

Пояснительная записка к расписанию уроков на 2025/2026 учебный год

Расписание уроков на 2025-2026 учебный год составлено согласно нормативным документам:

- Законом «О санитарно - эпидемиологическом благополучии населения» (в редакции от 01.12.2007г. № 309-ФЗ) от 30.03.1999;ст.28);

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам основного общего и среднего общего образования, утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015;

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21

«Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом МБОУ СОШ № 6 г. Уссурийска Приморского края на 2025 - 2026 учебный год, учебными программами по предметам, кроме этого 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 2025 - 2026 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности учащихся и шкалы трудности учебных предметов.

МБОУ СОШ № 6 занимается в две смены. Таким образом, расписание уроков составлено для учащихся первой и второй смены.

При составлении расписания учитывалось следующее:

- 5 дневная учебная неделя для 5 – 9, 10-11 классов.
- 2 часа физической культуры в 5-11 классах.
- количество классов в школе
- количество учащихся в классах
- расписания звонков

Для предотвращения учебных перегрузок учащихся учитывались следующие факторы:

1. Работоспособность (продуктивные и непродуктивные часы и дни).
2. Степень утомляемости (шкала трудности учебных предметов).

Режим образовательной деятельности

Учебная деятельность в школе проходит в одну смену, начало занятий в 8.00. Нулевые уроки не проводятся.

Обучение ведётся по трём ступеням образования:

Начальное общее образование - 4 года (1-4 классы);

Основное общее образование - 5 лет обучения (5-9 классы);

Среднее общее образование – 2 года (10-11 классы).

Учебная недельная нагрузка в часах в 5-9, 10-11 классах не превышает максимально допустимой при пятидневной учебной неделе. Максимально недельная нагрузка в академических часах: 5 кл - 29 часов, 6 кл - 30 часов, 7 кл. 32 часа, 8-9 кл - 33 часа, 10-11 кл. – 34 часа.

Продолжительность урока в 5 – 9, 10-11 классах составляет 40 минут.

Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большая перемена установлена после третьего урока – 20 минут.

Расписание звонков для I смены

№ урока	Начало урока	Окончание урока	Длительность перемены
1	08.00	08.40	10 минут
2	08.50	09.30	10 минут
3	09.40	10.20	10 минут
4	10.30	11.10	10 минут
5	11.20	12.00	5 минут
6	12.05	12.45	10 минут
7	12.50	13.25	5 минут

Расписание звонков для II смены

№ урока	Начало урока	Окончание урока	Длительность перемены
1	13.30	14.10	10 минут
2	14.20	15.00	10 минут
3	15.10	15.50	10 минут
4	16.00	16.40	5 минут
5	16.45	17.25	5 минут
6	17.30	18.10	10 минут
7			

При составлении расписания уроков для обучающихся использовались таблица 1 «Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 5 - 11 классах».

В расписании полностью реализован учебный план школы.

Учен ход дневной и недельной кривой умственной работоспособности учащихся. Учитывалось, что умственная работоспособность обучающихся нарастает постепенно, к середине недели. Учебная нагрузка в недельном цикле распределена так, что наибольшая ее интенсивность приходится на вторник - четверг.

При составлении расписания было учтено, что в школе 2 спортивных зала, школа занимается в две смены, в школе два учителя физической культуры. В классах уроки физической культуры распределены с учетом занятости спортзала, поэтому имеются отклонения от гигиенических норм.

Максимальная нагрузка в 5-11 классах приходится на вторник, среду или четверг, что не противоречит гигиеническим нормам.

Основная учебная нагрузка в течение дня приходится на второй и третий уроки.

Спаренные уроки в классах отсутствуют.

Наибольший объем учебной нагрузки в 5-11 классах приходится на вторник и среду, затем нагрузка падает.

Уроки гуманитарного и естественно-научного цикла по возможности чередуются.

Выводы:

1. Расписание создает удовлетворительные условия для комфортной работы учащихся и учителей.

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ на 2025 – 2026 учебный год		8
--	--	---

[illegible]

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ на 2025 – 2026 учебный год

I Смена		9-а	9-б	9-в	9-г	10-а	11-а	
УЧЕБНЫЙ КУРС РОВ								
ПН		13	7	9	6	10	10	10
1	Физика	Алгебра	Англ.яз.	Русс.яз.	Алгебра	Алгебра	Алгебра	8
2	Русс.яз.	Физика	Русс.яз.	Русс.яз.	Алгебра	Химия	География	3
3	Алгебра	Англ.яз.	Русс.яз.	Англ.яз.	Физика	Обществознание	Физика	12
4	Англ.яз.	Русс.яз.	Физика	Литерат.	Литерат.	Обществознание	Биология	7
5	Литерат.	Литерат.	Литерат.	Литерат.	Физ-ра	Физ-ра	Общ.проект	2
6	Литерат.	Литерат.	Биология	Биология	Инф. проект	Инф. проект	Информатика	5
7	Литерат.	Литерат.	Биология	Биология	Инф. проект	Информатика	Информатика	47
		49	49	48	48	45	45	
ВТ		12	8	10	12	8	8	9
1	Химия	Геометрия	История	Химия	История	Литература	Русский язык	11
2	Геометрия	ВИС	Химия	Англ.яз.	Геометрия	Геометрия	Химия	11
3	Алгебра	Русс.яз.	Алгебра	Англ.яз.	Геометрия	Геометрия	Обществознание	5
4	История	Русс.яз.	Литерат.	Русс.яз.	Англ. Язык	Англ. Язык	Англ. Язык	8
5	Русс.яз.	Физ-ра	Русс.яз.	Литерат.	Инф. проект	Информатика	ВИС	5
6	Биология	Биология	Физ-ра	Физ-ра	Информатика	Информатика	Информатика	54
7	Физ-ра	Биология	Физ-ра	Физ-ра	Информатика	Информатика	Информатика	57
		53	53	53	53	57	57	
СР		12	9	13	10	12	12	12
1	Химия	Инф/англ	Физика	История	Физика	Англ. Язык	Англ. Язык	8
2	Физика	Инф/англ	История	Англ.яз.	Информатика	Информатика	Информатика	8
3	Обществозн.	Физика	Геометрия	Геометрия	Информатика	Информатика	Информатика	8
4	Инф/англ	Химия	Обществозн.	Обществозн.	Русс.яз.	Русс.яз.	Алгебра	10
5	Инф/англ	Геометрия	Англ.яз.	Информатика	Информатика	Информатика	Информатика	5
6	География	Обществозн.	Информатика	Информатика	Информатика	Информатика	Информатика	6
7	География	Обществозн.	Информатика	Информатика	Информатика	Информатика	Информатика	57
		51	51	52	52	51	51	
ЧТ		10	7	3	12	10	10	11
1	История	Алгебра	Общ.проект	Химия	Алгебра	Алгебра	Геометрия	11
2	Труд/Англ	Русс.яз.	Химия	География	Русс.яз.	Литература	Литература	8
3	Труд/Англ	История	География	Алгебра	Литература	Литература	Обществознание	5
4	Алгебра	Труд/Англ	Алгебра	Пр. матем	История	История	Физ-ра	1
5	Русс.яз.	Труд/Англ	Литерат.	Литерат.	ВИС	Пр. обществ.зн.	Пр. обществ.зн.	5
6	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	48
7	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	48
8	Пр. матем	Пр. матем	Пр. матем	Пр. матем	Пр. матем	Пр. матем	Пр. матем	48
		42	42	46	46	48	48	
ПТ		7	13	8	7	12	12	10
1	Литерат.	Физика	Геометрия	ВИС	Физика	Информатика	Алгебра	10
2	Физика	Геометрия	ВИС	Геометрия	Информатика	Информатика	Русский язык	9
3	Биология	Литерат.	Физика	Физ-ра	История	История	История	5
4	Геометрия	Биология	Геометрия	Физика	Геометрия	Геометрия	История	5
5	География	Алгебра	Алгебра	Биология	Общ.проект	Общ.проект	Физ-ра	1
6	ВИС	Физ-ра	Физ-ра	Биология	Общ.проект	Общ.проект	Общ.проект	1
7	Физ-ра	География	География	Труд	Труд	Труд	Труд	40
		42	42	42	42	42	42	

II Смена	6-а	6-б	6-в	6-г	7-а	7-б	7-в	7-г
ПН	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Биология	ИЗО	Литература	Математика	География	Англ. язык	Русск. язык	Алгебра
2	Математика	Русский язык	История	ИЗО	Алгебра	География	Алгебра	Физика
3	Русский язык	Биология	Математика	Русск. язык	Русск. язык	Алгебра	Физика	Русск. язык
4	История	Математика	ИЗО	Биология	Англ. язык	Физика	Русск. язык	История
5	ИЗО	История	Биология	История	Физика	Русск. язык	История	Литерат.
6	Введ. в ест. прелм.	Введ. в ест. прелм.	Пр. по математике	Литература	Литература	Литература	Физкульт.	Физкульт.
7	47	47	43	50	49	49	41	41
ВТ	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Литература	История	Русский язык	Русск. язык	Русск. язык	История	Англ. язык	Русск. язык
2	Русский язык	Математика	Математика	Математика	История	Алгебра	Геометрия	Геометрия
3	История	Русский язык	История	Русск. язык	География	Геометрия	Русск. язык	Англ. язык
4	Математика	Литература	Русский язык	История	Геометрия	Физика	Физика	География
5	Физкультура	Пр. по математике	Физкультура	Физкультура	Биология	ИЗО	География	Физика
6	Пр. по математике	Физкультура	Введ. в ест. прелм.	Обществознание	Физкультура	История	Музыка	Музыка
7	48	48	52	53	48	47	48	48
СР	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Русский язык	Русский язык	Математика	Русск. язык	ВИС	География	Алгебра	История
2	Математика	Английский язык	Русский язык	Англ. язык	Алгебра	Биология	Русск. язык	Алгебра
3	Англ. язык	Математика	Русский язык	Математика	Русск. язык	Алгебра	История	Русск. язык
4	Русский язык	Русский язык	Музыка	География	Литература	Физкультура	ВИС	География
5	География	Музыка	Англ. язык	Музыка	Англ. язык	Русск. язык	Литерат.	Литерат.
6	Музыка	География	Литература	История	История	ВИС	Пр. русск. язык	ВИС
7	56	56	55	58	48	46	47	47
ЧТ	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Физкультура	Русский язык	История	Математика	Пр. по истории	Англ. язык	Алгебра	Англ. язык
2	Русский язык	Математика	Англ. язык	Русск. язык	Русск. язык	История	Физкульт.	Алгебра
3	Математика	Английский язык	Математика	Литература	Биология	Русск. язык	Англ. язык	Физкульт.
4	Литература	История	География	Англ. язык	Алгебра	Физика	Русск. язык	ИЗО
5	Англ. язык	Физкультура	Литература	Технология	История	Музыка	ИЗО	Русск. язык
6	История	Литература	Физкультура	Технология	Физика	Литература	История	История
7	8	54	55	48	46	44	45	45
ПТ	1	2	3	4	5	6	7	8
1	Литература	Русский язык	Математика	Литература	Информ./англ. яз.	Технология	Биология	Биология
2	Русский язык	Математика	Англ. язык	Математика	Информ./англ. яз.	Технология	Геометрия	Геометрия
3	Математика	Англ. язык	Технология	Русск. язык	Геометрия	Информ./англ. яз.	Технолог.	Технолог.
4	Англ. язык	История	Технология	Физкультура	ИЗО	Информ./англ. яз.	Технолог.	Технолог.
5	Технология	Физкультура	Русск. язык	Пр. по биологии	Технология	Геометрия	Информ./англ. яз.	Информ./англ. яз.
6	Технология	Литература	Литература	Пр. по биологии	Технология	Физкультура	Информ./англ. яз.	Информ./англ. яз.
7	48	54	48	45	38	30	44	44