



[Handwritten signature]

«02» 09. 2024 г.

**РАСПИСАНИЕ
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
Тамбарской основной общеобразовательной школы
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 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.
 - Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2024/2025 учебный год.
 - Образовательное учреждение занимается в одну смену.
- 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	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 в 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 5-9 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин.

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
ОБЖ	1	2	3	3	3
Физическая культура	3	4	2	2	2

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, что наибольший ее объем приходится в основном на среду и вторник. 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 уровня образования предметы естественно-математического цикла чередуются с гуманитарными предметами.

В расписании полностью реализован учебный план школы.



Утверждаю.

Директор школы
Е. В. Тарабанова

2024 г.

Расписание звонков учебных занятий
МБОУ Тамбарской основной общеобразовательной школы

НАЧАЛО ЗАНЯТИЙ В 9⁰⁰
ЕЖЕДНЕВНАЯ ЗАРЯДКА – 8⁵⁵ - 9⁰⁰

<u>1 УРОК</u>	9.00 – 9.40
1 ПЕРЕМЕНА	9.40 – 9.50
<u>2 УРОК</u>	9.50 – 10.30
2 ПЕРЕМЕНА	10.30 – 10.50
<u>3 УРОК</u>	10.50 – 11.30
3 ПЕРЕМЕНА	11.30 – 11.50
<u>4 УРОК</u>	11.50 – 12.30
4 ПЕРЕМЕНА	12.30 – 12.50
<u>5 УРОК</u>	12.50 – 13.30
5 ПЕРЕМЕНА	13.30 – 13.40
<u>6 УРОК</u>	13.40 – 14.20
6 ПЕРЕМЕНА	14.20 - 14.30
<u>7 УРОК</u>	14.30 - 15.10

Утверждаю.

Директор школы

Е.В.Тарабанова

«02» 109 2024 г.

Расписание звонков учебных занятий
МБОУ Тамбарской основной общеобразовательной школы

1 класс

1 четверть (сентябрь - октябрь)

1 урок 9.00 – 9.35
1 перемена 9.35 – 9.45

2 урок 9.45 – 10.20
2 перемена 10.20 – 10.40

3 урок 10.40 – 11.15

2 четверть (ноябрь - декабрь)

1 урок 9.00 – 9.35
1 перемена 9.35 – 9.55

2 урок 9.55 – 10.30
Динамическая пауза 10.30 – 11.10

3 урок 11.10 – 11.45
3 перемена 11.45. – 11.55.

4 урок 11.55. – 12.30.

2 полугодие (январь - май)

1 УРОК 9.00 – 9.40
1 ПЕРЕМЕНА 9.40 – 9.50

2 УРОК 9.50 – 10.30
Динамическая пауза 10.30 – 11.10

3 УРОК 11.10 – 11.50
3 ПЕРЕМЕНА 11.50 – 12.10

4 УРОК 12.10 – 12.50
4 ПЕРЕМЕНА 12.50 – 13.00

5 УРОК 13.00 – 13.40

День недели	№ урок	1 КЛАСС	2 КЛАСС	3 КЛАСС	4 КЛАСС	
Понедельник	1	Кл/ч «Разговор о важном»	Кл/ч «Разговор о важном»	Кл/ч «Разговор о важном»	Кл/ч «Разговор о важном»	5
	2	Литературное чтение	Литературное чтение	Литературное чтение	Литературное чтение	7
	3	Русский язык	Математика	Русский язык	Русский язык	8
	4	Математика	Русский язык	Математика	Математика	3
	5		Изобразительное искусство	Изобразительное искусство	Изобразительное искусство	23
Итого за день		20	23	23	23	5
	1	Окружающий мир	Окружающий мир	Информатика	Русский язык	7
	2	Русский язык	Математика	Русский язык	Русский язык	7
	3	Математика	Русский язык	Математика	Иностранный язык(английский)	7
	4		Информатика	Окружающий мир	Окружающий мир	6
Вторник	1	Окружающий мир	Окружающий мир	Информатика	Русский язык	7
	2	Русский язык	Математика	Русский язык	Иностранный язык(английский)	7
	3	Математика	Русский язык	Математика	Русский язык	8
	4		Информатика	Окружающий мир	Окружающий мир	6
	5		Физическая культура	Труд(Технология)	Труд(Технология)	2
Итого за день		21	28	28	29	27
	1	Литературное чтение	Иностранный язык(английский)	Литературное чтение	ОРКСЭ	7
	2	Русский язык	Литературное чтение	Русский язык	Русский язык	7
	3	Математика	Математика	Математика	Математика	8
	4		Русский язык	Окружающий мир	Литературное чтение	5
Итого за день		20	30	29		27
	1	Литературное чтение	Литературное чтение	Литературное чтение	Иностранный язык(английский)	7
	2	Русский язык	Русский язык	Иностранный язык(английский)	Русский язык	7
	3	Математика	Математика	Математика	Математика	8
	4		Окружающий мир	Русский язык	Литературное чтение	5
Итого за день		20	28	28	28	28
	1	Литературное чтение	Литературное чтение	Литературное чтение	Русский язык	7
	2	Русский язык	Иностранный язык(английский)	Русский язык	Математика	7
	3	Окружающий мир	Русский язык	Иностранный язык(английский)	Окружающий мир	6
	4		Физическая культура	Музыка	Музыка	3
Итого за день		18	20	20	22	23

Расписание уроков на I четверть

День недели	№ урока	1 КЛАСС	2 КЛАСС	3 КЛАСС	4 КЛАСС	
Понедельник	1	Кл/ч «Разговор о важном»	Кл/ч «Разговор о важном»	Кл/ч «Разговор о важном»	Кл/ч «Разговор о важном»	5
	2	Литературное чтение	Литературное чтение	Литературное чтение	Литературное чтение	7
	3	Русский язык	Математика	Русский язык	Русский язык	8
	4	Математика	Русский язык	Математика	Математика	3
	5	Физическая культура	Изобразительное искусство	Изобразительное искусство	Изобразительное искусство	23
Итого за день		21	23	23	23	5
Вторник	1	Литературное чтение	Окружающий мир	Информатика	Литературное чтение	7
	2	Русский язык	Математика	Русский язык	Русский язык	7
	3	Математика	Русский язык	Математика	Информативный язык(английский)	7
	4	Музыка	Информатика	Окружающий мир	Окружающий мир	6
	5	Музыка	Физическая культура	Труд(Технология)	Труд(Технология)	2
Итого за день		23	28	29	27	6
Среда	1	Литературное чтение	Иностранный язык(английский)	Литературное чтение	ОРКСЭ	7
	2	Русский язык	Литературное чтение	Русский язык	Русский язык	7
	3	Математика	Математика	Математика	Математика	8
	4	Окружающий мир	Русский язык	Окружающий мир	Литературное чтение	5
	5	Изобразительное искусство	Музыка	Физическая культура	Физическая культура	1
Итого за день		29	30	29	27	7
Четверг	1	Литературное чтение	Литературное чтение	Литературное чтение	Иностранный язык(английский)	7
	2	Русский язык	Русский язык	Иностранный язык(английский)	Русский язык	8
	3	Математика	Математика	Иностранный язык(английский)	Математика	5
	4	Физическая культура	Окружающий мир	Русский язык	Литературное чтение	1
	5	Физическая культура	Труд(Технология)	Физическая культура	Физическая культура	28
Итого за день		21	28	28	28	7
Пятница	1	Труд(Технология)	Литературное чтение	Литературное чтение	Русский язык	7
	2	Русский язык	Иностранный язык(английский)	Русский язык	Математика	7
	3	Окружающий мир	Русский язык	Иностранный язык(английский)	Окружающий мир	6
	4	Физическая культура	Физическая культура	Музыка	Музыка	3
Итого за день		16	20	22	23	7

Расписание уроков МБОУ Тамбарской ООШ на 2024-2025 учебный год

День	5 КЛАСС	Баллы	6 КЛАСС	Баллы	7 КЛАСС	Баллы	8 КЛАСС	Баллы	9 КЛАСС	Баллы	
понедельник	1	«Разговоры о важном»	«Разговоры о важном»	«Разговоры о важном»	«Разговоры о важном»	«Разговоры о важном»	«Разговоры о важном»	«Разговоры о важном»	«Разговоры о важном»	7	
	2	Литература	Литература	География	Геометрия	Английский язык	Биология	Алгебра	Биология	7	
	3	Русский язык	История	Геометрия	Русский язык	Биология	Информатика	Литература	История	10	
	4	Математика	Английский язык	Русский язык	История	6	7	Литература	Литература	7	
	5	Английский язык	Математика	История	Труд (технология)	2	Обществознание	5	Английский язык	9	
	6	ИЗО	ИЗО	3	Труд (технология)	4	Литература	4	Физическая культура	2	
	7	Труд (технология)	4	Труд (технология)	3	Литература	4	Литература	4	Физическая культура	42
Итого за день		38		44		41		41		7	
вторник	1	История	Обществознание	9	Музыка	1	География	6	Литература	7	
	2	Русский язык	Математика	13	Биология	7	Химия	10	Геометрия	8	
	3	Биология	Русский язык	12	Русский язык	11	Физика	9	История	10	
	4	Математика	Литература	6	Вероятность и статистика	11	Английский язык	8	Физика	13	
	5	Русский язык	8	Русский язык	12	Физика	8	История	8	Алгебра	
	6	Физическая культура	3	Физическая культура	4	Английский язык	10	Русский язык	7	Русский язык	6
	7					Физическая культура	2	Физическая культура	2		7
Итого за день		41		62		50		50		51	
среда	1	Литература	География	7	История	6	Английский язык	8	Русский язык	6	
	2	Русский язык	Английский язык	11	Геометрия	12	Алгебра	9	Физика	13	
	3	Математика	Русский язык	12	Обществознание	9	Геометрия	10	Химия	12	
	4	География	Математика	13	Алгебра	10	Химия	10	Английский язык	9	
	5	Английский язык	Биология	8	Русский язык	11	Литература	4	Биология	7	
	6	Физическая культура	История	8	География	6	История	8	Литература	7	

РАСПИСАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В 1-9 КЛАССАХ, СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЙ

Ф.И.О. учителя	Название внеурочной деятельности	класс	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
Фролова Л.Н.	Функциональная грамотность	1,2,3,4	15.40. - 16.20				
Полячкова Г.Ш.	Детский фитнес ЮИД Шахматная школа	1,2,3,4	16.00. - 16.40			16.00. - 16.40.	16.00. - 16.40
Фролова Л.Н.	Я и моя семья	1,2,3,4			16.00. - 16.40		
Шалунова З.Х.	Мой край родной	1,2,3,4		16.00. - 16.40			16.00. - 16.40.
Шалунова З.Х.	Учимся проектировать	1,2,3,4		16.00. - 16.40.		16.00. - 16.40.	
Кручинина С.А.	Театральная студия	1,2,3,4, 5,6,7,8				16.00. - 16.40	
Колесникова О.Н.	Учимся проектировать	5,6,7,8, 9					16.00. - 17.30
Колесникова О.Н., Щербакова Н.В., Кулыгина М.С	Билет в будущее	6-9					
Щербачев В.А.	Спортивные игры	5,6,7,8			16.00. - 17.30		
Колесникова О.Н., Тисецкая В.Я.	Функциональная грамотность	5-9		16.00. - 16.40			
Колесникова О.Н.	Финансовая грамотность	8 5	16.00. - 16.40			14.30. - 16.00	9 ⁵⁵ -10 ⁴⁰
Полячкова Г.Ш.	Шахматная школа	5,6,7,8		14.30. - 16.00			
Щербачев В.А.	Волейбол	1-9	17.10. - 19.15		17.10. - 19.15		17.10. - 19.15
Щербачев В.А.	Баскетбол	1-9		17.30. - 19.40		17.30. - 19.40	
Щербачев В.А.	Настольный теннис	2-9		16.00. - 16.30		16.00. - 16.30	
Щербачев В.А.	Мини- футбол	1-9	15.30-17.10		15.30-17.10		15.30-17.10

Конюхов А.А.	ЗД – моделирование	5-9						16.00-17.30
Бабешко О.А.	Народные промыслы	5-8			16.00-17.30			16.00-17.30
Конюхова А.А., Щербаклова Н.В.	Медицентр	5-9			16.00-17.30			16.00-17.30

Директор школы



Е.В. Тарабанова