

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение муниципального образования Дубенский район «Опоченский центр образования»

Утверждено

приказ № 146 от 02.09. 2024 г

Директор

Е.Г. Вуколова



Расписание уроков в 2024-2025 учебном году

с. Опочня
2024

Расписание уроков составлено с целью оптимизации условий обучения и создания комфортной образовательной среды для всех участников образовательного процесса. Основанием для составления расписания уроков Муниципального казенного общеобразовательного учреждения муниципального образования Дубенский район «Опоченский центр образования» на 2023–2024 учебный год являются нормативно-правовые документы:

- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. N 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования"
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 569 от 18.07.2022 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования" (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69676);
- Федеральная образовательная программа начального общего образования, Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования" (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74229);
- Федеральный учебный план начального общего образования, вариант 1;
- Методические рекомендации по формированию учебных планов общеобразовательных организаций в соответствии с ФГОС НОО и ФОП НОО на 2024-2025 учебный год;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. N 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64101)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 568 от 18.07.2022 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования" (Зарегистрирован 17.08.2022 № 69675);
- Федеральная образовательная программа основного общего образования. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования" (Зарегистрирован 12.07.2023);
- Федеральный учебный план основного общего образования, вариант 1;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413. (в редакции Приказа Минобрнауки РФ от 29 декабря 2014 г. № 1645, от 31 декабря 2015 г. № 1578, от 29 июня 2017 г. № 613, Приказа Минпросвещения России от 11 декабря 2020 г. № 712) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования"
- ФОП среднего общего образования.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования" (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74228)
- Федеральный учебный план среднего общего образования, универсальный профиль;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 11.02.2022 № 69 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115" (Зарегистрирован 22.03.2022 № 67817);
- Приказ Минпросвещения России от 19.03.2024 N 171"О внесении изменений в некоторые

приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования"(Зарегистрировано в Минюсте России 11.04.2024 N 77830);

.- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

- Информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования от 05.07.2022 № ТВ-1290/03.

Образовательное учреждение занимается в одну смену. Таким образом, расписание уроков составлено для учащихся первой смены. Расписание уроков составлено на основе Учебного плана Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Опоченский центр образования», требований СанПиН и с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся.

Согласно таблицам 6.9-6.11 СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» 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 и соответствует таблице:

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

При составлении расписания, учтено, что 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, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; январь – май – по 4 урока по 40 минут каждый);

в течение первой четверти в 1 классе четвертый час используется для проведения динамической паузы, тематических экскурсий, целевых прогулок, развивающих игр, с целью выполнения программы по всем учебным дисциплинам, а также организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью 40 минут;

предусмотрены дополнительные недельные каникулы в 1 классе в середине третьей четверти, с 14 по 21 февраля 2023 года.

С учетом того, что биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста (согласно разделу СанПиН «Гигиенические рекомендации к расписанию уроков») приходится на интервал 10-12 часов, наиболее сложные в соответствии со

шкалой трудности предметы поставлены в расписании начальной школы, преимущественно, 2-3 уроками.

В 1-4 классах предусмотрено, по возможности, чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся на уровне начального общего образования основных предметов (математика, русский и иностранный (английский) язык, окружающий мир) с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся на уровнях основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля – с гуманитарными предметами.

По возможности, занятия физической культурой предусмотрены в числе последних уроков. После уроков физической культуры не планируются уроки с письменными заданиями.

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов - 4 урока и 1 день в неделю 5 уроков;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большая перемена установлена после третьего и четвертого уроков по 20 минут соответственно. Продолжительность урока во 2–9 классах составляет 45 минут.

Расписание уроков, в соответствии с пунктом составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (таблицы 1, 2, 3 санитарных правил). Наибольшая учебная нагрузка приходится на середину недели (вторник-четверг).

В расписании уроков по каждому предмету (ежедневно/в течение недели) подсчитаны баллы, что даёт возможность проследить кривую дневной и недельной нагрузки по классам, сделать вывод о соблюдении необходимых требований:

Количество уроков в неделю:

день недели	классы											
	1 (1 четв.)	1 (2-4 ч.)	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
понедельник	3	4	4	5	5	6	6	6	6	7	7	7
вторник	3	5	5	5	5	5	6	7	7	7	7	7
среда	3	4	5	5	5	6	6	7	7	6	7	7
четверг	3	4	5	4	4	6	6	6	6	6	6	6
пятница	3	4	4	4	4	6	6	6	7	7	7	7
кол-во уроков	15	21	23	23	23	29	30	32	33	33	34	34

Количество баллов (в сумме) по шкале трудности:

Класс	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1(1 ч.)	20	19	20	18	15
1(2-4ч.)	23	21	21	23	23
2	26	28	27	24	23
3	27	29	24	25	23
4	28	28	24	26	23
5	39	44	35	37	36
6	51	54	44	53	53
7	51	54	38	43	39

8	45	48	44	45	43
9	50	51	43	51	48
10	49	53	43	51	46
11	49	52	45	48	47

В связи с тем, что уровень умственной работоспособности обучающихся нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели, поэтому распределение учебной нагрузки в течение недели построено таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) четверг.. В пятницу работоспособность самая низкая, поэтому учебная нагрузка в эти дни уменьшается..

Совпадение уроков одного профиля объясняется тем, что образовательную деятельность в ОУ по одной и той же учебной дисциплине осуществляют несколько учителей-предметников.

Используемые сокращения:

ИЗО - изобразительное искусство

ОРКСЭ – основы религиозных культур и светской этики

ОДНКНР – основы духовно-нравственной культуры народов России

ОБЗР – основы безопасности жизнедеятельности

Внеурочная деятельность осуществляется в формах, отличных от форм, используемых преимущественно на урочных занятиях (экскурсии, походы, соревнования, посещения театров, музеев, проведение общественно-полезных практик и иные формы). Формы организации образовательной деятельности, чередование урочной и внеурочной деятельности при реализации основной образовательной программы начального, основного, среднего общего образования определяет организация, осуществляющая образовательную деятельность.

Расписание звонков на 2024-2025 учебный год

Регламентирование образовательного процесса на неделю: 5-ти дневная учебная неделя в 1-11-ых классах. Двадцатиминутные перемены используются для приёма пищи обучающимися.

Регламентирование образовательного процесса на день: центр образования работает в одну смену, продолжительность уроков и перемен:

1 четверть

№ урока	1 класс	
1 урок	8.05-8.40	Перемена 10 минут
2 урок	8.50-9.25	
Динамическая пауза	9.25-10.05	
3 урок	10.05-10.40	Перемена 20 минут

2 четверть

№ урока	1 класс	
1 урок	8.05-8.40	Перемена 10 минут
2 урок	8.50-9.25	
Динамическая пауза	9.25-10.05	
3 урок	10.05-10.40	Перемена 20 минут
4 урок	11.00-11.35	

3-4 четверть

№ урока	1 класс	
1 урок	8.05-8.45	Перемена 10 минут
2 урок	8.55-9.35	
Динамическая пауза	9.35-10.15	
3 урок	10.15-10.55	Перемена 20 минут
4 урок	11.15-11.55	

2-11 классы

№ урока	начало урока	конец урока	перемена в минутах
1	8.05	8.50	10
2	9.00	9.45	10
3	9.55	10.40	10
4	10.50	11.35	20
5	11.55	12.40	20
6	13.00	13.45	10
7	13.55	14.40	10
8	14.50	15.35	10

График питания учащихся:

Завтраки	
Время	Классы
8.50- 09.00	5 класс (дети из многодетных семей 6-9 классов)
09.45-09.55	1-4 классы
Обеды	
11.35-11.55	6-11 классы
12.40-13.00	1-5 классы

Расписание уроков на 2024-2025 учебный год

	№	Класс										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
понедельник	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
	2	1. Литер.чт	математ.	литер.чт.	Математ	англ.язык	русский	Физкульт.	физика	русский	Алгебра	Алгебра
	3	д.пауза	Русск.яз.	математ	физкульт	русский яз	Литература	физика	алгебра	алгебра	Обществ	Информат.
	4	2. русск.яз	литер.ч	русск.яз	англ. яз.	математика	математика	Русский	Химия	физика	Обществ.	Литература
	5	3математ	Окруж.ми	физкульт	русск.яз.	История	англ. язык	алгебра	Информ	Биология	Литерат.	Обществ
	6	4.ИЗО		Окруж.ми	Литерат.ч	литератур	ИЗО	Обществ.	англ. яз	ОБЗР	Биология	Обществ.
	7					ИЗО	ОДНКНР	англ. язык	Физкул.	информат	индив.пр.	Биология
	8									литератур	Практикум по реш.хим задач	Англ.яз
вторник	1	1.Литерат	русс.яз	Чт.с увл.	литер.чт.	русский	литература	история	Вероятн.и стат.	геометрия	Физкул.	Физкул.
	2	2.Русск.я	Англ.яз.	Русский	математ	Биология	Физкульт.	Геометр.	Географ	Русский	История	Литератур
	3	д.пауза	математ.	матем	русс.язык.	Англ.яз.	русский яз	ОБЗР	Геометр.	химия	Русский	Геометрия
	4	3окр.мир	Чт.с увле	Англ.яз	Труд(технология)	математика	математика	русский	Русский	Труд(технология)	физика	Химия
	5	4 Физкуль	физкульт	Труд(технология)	ОРКСЭ	Физкульт	Англ.яз	Вероятн.и стат.	История	География	Геометр.	Информат.
	6	<i>Труд(технология)</i>					История	География	Труд(технология)	Англ.яз.	Биология	История
	7							Информ.	Литература	Вероятн.и стат.	Литература	Практикум по реш.хим задач
Среда	1	1 Музыка	литер.чт.	русс.яз	русс.яз	География	Русский яз	Литерат.	Физкул.	Обществ.	Алгебра	Вероятн.
	2	2 русс.яз	матем	физкульт	Окр.мир	Математ.	математика	Русский	Русский	Англ.яз	Обществ.	География

	3	д.пауза	русс.яз	математ	Музыка	русский яз.	Труд(технология)	Английс.я	Географ	алгебра	Обществ.	Информат.
	4	3 матем	Окруж.ми	литер.чт.	Англ.яз.	Музыка	Труд(технология)	алгебра	Алгебра	физкульт	Географ.	История
	5	<i>4 Литер.чт</i>	Физкульт	Музыка	физкульт.	История	русский	Труд(технология)	Англ.яз	физика	Химия	Алгебра
	6					ОБЗР	Музыка	Труд(технология)	Обществ	Литература	Англ.яз	Алгебра
	7							Музыка	Биолог.		Физкульт.	Физкульт
четверг	1	1 Литерат.ч	литерат	Литерат.	Математика	литература	математи	история	Химия	геометрия	физика	Обществоз
	2	2 русский	русс.язык	Англ.яз	русс.язык	русский яз	География	геометрия	История	Химия	Геометр.	Обществоз
	3	д.пауза	ИЗО	русс.язык	Лит.чтен	математика	Русский	биология	Геометр.	физика	русский	Англ.яз
	4	3 математ	Англ.яз	Окруж.м	Окруж.м	Труд(технология)	Биология	литератур	литерат	История	информат	Физика
	5	<i>4 физкульт</i>	Труд(технология)	Клас.час	Клас.час	Труд(технология)	Обществ.	физика	ОБЗР	Нагл.геометрия/История	Английск.	Русский
	6					Английс.я	физкульту	Наглядн.геометрия	Нагл.геометрия	география	история	Русский
	7	Клас.час	Клас.час			Клас.час	Клас.час	Клас.час	Клас.час	Клас.час	Клас.час	Клас.час
пятница	1	1.окруж. м	литерат.ч	литератур	литерат.ч	Экологич. культура	Математик	Алгебра	Русский	Русский	ОБЗР	Физика
	2	2.физкульт	Математ.	Математ.	Математ	Математ	русский яз.	Английс.я	Физика	Биология	Литерат.	ОБЗР
	3	д.пауза	русс.язык	русс.язык	русс.язык	Русский	Англ.яз	Географ.	Акт. вопросы из.общест	Физкультура	Вероятность и стат.	Литература
	4	3 математ	музыка	ИЗО	ИЗО	Литература	литература	Физкульт	Биология	Алгебра	Английс.я	Информат.
	5	<i>4 русск.яз</i>				Физкульт	История	Русский я	алгебра	Английс.яз	Биология	Математика для каждого
	6					ОДНКНР	ОБЗР	ИЗО	Музыка	Литература	Матем.для каждого	Английс.яз
	7								Англ.яз.	История	Физкульт	Физкульт.

Расписание внеурочной деятельности в 1-11 классах согласно ФГОС НОО, ООО, СОО

День недели	№	Классы										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Понедельник	1	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>	<i>Разговоры о важном</i>
	6		<i>Читаем, считаем, наблюдаем</i>									
	7	<i>Читаем, считаем, наблюдаем</i>	<i>Робототехника</i>	<i>Читаем, считаем, наблюдаем</i>	<i>Живые куклы</i>							
	8					<i>Очерки по истории Т.кр./ Биология. Проектно-исслед.де-ь</i>	<i>Шахматы</i>	<i>Реальная математика</i>	<i>Функциональная грамотность</i>			
	9						<i>Поддержка</i>	<i>Шахматы</i>	<i>Школа волонтера</i>	<i>Физкультура</i>	<i>РДДМ»Движение первых</i>	<i>Тульский край - земля силы и талантов!</i>
Вторник	6		<i>Педагог. поддержка</i>	<i>Шахматы</i>	<i>Финанс. грамотность</i>	<i>Юнармия</i>						
	7	<i>Основы логики и алгоритмики</i>	<i>Финанс. грамотность</i>	<i>Робототехника</i>	<i>Физкультура</i>	<i>Финансов. грамотность</i>	<i>Ритмика</i>					
	8	<i>Мой друг-английск</i>				<i>Ритмика</i>	<i>Великие земл т.кр/ Биология. Проектно-исслед.де-ь</i>	<i>Юнармия</i>	<i>Реальная математи</i>	<i>Реальная матем.</i>	<i>Функциональная грамотность</i>	<i>Русский язык- основы текстовой деятельности</i>
	9								<i>Воинская слава земли Тульской/</i>	<i>Школа волонтера</i>	<i>Мир биологии</i>	<i>РДДМ «Движение первых»</i>

										<i>Биология. Проектно-исслед.де-ь</i>		
Среда	6	<i>Люби и знай свой Отчий край</i>	<i>Шахматы</i>	<i>Люби и знай свой Отчий край</i>	<i>Люби и знай свой Отчий край</i>							
	7	<i>Чтение с увлечением</i>	<i>Люби и знай свой Отчий край</i>	<i>Основы логики и алгоритмики</i>	<i>Читаем, считаем, наблюдаем</i>	<i>Шахматы</i>	<i>Английский для общения</i>				<i>Развитие предпринимательства / Биология. Проектно-исслед.де-ь</i>	
	8					<i>Английский для общения</i>	<i>Функциональная грамотность</i>	<i>Великие земли т.кр/ Биология. Проектно-исслед.де-ь</i>	<i>Искусственный интеллект</i>	<i>За страницами учебника География</i>	<i>Русский язык: основы текстовой деятельности</i>	<i>Актуальные вопросы изучения обществознания</i>
	9							<i>Педагогическая поддержка</i>	<i>РДДМ «Движение первых»</i>		<i>Тульский край - земля силы и талантов!</i>	<i>Школа волонтеров</i>
Четверг	6	<i>Каллиграфия</i>	<i>Основы логики и алгоритмики</i>	<i>Поддержка</i>	<i>Шахматы</i>							
	7			<i>Физкульт</i>	<i>Ритмика</i>							
	8					<i>Семьеведение</i>	<i>Россия-мои горизонты</i>	<i>Россия-мои горизонты</i>	<i>Россия-мои горизонты</i>	<i>Россия-мои горизонты</i>	<i>Россия-мои горизонты</i>	<i>Россия-мои горизонты</i>
	9							<i>Семьеведение</i>	<i>физкультура</i>	<i>Функциональная грамотность</i>	<i>Математика после уроков</i>	<i>Геометрический практикум</i>
Пятница	6	<i>Робототехника</i>	<i>Орлята России</i>	<i>Финанс. грамотность</i>	<i>Основы логики и алгоритмики</i>							
	7	<i>Шахматы</i>	<i>Физкультура</i>	<i>Орлята России</i>	<i>Орлята России</i>	<i>Функциональная грамотность</i>	<i>Семьеведение</i>	<i>Искусственный интеллект</i>				

	8					<i>Пед.поддержка</i>	<i>Юнармия</i>	<i>Функциональная грамотность</i>	<i>Основы семейной жизни</i>	<i>Искусственный интеллект</i>	<i>Актуальные вопросы изучения обществознания</i>	<i>Функциональная грамотность</i>
	9									<i>РДДМ «Движение первых»</i>	<i>Школа волонтеров</i>	<i>Мир биологии</i>