

«Утвержден»

Приказом №213 от 30.08.2021г

# **РАСПИСАНИЕ УРОКОВ**

**на 2021-2022 учебный год**

**МБОУ-ООШ №15**

**п.Восход**

Основанием для составления расписания уроков Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения - основная общеобразовательная школа №15 п. Восход на 2021 – 2022 учебный год послужили нормативно - правовые документы:

1) Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования. Приказ Министерства просвещения РФ от 28 августа 2020 г. № 442.

2) Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», постановление утвержденное Главным государственным санитарным врачом от 28.09.2020г № 28.

3) Санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID 19)», постановление утвержденное Главным государственным санитарным врачом от 30.06.2020 №16.

4) Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или ) безвредности для человека факторов среды обитания», постановление утвержденное Главным государственным санитарным врачом от от 28.01.2021 №2.

Расписание уроков составлено на основе Учебного плана, утвержденного приказом № 82 от 28.06.2021 г. Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения – основная общеобразовательная школа №15 п.Восход от 30.08.2021 года №213, 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.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 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 :

<b>Классы</b>	<b>Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах</b>
	<b>При 5-дневной неделе, не более</b>
1	21
2	23
3	23
4	23
5	28
6	29
7	31
8	32
9	33

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 1.2.3685-21 ).

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 СанПиН 1.2.3685-21 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, составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (6.9–6.11 СанПиН 1.2.3685-21). В расписании уроков по каждому предмету (ежедневно/ в течение недели) подсчитаны баллы, что даёт возможность проследить кривую дневной и недельной нагрузки по классам.

С целью профилактики переутомления детей облегченные учебные дни распределены на среду и четверг ( СанПиН 1.2.3685-21).

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 (6.9–6.11 СанПиН 1.2.3685-21).

### Режим работы МБОУ-ООШ № 15 п. Восход на 2021-2022 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
<b>Начало 2021 – 2022 учебного года: 1 сентября 2021 года (среда).</b>			
<b>I</b>	<b>01.09.2021-29.10.2021</b>	<b>43</b>	<b>9</b>
каникулы	30.10.2021-7.11.2021	(9 дней)	
<b>II</b>	<b>08.11.2021-28.12.2021</b>	<b>37</b>	<b>7</b>
каникулы	29.12.2021-09.01.2022	(12 дней)	
<b>III</b>	<b>10.01.2022-18.03.2022</b>	<b>48</b>	<b>10</b>
каникулы	19.03.2022-27.03.2022	(9 дней)	
Дополнительные каникулы для 1 класса	21.02.2022-27.02.2022	(7 дней)	
<b>IV</b>	<b>28.03.2022-24.05.2022 (1-4, 9, 11 кл.),</b>	<b>38</b>	<b>8</b>
	<b>28.03.2022-27.05.2022 (5-8, 10 кл.)</b>	<b>41</b>	<b>9</b>
каникулы	с 25.05.2022 (1-4, 9, 11 кл.), с 28.05.2022 (5-8, 10 кл.)		
<b>ИТОГО</b>		<b>161 (1 кл.)</b> <b>166 (2-4, 9, 11 кл.)</b> <b>169 (5-8, 10 кл.)</b>	<b>33</b> <b>34</b> <b>35</b>
		<b>продолжительность каникул – 30 дней</b>	

Дополнительные каникулы для 1 класса с 21.02.2022-27.02.2022

## 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 2021-2022 уч.год						
I четверть		II четверть		III, IV четверти		
3 урока по 35 минут		4 урока по 40 минут		4 урока по 40 минут		
ПН	1. Литературное чтение – 5б. 2. Русский язык – 7 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Окружающий мир - 6 б.  Итого – 18б.	ПН	1. Литературное чтение – 5 б. 2. Русский язык - 7 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Физкультура -1б 4. Изобразительное искусство - 3 б. Итого – 16 б.	ПН	1. Литературное чтение – 5 б. 2. Русский язык - 7 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Физкультура -1б 4. Изобразительное искусство - 3 б. Итого – 16 б.	<p>Расписание звонков 1 четверть</p> <p>1 урок 8-30 – 9.05 2 урок 9.15 – 9.50 Динамическая пауза 9.50 - 10.20 3 урок 10.20 – 10.55</p> <p>Расписание звонков 2 четверть</p> <p>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</p> <p>Расписание звонков III, IV четверти</p> <p>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</p>
ВТ	1. Литературное чтение - 5 б. 2. Математика - 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык - 7 б.  Итого – 20 б.	ВТ	1. Литературное чтение - 5 б. 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Физкультура -1б 4. Русский язык - 7 б. 5. Окружающий мир - 6 б Итого – 27 б.	ВТ	1. Литературное чтение - 5 б. 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Физкультура -1б 4. Русский язык - 7 б. 5. Окружающий мир - 6 б Итого – 27 б.	
СР	1. Окружающий мир - 6 б. 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык – 7 б.  Итого – 21 б.	СР	1. Окружающий мир - 6 б 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык 7 б. 4. Музыка - 3 б. Итого – 24 б.	СР	1. Окружающий мир - 6 б 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык 7 б. 4. Музыка - 3 б. Итого – 24 б.	
ЧТ	1. Литературное чтение - 5 б. 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык - 7 б. Итого – 20 б.	ЧТ	1. Физкультура - 1 б. 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Литературное чтение - 5 б. 4. Русский язык - 7 б. Итого – 21 б.	ЧТ	1. Физкультура - 1 б. 2. Математика – 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Литературное чтение - 5 б. 4. Русский язык - 7 б. Итого – 21 б.	

ПТ	1. Литературное чтение – 5б 2. Математика - 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык - 7 б. Итого – 20 б.	ПТ 1. Литературное чтение -5 б. 2. Математика - 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык - 7 б. 4. Технология 2б Итого – 22 б.	ПТ 1. Литературное чтение -5 б. 2. Математика - 8 б. <b>Динамическая пауза</b> 3. Русский язык - 7 б. 4. Технология 2б Итого – 22 б.	
----	---	--	--	--

**НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА****Понедельник**

<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1. Литературное чтение 5	Русский 7	Русский 7	Русский 7
2. Физкультура - 1 б.	Окр.мир 6	Английский 7	Окр.мир 6
3. Русский язык - 7	Математика 8	Чтение 5	Математика 8
4. ИЗО 3	Чтение 5	ИЗО 3	Чтение 5
5.	Физкультура 1		Физкультура 1
16	27	23	27

**Вторник**

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

**Среда**

<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1. Окружающий мир - 6 б.	Чтение 5	Русский 7	Чтение 5
2. Математика 8	Русский 7	Окр.мир 6	Русский 7
3. Русский язык 7 б	Английский 7	Родной язык 7	Английский 7
4. Музыка - 3	Математика 8	Математика 8	Математика 8
5.	ИЗО 3	Физкультура 1	ИЗО 3
24	30	28	30

**Четверг**

<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1. Физкультура - 1 б.	Русский 7	Чтение 5	Русский 7
2. Математика – 8 б.	Чтение 5	Математика 8	Лит. чт на род. яз 5
3. Литературное чтение - 5 б.	Математика 8	Английский 7	Математика 8
4. Русский язык 7	Физкультура 1	Технология 2	Физкультура 1
5.		Физкультура 1	
21	21	23	21

**Пятница**

<b>1 класс</b>	<b>2 класс</b>	<b>3 класс</b>	<b>4 класс</b>
1. Литературное чтение 5	Окр.мир 6	Чтение 5	Окр.мир 6
2. Математика - 8 б.	Русский 7	Русский 7	Родной язык 7
3. Русский язык - 7 б.	Музыка 3	Математика 8	Музыка 3
4. Технология 2	Физкультура 1	Музыка 3	Физкультура 1
5.			ОМРКиСЭ 4
22	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	Математика 13	ОДНКНР 6	Биология 7	Алгебра 7
2	Биология 10	История 8	Алгебра 10	Английский 8	Русский 6
3	Математика 10	Русский 12	География 6	Русский 7	Английский 9
4	История 5	ИЗО 3	Литература 4	Алгебра 9	Физика 13
5	ОДНКНР 5	Английский 11	История 6	Физика 9	Литература 7
6	Английский 9	Литература 6	Биология 7	Физкультура 2	Информатика 7
7	47	53	44	История 8	ОБЖ 3
				50	52

**Вторник**

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Математика 10	Английский 11	Обществознание 9	Литература 4	Химия 12
2	Русский 8	Обществознание 9	Геометрия 12	Химия 10	Английский 9
3	Английский 9	Русский 12	Русский 11	Геометрия 10	Физика 13
4	Музыка 2	Литература 6	Физика 8	География 6	Геометрия 8
5	География 7	Математика 13	Физкультура 2	Технология 1	Литература 7
6	Литература 4	Физкультура 4	Английский 10	Технология 1	Биология 7
7					География 5
	40	55	58	32	61

**Среда**

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Русский 8	Математика 13	География 6	Алгебра 9	Русский 6
2	Математика 10	Русский 12	Русский 11	Биология 7	Физкультура 2
3	Русский 8	Английский 11	Алгебра 10	Литература 4	География 5
4	Физкультура 3	История 8	Технология 2	Английский 8	Алгебра 7
5	Литература 4	Музыка 1	Английский 10	Химия 10	Физика 13
6		Русский 12	Литература 4	Обществознание 5	ОДНКНР 10
7	33	57	Физкультура 2	История 8	Английский 9
			45	51	52

**Четверг**

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Физкультура 2	Математика 13	Русский 11	Геометрия 10	Химия 12
2	Математика 10	Русский 12	ОБЖ 3	География 6	Литература 7
3	ИЗО 3	Биология 8	Геометрия 12	Русский 7	История 10
4	ОБЖ 1	Литература 6	Информатика 4	Музыка 1	Биология 7
5	История 5	География 7	Музыка 1	ОБЖ 3	Геометрия 8
6	Литература 4	ОБЖ 2	ИЗО 1	Информатика 7	Русский 6
7					
	25	48	32	37	50

**Пятница**

	<b>5класс</b>	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
1	Технология 4	Математика 13	Русский 11	Английский 8	Алгебра 7
2	Технология 4	Русский 12	Физика 8	Алгебра 9	Физкультура 2
3	Математика 10	Технология 3	История 6	Физкультура 2	Родной язык 6
4	Английский 9	Технология 3	Алгебра 10	Русский 7	История 10
5	Русский 8	Физкультура 4	Технология 2	Физика 9	Родная литерат. 7
6			Английский 10	ОДНКНР 8	Обществознание 5
7					Технология 4
	35	35	47	50	41

**Расписание внеурочной деятельности**  
**Расписание внеурочной деятельности 1класс – 1 четверть**

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

**Расписание внеурочной деятельности 1класс – 2 четверть**

<b>12- 20</b> <b>13-10</b>	<b>Динамическая пауза</b>				
<b>Время</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
<b>13 - 10</b> <b>13 - 45</b>	«Подвижные игры»		«Доноведение»	«Веселая палитра»	«Шахматы»
<b>13 - 55</b> <b>14 - 30</b>	«Здоровое питание»	<b>Динамическая пауза</b>	«В гостях у сказки»	«В мире музыки»	«Юный пешеход»
<b>14 - 40</b> <b>15 - 15</b>		«Умелые ручки»			
<b>15 - 25</b> <b>15 - 55</b>		«Азбука нравственности»			

**Расписание внеурочной деятельности 1класс – 2 полугодие**

<b>13-50</b> <b>14-20</b>	<b>Динамическая пауза</b>				
<b>Время</b>	<b>понедельник</b>	<b>вторник</b>	<b>среда</b>	<b>четверг</b>	<b>пятница</b>
<b>14-20</b> <b>14-55</b>	«Подвижные игры»		«Доноведение»	«Веселая палитра»	«Шахматы»
<b>15-05</b> <b>15-40</b>	«Здоровое питание»	<b>Динамическая пауза</b>	«В гостях у сказки»	«В мире музыки»	«Юный пешеход»
<b>15-50</b> <b>16-25</b>		«Умелые ручки»			
<b>16-35</b> <b>17-10</b>		«Азбука нравственности»			

**Расписание внеурочной деятельности 2 - 4 классы**

	<b>Понедельник</b>	<b>Вторник</b>	<b>Среда</b>	<b>Четверг</b>	<b>Пятница</b>
<b>13-10- 13-50</b>	<b>Динамическая пауза</b>	<b>Динамическая пауза</b>	<b>Динамическая пауза</b>	<b>Динамическая пауза</b>	<b>Динамическая пауза</b>
<b>14-00- 14-40</b>	«Подвижные игры»	«Волшебный мир книг»	«Юный пешеход»	«Здоровое питание»	«Веселая палитра»
<b>14-50 – 15-30</b>	«Доноведение»	«Умелые ручки»	«В мире музыки»	«Азбука нравственности»	«Шахматы»

### Расписание внеурочной деятельности 5 класс

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
13-10 13-50			Динамическая пауза		Динамическая пауза
14-00- 14-40	Динамическая пауза		«История Донского края»	Динамическая пауза	«Формула питания»
14-50- 15-30	«Уроки нравственности»	«Вокруг света»	«Шахматы»	«Азбука нравственности»	
15-40 16-20				«Финансовая грамотность»	

### Расписание внеурочной деятельности 6 класс

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
14-00- 14-40	Динамическая пауза	Динамическая пауза	Динамическая пауза	Динамическая пауза	
14-50- 15-30	«Вокруг света»	«Азбука нравственности»	«Финансовая грамотность»	«Уроки нравственности»	
15-40 16-20	«История Донского края»		«Шахматы»	«Формула правильного питания»	

### Расписание внеурочной деятельности 7-8 классы

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
14-00 14-40				Динамическая пауза	Динамическая пауза
14-50 15-30	Динамическая пауза	Динамическая пауза	Динамическая пауза	«Азбука нравственности»	«Шахматы»
15-40 16-20	«Вокруг света»	«История Донского края»	«Уроки нравственности»		
16-30 17-10		«Формула питания»	«Финансовая грамотность»		

### Расписание внеурочной деятельности 9 класс

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
14-50 15-30	Динамическая пауза	Динамическая пауза	Динамическая пауза		Динамическая пауза
15-40 16-20	«Финансовая грамотность»	«Уроки нравственности»	«Я – гражданин»		«В мире искусства»
16-30 17-10	«Формула питания»		«Шахматы»		