

«Утверждаю»  
От 28.08.2020г

# РАСПИСАНИЕ УРОКОВ

на 2020-2021 уч. год

МБОУ-ООШ № 15

п. ВОСХОД

Основанием для составления расписания уроков Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения - основная общеобразовательная школа №15 п. Восход на 2020 – 2021 учебный год послужили нормативно- правовые документы:

1) Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего, утвержденный приказом № 1015 Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г.

2) «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2.2821-10», утверждённые приказом №189 Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г., (зарегистрировано в Минюсте РФ 03.03.2011 г. № 19993) (в действующей редакции).

Расписание уроков составлено на основе Учебного плана, утвержденного приказом № 85/1 от 29.06.2020 г. Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения – основная общеобразовательная школа №15 п.Восход от 29.08.2020 года, требований СанПиН, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся.

Расписание уроков МБОУ-ООШ №15 п.Восход составлено с целью оптимизации условий обучения и создания комфортной образовательной среды для всех участников образовательного процесса.

При составлении расписания учебных занятий соблюдены требования пункта X СанПиН 2.4.2. 2821-10 «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса».

Согласно п.10.5. СанПиН 2.4.2. 2821-10 «Гигиенические требования к режиму образовательного процесса», 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	23
3	23
4	23
5	28
6	29
7	31
8	32
9	33

При составлении расписания, в соответствии с пунктом 10.10. СанПиН 2.4.2. 2821-10, 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 4,5 уроков по 35 минут каждый; январь – май – по 4,5 уроков по 40 минут каждый).

(В течение первой четверти четвертый час используется для проведения динамической паузы, тематических экскурсий, с целью выполнения программы по всем учебным дисциплинам).

- организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью 30 минут;
- предусмотрены дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти, с 22 по 28 февраля 2021 года.

С целью рационального распределения уроков в течение недели, использована таблица № 1 «Шкала трудности предметов для 1-4 классов» (СанПиН 2.4.2.2821-10).

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 классе вторыми уроками проводится математика и русский язык. Во 2-4 классах предусмотрено, по возможности, чередование различных по сложности предметов в течение дня и недели: для обучающихся I ступени образования основных предметов (математика, русский и иностранный (английский) язык, окружающий мир) с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся II ступени образования предметы естественно-математического профиля – с гуманитарными предметами.

Согласно пункту 10.6. СанПиН, образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-го класса - 4 урока и 1 день в неделю 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков (при допустимой нагрузке не более 6-ти уроков);
- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-9 классов - при допустимой нагрузке не более 7-ми уроков.

Расписание уроков составлено отдельно для обязательных и внеурочных занятий (учебных курсов по выбору). Между началом внеурочных занятий и последним уроком предусмотрен перерыв продолжительностью 30 минут.

Расписание уроков, в соответствии с пунктом 10.7. СанПиН, составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (таблицы 1, 2, 3 санитарных правил).

В расписании уроков по каждому предмету (ежедневно/ в течение недели) подсчитаны баллы, что даёт возможность проследить кривую дневной и недельной нагрузки по классам.

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, среду, четверг. В понедельник и в пятницу работоспособность самая низкая, поэтому учебная нагрузка в эти дни наименьшая.

Занятия физической культурой не могут проводиться только в числе последних уроков, так как нагрузка по данному предмету с 1 по 4 класс составляет 3 часа в неделю.

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

Количество баллов с 7 по 9 класс по учебному предмету «математика» является различным, так как в рамках данного предмета осуществляется изучение алгебры и геометрии, которые имеют разный ранг трудности (таблица № 2 приложения № к СанПиН 2.4.2.2821-10).

## Режим работы МБОУ-ООШ № 15 п. Восход на 2020-2021 уч. год

Начало занятий – 8 ч 30 мин

### Регламентирование образовательного процесса на день

•**продолжительность урока:** 1 класс – 1 полугодие- 35 минут, 2 полугодие-40 минут  
2 - 9 классы –40 минут;

•**режим учебных занятий:** обучение ведется в одну смену:

Начало	Мероприятие	Окончание
8-30	1 урок	9-10
9-10	1 перемена (10 мин.)	9-20
9-20	2 урок	10-00
10-00	2 перемена (20 мин.)	10-20
10-20	3 урок	11-00
11-00	3 перемена (20 мин.)	11-20
11-20	4 урок	12-00
12-00	4 перемена (20 мин.)	12-20
12-20	5 урок	13-00
13-00	5 перемена (10 мин.)	13-10
13-10	6 урок	13-50
13-50	6 перемена (10 мин.)	14-00
14-00	7 урок	14-40
14-40	7 перемена(10 мин.)	14-50

### Продолжительность каникул в течение учебного года:

Четверть	Продолжительность	Кол-во дней	Кол-во недель
Начало 2020 – 2021 учебного года: 1 сентября 2020 года (вторник).			
I	01.09.2020-30.10.2020	44	9
каникулы	31.10.2020-8.11.2020	(9 дней)	
II	09.11.2020-29.12.2020	37	7
каникулы	30.12.2020-10.01.2021	(12 дней)	
III	11.01.2021-19.03.2021	48	10
каникулы	20.03.2021-28.03.2021	(9 дней)	
Дополнительные каникулы для 1 класса	22.02.2021-28.02.2021	(7 дней)	
IV	29.03.2021-21.05.2021 (1-4, 9 кл.), 29.03.2021-28.05.2021 (5-8 кл.)	38 43	8 9
каникулы	с 24.05.2021 (1-4, 9кл.), с 31.05.2021 (5-8кл.)		
ИТОГО		163 (1 кл.)	33
		167 (2-4кл.)	34
		172 (5-8кл.)	35
		продолжительность каникул – 30 дней	

Дополнительные каникулы для 1 класса с 22.02.2021 -28.02.2021

## РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ

Начало	Мероприятие	Окончание
8-30	1 урок	9-10
9-10	1 перемена (10 мин.)	9-20
9-20	2 урок	10-00
10-00	2 перемена (20 мин.)	10-20
10-20	3 урок	11-00
11-00	3 перемена (20 мин.)	11-20
11-20	4 урок	12-00
12-00	4 перемена (20 мин.)	12-20
12-20	5 урок	13-00
13-00	5 перемена (10 мин.)	13-10
13-10	6 урок	13-50
13-50	6 перемена (10 мин.)	14-00
14-00	7 урок	14-40
14-40	7 перемена(10 мин.)	14-50

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ 1 КЛАСС НА 2020-2021 уч.год

I четверть		II четверть		III, IV четверти		Расписание звонков I четверть
3 урока по 35 минут		4 урока по 35 минут		4 урока по 40 минут		
ПН	1Литературное чтение – 5б. 2Русский язык – 7 б. Динамическая пауза 3Окружающий мир - 6 б. Итого – 18б.	ПН	1Литературное чтение – 5 б. 2Русский язык – 7 б. Динамическая пауза 3 Окружающий мир - 6 б. 4Технология - 2 б. Итого – 20 б.	ПН	1Литературное чтение – 5 б. 2Русский язык – 7 б. Динамическая пауза 3 Окружающий мир - 6 б. 4Технология - 2 б. Итого – 20 б.	1 урок 8-30 – 9.05 2 урок 9.15 – 9.50 Динамическая пауза 9.50 - 10.20 3 урок 10.20 – 10.55
ВТ	1Литературное чтение - 5 б. 2Математика - 8 б. Динамическая пауза 3 Русский язык - 7 б. Итого – 20 б.	ВТ	1Литературное чтение - 5 б. 2Математика – 8 б. Динамическая пауза 3Русский язык - 7 б. 4Изобразительное искусство - 3 б. Итого – 23 б.	ВТ	1Литературное чтение - 5 б. 2Математика – 8 б. Динамическая пауза 3Русский язык - 7 б. 4Изобразительное искусство - 3 б. Итого – 23 б.	Расписание звонков 2 четверть 1 урок 8-30 – 9.05 2 урок 9.15 – 9.50 Динамическая пауза 9.50 - 10.20 3 урок 10.20 – 10.55 4 урок 11.10 – 11.45 5 урок 11.55- 12.30
СР	1Окружающий мир - 6 б. 2Математика – 8 б. Динамическая пауза 3Русский язык – 7 б. Итого – 21 б.	СР	1Окружающий мир - 6 б. 2Математика – 8 б. Динамическая пауза 3Физкультура – 1 б. 4Русский язык 7 б. 5 Музыка - 3 б. Итого – 25 б.	СР	1Окружающий мир - 6 б. 2Математика – 8 б. Динамическая пауза 3Физкультура – 1 б. 4Русский язык 7 б. 5 Музыка - 3 б. Итого – 25 б.	Расписание звонков III, IV четверти 1 урок 8.30 – 9.10 2 урок 9.20 – 10.00 Динамическая пауза 10.20 – 11.00 3 урок 11.20 – 12.00 4 урок 12.20 – 13.00 5 урок 13.10 – 13.50
ЧТ	1Литературное чтение - 5 б. 2 Математика – 8 б. Динамическая пауза 3 Русский язык - 7 б. Итого – 20 б.	ЧТ	1Литературное чтение - 5 б. 2Математика – 8 б. Динамическая пауза 3Физкультура - 1 б. 4Русский язык - 7 б. Итого – 21 б.	ЧТ	1Литературное чтение - 5 б. 2Математика – 8 б. Динамическая пауза 3Физкультура - 1 б. 4Русский язык - 7 б. Итого – 21 б.	

ПТ	1Литературное чтение – 5б 2Математика - 8 б. Динамическая пауза 3Русский язык - 7 б. Итого – 20 б.	ПТ 1Физкультура - 1 б. 2Математика - 8 б. Динамическая пауза 3Русский язык - 7 б. 4Литературное чтение -5 б. Итого – 21 б.	ПТ 1Физкультура - 1 б. 2Математика - 8 б. Динамическая пауза 3Русский язык - 7 б. 4Литературное чтение -5 б. Итого – 21 б.	
----	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

<b>НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА</b>			
<b>Понедельник</b>			
<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1 Литературное чтение 5	Русский 7	Окр.мир 6	Окр.мир 6
2 Физкультура - 1 б.	Математика 8	Физкультура 1	Русский 7
3 Русский язык - 7	Физкультура 1	Русский 7	Математика 8
4 ИЗО 3	Чтение 5	ИЗО 3	Технология 2
16	21	Английский 8 25	Чтение 5 28

<b>Вторник</b>			
<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1 Литературное чтение - 5 б.	Окр.мир 6	Чтение 5	Чтение 5
2 Математика – 8 б.	Русский 7	Русский 7	Физкультура 1
3 Физкультура – 1 б.	Английский 8	Физкультура 1	Математика 8
4 Окружающий мир - 6 б.	Физкультура 1	Математика 8	Английский 8
5 Русский язык 7	Чтение 5	Окр.мир 6	Русский 7
27	27	27	29

<b>Среда</b>			
<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1 Окружающий мир - 6 б.	Русский 7	Чтение 5	Физкультура 1
2 Математика 8	Физкультура 1	Математика 8	Английский 8
3 Русский язык 7 б	Английский 8	Русский 7	Русский 7
4 Музыка - 3	Математика 8	Музыка 3	Окр.мир 6
24	Технология 2 26	23	Математика 8 30

<b>Четверг</b>			
	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1 Физкультура - 1 б.	Чтение 5	Физкультура 1	Изо 3
2 Математика – 8 б.	Математика 8	Математика 8	Русский 7
3 Литературное чтение - 5 б.	Окр.мир 6	Русский 7	Математика 8
4 Русский язык 7	Русский 7	Чтение 5	Лит.чтение на род.яз 5
21	26	Английский 8 29	23

<b>Пятница</b>			
	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1 Литературное чтение 5	Чтение 5	Чтение 5	Чтение 5
2 Математика - 8 б.	Математика 8	Русский 7	Родной язык 7
3 Русский язык - 7 б.	Русский 7	Математика 8	ОМРКиСЭ 4
4 Технология 2	Музыка 3	Технология 2	Музыка 3
22	ИЗО 3 23	23	19

## ОСНОВНАЯ ШКОЛА

### понедельник

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Русский 8	Математика13	Русский11	Биология7	Алгебра7
2	Биология 10	История8	Алгебра10	Английский8	Русский6
3	Математика 10	Русский12	География6	Русский7	Английский9
4	История 5	ИЗО3	Литература4	Алгебра9	ОБЖ3
5	Физкультура 3	Английский11	История6	Физика9	Литература7
6	Английский 9	Литература6	Биология7	Физкультура2	Информатика7
7	45	54	45	История8	Физика13
				50	52

### вторник

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Математика10	Английский11	Обществознание9	Литература4	Химия12
2	Русский8	Обществознание9	Геометрия12	Химия10	Английский9
3	Английский9	Русский12	Русский11	Геометрия10	Физика13
4	Музыка2	Литература6	Физика8	География6	Геометрия8
5	География 7	Математика13	Физкультура2	Технология1	Литература7
6	Литература4	Физкультура4	Английский10	Технология1	Биология7
7	40	55	52	32	География5
					61

### среда

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Русский8	Математика13	География6	Алгебра9	Русский6
2	Математика10	Русский12	Русский11	Биология7	Алгебра7
3	Русский8	Английский11	Алгебра10	Литература4	География5
4	Физкультура3	История8	Технология2	Английский8	Физика13
5	Литература4	Музыка1	Английский10	Химия10	Физкультура2
6		Русский12	Литература4	Обществознание5	Английский9
7	33	57	Физкультура2	История8	
			45	51	42

### четверг

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Русский8	Математика13	Русский11	Геометрия10	Химия12
2	Математика10	Русский12	ОБЖ3	Химия10	Геометрия8
3	ИЗО3	Биология8	Геометрия12	Русский7	История10
4	ОБЖ1	Литература6	Информатика4	Музыка1	Биология7
5	История5	ОБЖ2	Музыка1	География6	Литература7
6	Литература4	География7	ИЗО1	ОБЖ3	Русский6
7	31	48	32	37	Технология4
					54

**пятница**

	<b>5 класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Технология4	Математика13	Русский11	Английский8	Алгебра7
2	Технология4	Русский12	Физика8	Алгебра9	Физкультура2
3	Математика10	Технология3	История6	Физкультура2	Родной язык6
4	Английский9	Технология3	Алгебра10	Русский7	История10
5	Русский8	Физкультура4	Технология2	Физика9	Родная литерат.7
6	35	35	Английский10	Информатика7	Обществознание5
			47	42	37

## Расписание внеурочной деятельности

### Расписание внеурочной деятельности 1класс – 1 четверть

10-55 11-25	Динамическая пауза				
Время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
11-25- 11-55	<i>«Подвижные игры»</i>	<i>«Умелые ручки»</i>	<i>«Шахматы»</i>	<i>«В гостях у сказки»</i>	<i>«Юный пешеход»</i>
12-20 – 12-50	<i>«Доноведение»</i>	<i>«Азбука нравственности»</i>	<i>«Веселая палитра»</i>	<i>«В мире музыки»</i>	<i>«Здоровое питание»</i>

### Расписание внеурочной деятельности 1класс – 2 четверть

11-45- 12-15	Динамическая пауза				
Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
12-20- 12- 50	<i>«Подвижные игры»</i>		<i>«Шахматы»</i>	<i>«В гостях у сказки»</i>	<i>«Юный пешеход»</i>
13-00– 13- 30	<i>«Доноведение»</i>	Динамическая пауза	<i>«Веселая палитра»</i>	<i>«В мире музыки»</i>	<i>«Здоровое питание»</i>
13-30 – 14-00		<i>«Умелые ручки»</i>			
14-05 – 14-35		<i>«Азбука нравственности»</i>			

### Расписание внеурочной деятельности 1класс – 2 полугодие

13-00- 13-30	Динамическая пауза				
Время	Понедельник	вторник	среда	четверг	Пятница
13-30- 14-00	<i>«Подвижные игры»</i>		<i>«Шахматы»</i>	<i>«В гостях у сказки»</i>	<i>«Юный пешеход»</i>
14.10 – 14.40	<i>«Доноведение»</i>	<i>«Умелые ручки»</i>	<i>«Веселая палитра»</i>	<i>«В мире музыки»</i>	<i>«Здоровое питание»</i>
14-45 - 15-15		<i>«Азбука нравственности»</i>			

### Расписание внеурочной деятельности 2 - 4 классы

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>13-10-13-50</b>	Динамическая пауза	Динамическая пауза	Динамическая пауза	Динамическая пауза	Динамическая пауза
<b>14-45-15-25</b>	«Волшебный мир книг»	«Юный пешеход»	«Подвижные игры»	«Умелые ручки»	«Шахматы»
<b>15-30 – 16-10</b>	«В мире музыки»	«Здоровое питание»	«Доноведение»	«Азбука нравственности»	«Веселая палитра»

### Расписание внеурочной деятельности 5-6 классы

					Динамическая пауза <b>13-10-13-50</b>
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>14-00-14-40</b>	Динамическая пауза	Динамическая пауза			«История Донского края»
<b>14-50-15-30</b>	ОДНКНР	«Вокруг света»	«Азбука нравственности»	«Формула питания»	
		«Шахматы»		«Финансовая грамотность»	

### Расписание внеурочной деятельности 7-8 классы

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>14-00-14-40</b>		Динамическая пауза	-	Динамическая пауза	-
<b>14-50-15-30</b>		«Шахматы»	Динамическая пауза	ОДНКНР	«История Донского края»
<b>15-40 – 16-20</b>	«Азбука нравственности»	«Вокруг света»	«Финансовая грамотность»	«Формула питания»	-

### Расписание внеурочной деятельности 9 класс

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
<b>13-50-14-30</b>			Динамическая пауза		Динамическая пауза
<b>14-30-15-10</b>		ОДНКНР	«Финансовая грамотность»		«Формула питания»
<b>15-10 – 15-50</b>			«Я – гражданин»	«Шахматы»	«В мире искусства»

