



УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ «Школа № 46
г.о. Донецк»
Е.В.Замолдинова
Приказ № 176 от 29.08.2024г.

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ

**Начального общего, основного общего и среднего общего образования
ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ШКОЛА № 46 ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОНЕЦК»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
на 2024-2025 учебный год**

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.

Обучающиеся 1-11 классов занимаются в одном здании: Вход и выход обучающихся осуществляется по графику через центральный вход. За каждым классом закреплен отдельный учебный кабинет, в котором дети обучаются по всем предметам, за исключением занятий, требующих специального оборудования (в том числе физическая культура, информатика, труд (технология)).

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) (во 2-4 классах) преподает внешний совместитель и музыка. 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. в школе нет учителя математики и учебную нагрузку поделили внутренние совместители.

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	-	-

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 на вторник – четверг. 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.

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 (при дистанционной форме обучения)

№ п/п	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	8.15	8.55	10 мин
2.	9:05	9.45	10 мин
3.	9.55	10:35	20 мин
4.	10.55	11:35	10 мин
5.	11.45	12.25	10 мин
6.	12.35	13.15	10 мин
7.	13.25	14.05	30 мин

Расписание звонков для (при очной форме обучения)

№ п/п	Начало урока	Конец урока	Перемена
1.	8.15	9:00	10 мин
2.	9:10	9.55	10 мин
3.	10:05	10:50	20 мин
4.	11.10	11:55	10 мин
5.	12:05	12:50	10 мин
6.	13:00	13:45	10 мин
7.	13.55	14.40	30 мин

В расписании полностью реализован учебный план школы.

При составлении расписания было учтено то, что в школе 2 спортивных зала, школа занимается в одну смену, а общая сумма часов физической культуры составляет 26, плюс 9 часов 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, 3, 4, 5Б, 8 и 10 классах приходится на среду, в 2, 5А, 6А, 6Ю, 7, 11 на вторник, а в 9 на четверг, т.е. на середину недели, что не противоречит гигиеническим нормам.

День недели	Классы												
	1	2	3	4	5-А	5-Б	6-А	6-Б	7	8	9	10	11
понедельник	21	23	23	20	33	36	46	47	39	41	46	40	44
вторник	23	29	27	26	39	37	54	55	52	44	54	49	54
среда	27	28	28	32	37	40	50	52	45	45	52	59	48
четверг	22	27	27	27	36	33	51	50	43	44	55	46	43
пятница	22	22	24	22	34	32	48	45	37	37	44	40	44

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

Недельное расписание уроков 1- 4 классов

[illegible]

		Оси. функц. Грамотн.		Учусь созд. проекты		Учусь созд. проекты		Учусь созд. проекты	
		Школьный театр		Краеведение					
Итого за день			22		27		27		27
Пятница	1	Классный час		Классный час		Классный час		Классный час	
	2	Музыка	3	Рус. язык	7	Рус. язык	7	Физич. культура	1
	3	Рус. язык	7	Английский язык	6	Математика	8	Рус. язык	7
	4	Окружающий мир	6	Математика	8	Английский язык	6	Математика	8
	5	Чистописание	6	Физич. культура	1	Изобр. искусство	3	Английский язык	6
	Внеурочные занятия								
	1			За здор. образ жизни		За здор. образ жизни		За здор. образ жизни	
	2					Краеведение			
Итого за день			22		22		24		22

6



Недельное расписание уроков 5- 9 классов

День недели	№ урока	5-А КЛАСС		5-Б КЛАСС		6-А КЛАСС		6-Б КЛАСС		7 КЛАСС		8 КЛАСС		9 КЛАСС	
Понедельник	1	«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»	
	2	Литература	4	Литература	4	Изобр. искусство	3	Рус. язык	12	Английский язык	10	Биология	7	Литература	7
	3	Математика	10	Рус. язык	8	Обществознание	9	Биология	8	Рус. язык	11	История	8	Алгебра	7
	4	Рус. язык	8	Английский язык	9	Рус. язык	12	Математика	13	Алгебра	10	Рус. язык	7	Физика	13
	5	Английский язык	9	История	5	Литература	6	География	7	Литература	4	Физич. культура	2	Геометрия	8
	6	Музыка	2	Математика	10	ОДНКНР	3	Физич. культура	4	Труд	2	Алгебра	9	Английский язык	9
	7					Математика	13	Изобр. искусство	3	Труд	2	Английский язык	8	Физич. культура	2
	Внеурочные занятия														
	1	Форм. функц. грамот.		Школьный хор		Школьный хор		Форм. функц. грамот.		Спортивные игры		Спортивные игры			
	2	Проектн. мастерская								Проект. мастерская					
Итого за день		33		36		46		47		39		41		46	
Вторник	1	Литература	4	Литература	4	Физич. культура	4	Рус. язык	12	Алгебра	10	Английский язык	8	История	10
	2	Рус. язык	8	Рус. язык	8	Рус. язык	12	Математика	13	Рус. язык	11	Физика	9	Английский язык	9
	3	Математика	10	География	7	Литература	6	Физич. культура	4	Музыка	1	Рус. язык	7	Химия	12
	4	Английский язык	9	История	5	Биология	8	Рус. язык	12	Геометрия	12	Литература	4	Рус. язык	6
	5	Труд	4	Математика	10	Английский язык	11	История	8	Физика	8	Химия	10	Вер. и статистика	7
	6	Труд	4	Физич. культура	3	Математика	13	Литература	6	Вер. и статистика	10	География	6	Обществознание	5
	7													ОБЗР	5
	Внеурочные занятия														
	1	Школьный совет		Форм. функц. грамот.		Спортивные игры		Школьный хор		Форм. функц. грамот.		Проектн. мастерская		Проектн. мастерская	
	Итого за день		39		37		54		55		52		44		54
Среда	1	Литература	4	Рус. язык	8	Рус. язык	12	Обществознание	9	Физич. культура	2	Алгебра	9	Биология	7
	2	Рус. язык	8	ОДНКНР	3	Математика	13	Английский язык	11	Алгебра	10	Вер. и статистика	9	Физика	13
	3	Математика	10	Биология	10	Рус. язык	12	Музыка	1	Рус. язык	11	Труд	2	География	5
	4	ОДНКНР	3	Математика	10	География	7	Рус. язык	12	Английский язык	10	Физика	9	Химия	12
	5	Английский язык	9	Английский язык	9	Труд	3	Литература	6	География	6	Геометрия	10	Рус. язык	6
	6	Физич. культура	3			Труд	3	Математика	13	История	6	География	6	Информатика	7
	7													Физич. культура	2
	Внеурочные занятия														
	1	Спортивные игры		Школьный театр		Форм. функц. грамот.		Школьный совет		Школьный хор				Форм. функц. грамот.	
	Итого за день		39		37		54		55		52		44		54

Недельное расписание уроков 10-11 классов

День недели	№ урока	10 КЛАСС	Баллы	11 КЛАСС	Баллы
Понедельник	1	«Разговоры о важном»		«Разговоры о важном»	
	2	Обществознание	5	Алгебра	10
	3	Английский язык	8	Физич. культура	1
	4	Биология	7	История	5
	5	Физика	12	Химия	11
	6	Литература	8	Рус. язык	9
	7			Литература	8
	Внеурочные занятия				
	1	Основы педагогики и психологии		Основы педагогики и психологии	
Итого за день			40		44
Вторник	1	История	5	Биология	7
	2	ОБЗР	2	История	5
	3	Английский язык	8	Индивид. проект	5
	4	Индивид. проект	5	Алгебра	10
	5	Рус. язык	9	Литература	8
	6	Физика	12	Английский язык	8
	7	Литература	8	Вер. и статистика	11
	Внеурочные занятия				
	1	Спортивные игры			
Итого за день			49		54
Среда	1	Геометрия	11	Физика	12
	2	История	5	Рус. язык	9
	3	Рус. язык	9	Обществознание	5
	4	Обществознание	5	Литература	8
	5	Химия	11	Информатика	6
	6	Литература	8	Английский язык	8
	7	Алгебра	10		
	Внеурочные занятия				
	1	Семьеведение		Семьеведение	
	2			Спортивные игры	
Итого за день			59		48
Четверг	1	Алгебра	10	География	3
	2	История	5	ОБЗР	2
	3	Физич. культура	1	Обществознание	5

	4	Английский язык	8	Физика	12
	5	Литература	8	История	5
	6	География	3	Английский язык	8
	7	Геометрия	11	Литература	8
	Внеурочные занятия				
4Итого за день	1	Россия – мои гориз.		Россия – мои гориз.	
			46		43
Пятница	1	Классный час		Классный час	
	2	Физич. культура	1	Алгебра	10
	3	Вер. и статистика	11	Рус. язык	9
	4	История	5	Литература	8
	5	Рус. язык	9	Геометрия	11
	6	Литература	8	История	5
	7	Информатика	6	Физич. культура	1
	Внеурочные занятия				
	1	Основы педагогики и психологии		Основы педагогики и психологии	
	Итого за день			40	



В данной книге пронумеровано,
пронумеровано и скреплено печатью
ГБОУ «Школа №46 г.о. Донецк»

11 (одинадцать) страниц

Директор школы Т.В. Замолдинова

