 | Технология | 2 | Математика | 10 | Английский язык | 9 |
| | 5 | Технология | 4 | Музыка | 1 | Английский язык | 10 | Физ-ра | 4 | История (1 полуг) | 10 |
| | 6 | | | | | Музыка | 1 | Музыка | 1 | Технология | 2 |
| Итого за день | | 5 уроков | 29 | 5 уроков | 35 | 6 уроков | 40 | 6 уроков | 27 | 6 уроков | 38 |
| Пятница | 1 | ОДНК | 5 | Русский язык | 12 | Физика | 8 | Английский язык | 8 | Литература | 7 |
| | 2 | Русский язык | 8 | ОДНК | 8 | Математика | 10 | Русский язык | 7 | История | 10 |
| | 3 | Английский язык | 9 | Математика | 13 | Обществознание | 9 | Химия | 10 | Информатика | 7 |
| | 4 | Математика | 10 | Английский язык | 11 | Русский язык | 11 | Физика | 9 | Физика | 13 |
| | 5 | Физ-ра | 3 | Литература | 6 | Вероятность и стат. | 10 | Математика | 9 | Математика | 7 |
| | 6 | Музыка | 2 | Физ-ра | 4 | Физ-ра | 2 | Биология | 7 | Английский язык | 9 |
| | 7 | | | | | Информатика | 4 | | 2 | Физ-ра | 2 |
| Итого за день | | 6 уроков | 37 | 6 уроков | 54 | 7 уроков | 54 | 7 уроков | 52 | 7 уроков | 55 |
| За неделю | | 28 часов | | 30 часов | | 32 часа | | 32 часа | | 31 час | |

Недельное расписание 10-11 классов на 2023-2024 у.г

| День недели | № урока | 10 класс | Шк.тр | 11 класс | Шк. Тр |
|------------------------|---------|-----------------------|-----------|-----------------------|-----------|
| Понедельник | | «Разговор о важном» | | «Разговор о важном» | |
| | 1 | Физ-ра | 1 | Физ-ра | 1 |
| | 2 | Английский язык | 8 | Химия | 11 |
| | 3 | Химия | 11 | Математика | 10 |
| | 4 | Математика | 10 | Русский язык | 9 |
| | 5 | Литература | 8 | Литература | 8 |
| | 6 | География | 3 | Английский язык | 8 |
| | 7 | Информатика | 6 | | |
| Итого за день | | 7 уроков | 47 | 6 уроков | 47 |
| Вторник | 1 | Математика | 10 | История | 5 |
| | 2 | Информатика | 6 | Биология | 7 |
| | 3 | Русский язык | 9 | Математика | 11 |
| | 4 | Физика | 12 | Литература | 8 |
| | 5 | Литература | 8 | Физика | 12 |
| | 6 | История | 5 | Обществознание | 5 |
| | 7 | ОБЖ | 2 | ОБЖ | 2 |
| Итого за день | | 7 уроков | 52 | 7 уроков | 50 |
| Среда | 1 | Физ-ра | 1 | Физ-ра | 1 |
| | 2 | Математика | 10 | Русский язык | 9 |
| | 3 | Информатика | 6 | Математика | 10 |
| | 4 | Физика | 12 | Математика | 10 |
| | 5 | Литература | 8 | Литература | 8 |
| | 6 | История | 5 | Английский язык | 8 |
| | 7 | Индивидуальный проект | 5 | Индивидуальный проект | 5 |
| Итого за день | | 7 уроков | 47 | 7 уроков | 51 |
| Четверг | 1 | Физ-ра | 1 | Физ-ра | 1 |
| | 2 | Биология | 7 | Математика | 11 |
| | 3 | Литература | 8 | Литература | 8 |
| | 4 | Английский язык | 8 | История | 5 |
| | 5 | Математика | 10 | Русский язык | 9 |
| | 6 | Обществознание | 5 | География | 3 |
| Итого за день | | 6 уроков | 39 | 6 уроков | 37 |
| Пятница | 1 | Английский язык | 8 | Физика | 12 |
| | 2 | Информатика | 6 | Английский язык | 8 |
| | 3 | Русский язык | 9 | Математика | 10 |
| | 4 | Вероятность и стат-ка | 10 | Обществознание | 5 |
| | 5 | Литература | 8 | Литература | 8 |
| | 6 | Обществознание | 5 | | |
| | 7 | 6 уроков | 46 | 5 уроков | 43 |
| Итого за неделю | | 33 часа | | 31 час | |