

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЧАТЛЫКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
МО КРАСНОУФИМСКИЙ ОКРУГ

«Утверждено»
приказом директора
МКОУ «Чатлыковская СОШ» Хариной Н.Г.
№ 108-а от 26.08.2025 г.

**РАСПИСАНИЕ
УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ
НА 2025 – 2026 УЧЕБНЫЙ ГОД**

ЧАТЛЫК

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Расписание учебных занятий обучающихся в муниципальном казенном общеобразовательном учреждении «Чатлыковская средняя общеобразовательная школа» составлено в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", СП 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", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 N 2 (зарегистрировано Минюстом России 29.01.2021, регистрационный N 62296), с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.12.2022 N 24 (зарегистрировано Минюстом России 09.03.2023, регистрационный N 72558) (далее - СанПиН 1.2.3685-21), методическими рекомендациями, Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего, основного общего, среднего общего образования, Уставом МКОУ «Чатлыковская СОШ».

В 2025 – 2026 учебном году установлен следующий режим работы школы:

- начало занятий – 1-4, 5-6, 9 классы – 9.10; 7, 8, 11 классы - 8.20;
- занятия проводятся в первую смену;
- в 1-4 классе 5-дневная учебная неделя, во 5 – 11 классах 5-дневная учебная неделя;
- между занятиями внеурочной деятельности и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью в 30 минут. Продолжительность урока во 2 – 11 классах – 40 минут;
- продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, после 3 и 4 уроков – 20 минут каждая.

Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам составляет 60 – 80%.

В оздоровительных целях в школе созданы условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме не менее 2 часов. Такой объем двигательной активности складывается из участия обучающихся в комплексе мероприятий: физкультминуток на уроках, подвижных игр на переменах, уроков физкультуры (1 класс 3 урока, 2-11 классы – 2 урока), внеклассных спортивных занятий и соревнований, дней здоровья, занятий в спортивных секциях, самостоятельных занятий физкультурой.

Организация образовательного процесса в 1 классе

Начало занятий с 9.10. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки. Обязательная недельная нагрузка соответствует нормам, определенным СанПиН и составляет 21 час.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, не учитываются при определении обязательной допустимой нагрузки учащихся.

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

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии (в сентябре – октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, с обязательным проведением двух

физкультминуток по 1,5-2 минуты каждая, остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми; в ноябре – декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; январь – май – по 4 урока по 40 минут каждый);

- организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели у обучающихся облегченные учебные дни в четверг и пятницу.

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня для обучающихся 1 класса не превышает 4 уроков и 1 день в неделю – не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

Для обучающихся 1 класса при составлении расписания учитывается следующее: уроки, требующие большого умственного напряжения (русский язык, математика) проводятся вторыми и третьими. Уроки по искусству, окружающему миру, технологии, физической культуре проводятся последними.

Продолжительность перемен – не менее 10 минут.

Для первоклассников организовано питание. После четвертого урока – обед (20 минут).

Вторая половина дня предоставлена для организации внеурочной деятельности после 30-минутного перерыва после последнего урока.

Расписание учебных занятий

Расписание учебных занятий в школе преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для всех участников образовательных отношений

Расписание учебных занятий составлено с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы.

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана общеобразовательного учреждения, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает величину недельной образовательной нагрузки.

Максимальная величина образовательной нагрузки

<i>Классы</i>	1	2-4	5	6	7	8-9	11
<i>Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах при 5-дневной неделе, не более</i>	21	23	29	30	32	33	34

Число уроков в день:

- для обучающихся 1 класса – не более 4 уроков и один день в неделю не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков и один день в неделю не более 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.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Для обучающихся 5-11 классов возможны сдвоенные уроки физической культуры.

В расписании уроков чередуются в течение дня и недели различные по сложности предметы: для обучающихся 1-4 классов основные предметы (математика, русский и иностранный язык) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся 5-11 классов предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами, либо основные предметы проводятся 2-4 уроками.

В течение учебного дня не проводится более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся на 2-4 уроках.

При составлении расписания уроков 1-11 классов используется шкала трудности предметов, в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

ШКАЛА ТРУДНОСТИ УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ

(выдержка из действующих СанПин)

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования

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

Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования

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
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
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание (включая экономику и право)		6	9	9	5	5
Технология		4	3	2	1	4
Черчение		-	-	-	5	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**

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

Наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов должно приходиться на **вторник и (или) среду**. В расписание уроков включаются 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. (Письмо Минпросвещения России от 17.12.2021 N 03-2161 О направлении методических рекомендаций (вместе с Основными требованиями и рекомендациями к составлению расписания для обучающихся начального общего образования, Основными требованиями и рекомендациями к составлению расписания для обучающихся основного общего и среднего общего образования).

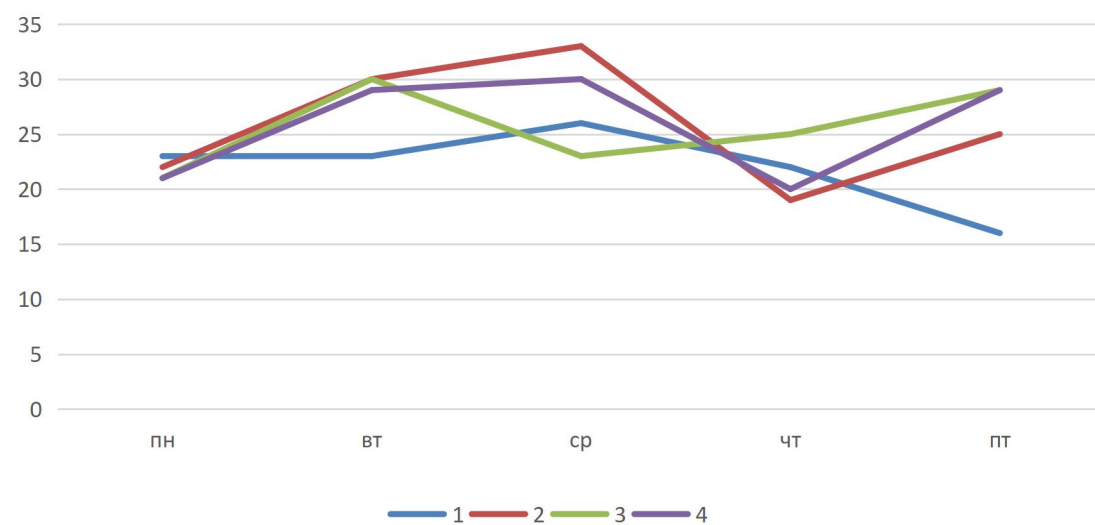
РАСПИСАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ 1-4 КЛАСС

День недели	№ урока	1 класс	ШТ	2 класс	ШТ	3 класс	ШТ	4 класс	ШТ
ПН	1	литературное чтение	5	литературное чтение	5	литературное чтение	3	русский язык	7
	2	математика	8	русский язык	7	русский язык	7	физкультура	1
	3	ИЗО	3	математика	8	математика	8	математика	8
	4	русский язык	7	труд	2	физкультура	1	литературное чтение	3
Сумма баллов			23		22		21		21
ВТ	№ урока	1	ШТ	2	ШТ	3	ШТ	4	ШТ
	1	литературное чтение	5	литературное чтение	5	литературное чтение	5	литературное чтение	5
	2	математика	8	английский язык	7	математика	8	математика	8
	3	русский язык	7	русский язык	7	английский язык	7	русский язык	7
	4	физультаура	1	математика	8	русский язык	7	ИЗО	3
	5	труд	2	ИЗО	3	музыка	3	окружающий мир	6
Сумма баллов			23		30		30		29
СР	№ урока	1	ШТ	2	ШТ	3	ШТ	4	ШТ
	1	литературное чтение	5	литературное чтение	5	литературное чтение	5	русский язык	7
	2	русский язык	7	английский язык	7	математика	8	математика	8
	3	математика	8	русский язык	7	физкультура	1	ОРКСЭ	6
	4	окружающий мир	6	математика	8	русский язык	7	труд	2
	5			окружающий мир	6	труд	2	английский язык	7
Сумма баллов			26		33		23		30

ЧТ	№ урока	1	ШТ	2	ШТ	3	ШТ	4	ШТ
	1	окружающий мир	6	литературное чтение	5	английский язык	7	литературное чтение	5
	2	математика	8	физкультура	1	окружающий мир	6	английский язык	7
	3	русский язык	7	русский язык	7	русский язык	7	физкультура	1
	4	физкультура	1	ЧСН*	6	литературное чтение	5	русский язык	7
	Сумма баллов		22		19		25		20
ПТ	№ урока	1	ШТ	2	ШТ	3	ШТ	4	ШТ
	1	литературное чтение	5	математика	8	математика	8	литературное чтение	5
	2	русский язык	7	русский язык	7	ИЗО	3	русский язык	7
	3	музыка	3	физкультура	1	русский язык	7	математика	8
	4	физкультура	1	окружающий мир	6	окружающий мир	6	окружающий мир	6
	5			музыка	3	ЧСН*	6	музыка	3
	Сумма баллов		16		26		29		29

* курс из части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений

График распределения трудности учебных дней 1-4
класс



РАСПИСАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ 5-9 КЛАСС

Понедельник										
№ урока	5	ШТ	6	ШТ	7	ШТ	8	ШТ	9	ШТ
1					вероятность и статистика	10	история	8		
2	история	5	история	8	геометрия	12	алгебра	9	русский язык	6
3	русский язык	8	математика	13	физика	8	русский язык	7	физика	13
4	физкультура	3	русский язык	12	русский язык	11	география	6	обществознание	5
5	математика	10	труд	3	география	6	обществознание	5	литература	7
6	литература	4	география	7	история	6	информатика	7	алгебра	7
7	труд	4	физкультура	4					история/ОЧГ*	10/6
Сумма баллов		34		47		53		42		48/44
Вторник										
№ урока	5	ШТ	6	ШТ	7	ШТ	8	ШТ	9	ШТ
1					история	6	физика	9		
2	английский язык	9	русский язык	12	алгебра	10	геометрия	10	химия	12
3	музыка	2	литература	6	алгебра	10	химия	10	физика	13
4	математика	10	история	8	русский язык	11	русский язык	7	история	10
5	русский язык	8	математика	13	английский язык	10	литература	4	биология	7
6	история	5	русский язык	12	литература	4	английский язык	8	геометрия	8
7	литература	4	английский язык	11	музыка	1			физкультура	2
8									английский язык	9
Сумма баллов		38		62		52		48		61

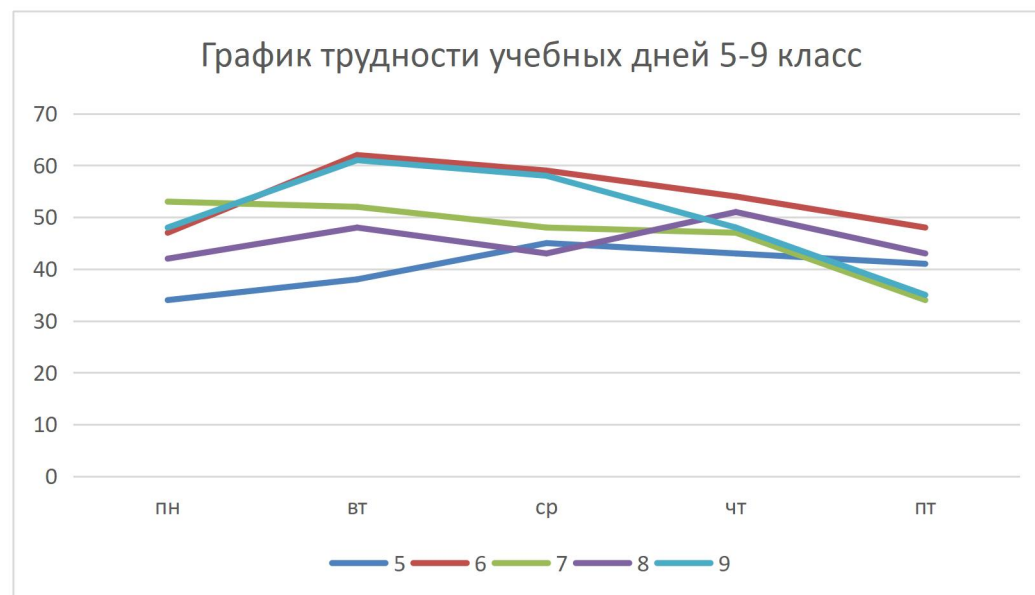
Среда										
№ урока	5	ШТ	6	ШТ	7	ШТ	8	ШТ	9	ШТ
1					физика	8	Математика . Практикум*	9		
2	биология	10	математика	13	английский язык	10	химия	10	история	10
3	русский язык	8	русский язык	12	биология	7	алгебра	9	биология	7
4	математика	10	английский язык	11	история	6	литература	4	химия	12
5	английский язык	9	музыка	1	русский язык	11	физкультура	2	алгебра	7
6	ИЗО	3	Математика . Практикум*	13	физкультура	2	музыка	1	русский язык	6
7	история	5	литература	6	литература	4	английский язык	8	вероятность и статистика	7
8			ИЗО	3					английский язык	9
Сумма баллов		45		59		48		43		58
Четверг										
№ урока	5	ШТ	6	ШТ	7	ШТ	8	ШТ	9	ШТ
1							история	8		
2	математика	10	физкультура	4	русский язык	11	русский язык	7	география	5
3	русский язык	8	русский язык	12	геометрия	12	биология	7	физика	13
4	английский язык	9	история	8	ИЗО	1	геометрия	10	русский язык	6
5	география	7	математика	13	английский язык	10	физика	9	литература	7
6	Математика . Практикум*	10	литература	6	ОЧГ *	11	английский язык	8	геометрия	8

7	литература	4	английский язык	11	труд	2	физкультура	2	английский язык	9
Сумма баллов		43		54		47		51		48

Пятница

№ урока	5	ШТ	6	ШТ	7	ШТ	8	ШТ	9	ШТ
1							алгебра	9		
2	физкультура	3	русский язык	12	география	6	биология	7	алгебра	7
3	математика	8	биология	8	алгебра	10	ОЧГ*	7	география	5
4	Биология. Проект*	10	математика	13	Математика . Практикум*	10	труд	1	литература	7
5	ОЧГ *	8	ОЧГ *	12	труд	2	вероятность и статистика	9	ОБЗР	3
6	русский язык	8	труд	3	физкультура	2	география	6	информатика	7
7	русский язык	8			информатика	4	ОБЗР	3	физкультура	2
8	труд	4							труд	4
		41		48		34		43		35

* курсы из части, формируемой участниками образовательных отношений



РАСПИСАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ 11 КЛАСС
Информационно-технологический профиль

	Понедельник	
№ урока	10 класс	ШТ
1	физика	12
2	физкультура	1
3	алгебра	10
4	алгебра	10
5	информатика	6
6	литература	8
7	немецкий язык	8
Сумма баллов		55
	Вторник	
1	геометрия	11
2	немецкий язык	8
3	немецкий язык	8
4	химия	11
5	-	5
6	биология	7
7	литература	8
Сумма баллов		57
	Среда	
1	география	3
2	русский язык	9
3	физкультура	1
4	практическая география*	3
5	литература	8
6	информатика	6
7	информатика	6
Сумма баллов		36
	Четверг	
1	алгебра	10
2	алгебра	10
3	история	5
4	история	5
5	физика	12
6	обществознание	5
7	обществознание	5

Сумма баллов		52
	Пятница	
1	геометрия	11
2	геометрия	11
3	информатика	6
4	ОБЗР	2
5	вероятность и статистика	10
6	русский язык	9
7	Сочинение: законы и секреты мастерства *	8
Сумма баллов		57

* курсы из части, формируемой участниками образовательных отношений



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114558

Владелец Харина Надежда Геннадьевна

Действителен с 22.04.2025 по 22.04.2026