

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 15»



УТВЕРЖДАЮ

Директор

/С.В.Комарова/

**РАСПИСАНИЕ УРОКОВ
в основной и старшей школе
на 2025-2026 учебный год
I полугодие**

Г.Губаха, 2025 год

**Пояснительная записка к расписанию уроков
в МАОУ «СОШ № 15» (средняя и старшая школа)
на 2025 – 2026 учебный год**

При разработке расписания учебных занятий учитывались следующие нормативные документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказы Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. N 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" и N 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования".
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования”

Уровня образовательной организации:

- Устав МАОУ «СОШ №15»;
- Основная образовательная программа основного общего образования МАОУ «СОШ №15»;
- Основная образовательная программа среднего общего образования МАОУ «СОШ №15»
- Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год.

Расписание уроков в школе преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для всех участников образовательной деятельности.

Расписание учебных занятий учитывает выполнение следующих требований:

- создание оптимальных условий для обеспечения эффективного труда обучающихся;
- обеспечение высокого уровня эффективности труда педагога, профилактики снижения его работоспособности как в пределах одного рабочего дня, так и в течение рабочей недели;
- учет материально-технических условий образовательного учреждения;
- соблюдение требований нормативных документов, регламентирующих работу образовательного учреждения.

При составлении расписания учебных занятий учитывалось:

- данные о дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов;
- чередование учебных предметов в течение учебного дня и недели по степени сложности;
- чередование основных предметов с уроками физической культуры, технологии, искусства, ОБЖ.

Школа работает в одну смену. Продолжительность урока составляет 45 минут для 5-11 классов.

Расписание звонков

№ урока	Продолжительность урока 45 мин	Перемена
1.	08:20-09:00	10
2.	09:10-09:55	20
3.	10:15-11:00	20
4.	11:20-12:05	20
5.	12:25-13:10	15
6.	13:25-14:10	10
7.	14:20-15:05	

Все классы, кроме 9А и 11 классов для изучения иностранного языка обучающиеся поделены на две подгруппы. Учащиеся на уроках технологии в 5-9 классах занимаются раздельно. На уроках информатики все классы делятся на две подгруппы.

Максимальное количество часов в неделю, определенное Учебным планом, выдержано. Согласно требованиям СанПиН в начале недели (понедельник) и в конце недели (пятница) – работоспособность самая низкая, и соответственно нагрузка наименьшая. Наибольший объем учебной нагрузки приходится на вторник и четверг (когда работоспособность нарастает) или среду. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности по возможности предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

Максимальная нагрузка в течение дня соответствует СанПиН.

При составлении расписания для учащихся 5-11 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин. Расписание для учащихся 5-10 классов сбалансировать труднее, т.к. учителя иностранного языка, музыки ведут уроки и в начальных классах.

Преподавание предмета «Физическая культура» ведется в объеме 2 часов, один час изучается за счет внеурочной деятельности. Поэтому часы физической культуры в школе, исходя из режима работы спортивного зала и пятидневной учебной недели, предполагают проведение занятий не последними уроками, как рекомендуется, а в течение всего учебного дня с понедельника по пятницу.

Максимальная величина образовательной нагрузки

Классы	5	6	7	8	9	11
<i>Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах при 5-дневной неделе, не более</i>	29	30	32	33	33	34

Расписание уроков составлено отдельно для учебных занятий и занятий внеурочной деятельности.

Максимальная нагрузка в течение дня соответствует СанПиН 2.4.2.2821-10 и составляет:

- для обучающихся 5-6 класса - не превышает 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

Организация учебного процесса в 5-11 классах

Занятия организованы в первую смену. Начало занятий в 5-х классах в 10:10.

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, не учитываются при определении обязательной допустимой нагрузки учащихся.

Распределение учебной нагрузки основного общего образования (5-9 классы) представлено в диаграммах (Приложение № 1).

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами, в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в понедельник и пятницу. Наибольший объем учебной нагрузки приходится на середину недели (когда работоспособность нарастает).

Распределение учебной нагрузки среднего общего образования (11 класс) представлено в диаграммах (Приложение № 2).

Расписание выдержано в соответствии с нормами СанПиН, но в отдельных классах наблюдаются отклонения от норм СанПиН:

- Трудные предметы, такие как математика, английский язык и т.д. проводятся первыми или последними уроками.
- Легкий предмет (физическая культура) проводится вторым, третьим уроком и последним.

Причины допущенных отклонений:

1. Учитель Рихсиева Лариса Исламовна ведёт иностранный язык во 4-9 классах, учебная нагрузка 37 часов в неделю.
2. Учителя математики ведут несколько предметов: математику в 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 классах - 33-35 часов в неделю.

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 5 - 9 классах

Предметные области	Учебные предметы	Количество баллов (ранг трудности)				
		5	6	7	8	9
Русский язык и литература	Русский язык	8	12	11	7	6
	Литература	4	6	4	4	7
Родной язык и литературное чтение на родном языке	Родной язык	8	12	11	7	6
	Литературное чтение на родном языке	4	6	4	4	7
Иностранные языки	Иностранный язык (английский язык)	9	11	10	8	9
	Второй иностранный язык (немецкий язык)					9
Математика и информатика	Математика	10	13			
	Алгебра			10	9	7
	Геометрия			12	10	8
	Информатика			4	7	7
Общественно-научные предметы	История России. Всеобщая история.	5	8	6	8	10
	Обществознание	0	5	5	5	5
	География	6	7	6	6	5
Естественнонаучные предметы	Физика			8	9	13
	Химия			13	10	12
	Биология	10	8	7	7	7
Искусство	Музыка	2	1	1	1	
	Изобразительное искусство	3	3	1		
Технология	Технология	4	3	2	1	
Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности	Основы безопасности жизнедеятельности				3	3
	Физическая культура	3	4	2	2	2
Общественно-научные предметы	Финансовая грамотность	0	0	0	0	0

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых в 10 - 11 классах

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)	Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Физика	12	Информатика, Экономика	6
Геометрия, Химия	11	История, Обществознание	5
Алгебра	10	Астрономия	4
Русский язык	9	География, Экология	3
Литература, иностранный язык	8	Основы безопасности жизнедеятельности	2
Биология	7	Физическая культура	1

Расписание уроков в 5-х классах

	№ урока	5 класс А		5 класс Б		5 класс В	
Понедельник	1.						
	2.						
	3.	Математика	10	Биология	10	Русский язык	8
	4.	Биология	10	Русский язык	8	Математика	10
	5.	Музыка	2	Литература	4	Физическая культура	3
	6.	Русский язык	8	Математика	10	Биология	10
	7.	Изобразительное искусство	3				
			33		32		31
Вторник	1.					Технология	4
	2.					Технология	4
	3.	Информатика	4	Математика	10	Русский язык	8
	4.	Математика	10	Английский язык	9	Литература	4
	5.	Английский язык	9	Изобразительное искусство	3	Математика	10
	6.	Русский язык	8	Русский язык	8	Английский язык	9
	7.	Литература	4	Литература	4		
	8.	ОДНР	3	Физическая культура	3		
			38		37		39
Среда	1.	История	5	Технология	4		
	2.	Математика	10	Технология	4	Информатика	4
	3.	Русский язык	8	Русский язык	8	География	7
	4.	Литература	4	География	7	История	5
	5.	География	7	Математика	10	Русский язык	8
	6.	Физическая культура	3	Информатика	4	Литература	4
	7.					Математика	8
	8.						
			37		37		38
Четверг	1.	Технология	4				
	2.	Технология	4	Английский язык	9	Математика	10
	3.	Английский язык	9	Математика	10	Физическая культура	3
	4.	Физическая культура	3	Физическая культура	3	Русский язык	8
	5.	Русский язык	8	Русский язык	8	Английский язык	9
	6.	Математика	10	История	5	Изобразительное искусство	3
	7.					История	5
			38		35		38
Пятница	1.						
	2.			Математика	10		
	3.	История	5	Музыка	2	Математика	10
	4.	Физическая культура	3	Литература	4	Музыка	2
	5.	Математика	10	История	5	Русский язык	8
	6.	Литература	4	Русский язык	8	Литература	4
	7.	Русский язык	8	Физическая культура	3	Физическая культура	3
			30		32		27

Расписание уроков в 6-х классах

	№ урока	6 класс А		6 класс Б		6 класс В	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1.	География	7			Математика	13
	2.	Математика	13	Технология	3	Русский язык	12
	3.	Русский язык	12	Математика	13	Физическая культура	4
	4.	Информатика	10	География	7	История	8
	5.			Русский язык	12	Литература	6
	6.			История	8		
			42		43		43
ВТОРНИК	1.			Музыка	1	Физическая культура	4
	2.	Математика	13	Русский язык	12	Английский язык	11
	3.	Изобразительное искусство	3	Английский язык	11	Русский язык	12
	4.	История	8	Физическая культура	4	Литература	6
	5.	Русский язык	12	Биология	8	География	7
	6.	Литература	6	Математика	13	Математика	13
	7.	Английский язык	11	Технология	3		
			53		52		53
СРЕДА	1.			Математика	13	Технология	3
	2.	Физическая культура	4	История	8	Технология	3
	3.	Биология	8	Обществознание	9	Математика	13
	4.	Математика	13	Изобразительное искусство	3	Обществознание	9
	5.	Обществознание	9	Литература	6	Русский язык	12
	6.	Русский язык	12	Русский язык	12	Информатика	10
	7.	Технология	3				
	8.						
			49		51		50
ЧЕТВЕРГ	1.			Математика	13	Русский язык	12
	2.	Физическая культура	4	Литература	6	Литература	6
	3.	Русский язык	12	Русский язык	12	Физическая культура	4
	4.	Родной русский	12	Физическая культура	4	Математика	13
	5.	Математика	13	Информатика	10	Английский язык	11
	6.	Литература	6	ОДНР	3	Изобразительное искусство	3
	7.						
			47		48		49
ПЯТНИЦА	1.	История	8	Литература	6		
	2.	Математика	13	Английский язык	11	Русский язык	12
	3.	Музыка	1	Русский язык	12	Биология	8
	4.	Английский язык	11	Физическая культура	4	Математика	13
	5.	Русский язык	12	Математика	13	Музыка	1
	6.					История	8
	7.					ОДНР	3
			45		47		45

Расписание уроков в 7-х классах

	№ урока	7 класс А		7 класс Б		7 класс В	
Понедельник	1.	Физическая культура	2	Математика	11	Технология	2
	2.	Математика	11	Физическая культура	2	Русский язык	11
	3.	Английский язык	10	Русский язык	11	Литература	4
	4.	Русский язык	11	Технология	2	Математика	11
	5.	История	6	Технология	2	Физическая культура	2
	6.			Английский язык	10	Английский язык	10
	7.			География	6		
	8.						
			40		44		40
Вторник	1.	География	6			Обществознание	9
	2.	Русский язык	11	Изобразительное искусство	4	Математика	11
	3.	Литература	4	История	6	Литература	4
	4.	Математика	11	Русский язык	11	Русский язык	11
	5.	Физическая культура	2	Литература	4	География	6
	6.	Физика	10	Математика	11	Музыка	1
	7.			Физика	10		
			44		46		48
Среда	1.	Обществознание	9				
	2.	Английский язык	10	Русский язык	11	Физика	10
	3.	Музыка	1	Физика	10	Биология	7
	4.	Математика	11	Английский язык	10	Физическая культура	2
	5.	Литература	4	Музыка	1	Английский язык	10
	6.	Русский язык	11	Математика	11	Математика	11
	7.	Технология	2	Физическая культура	2	Литература	4
			48		45		44
Четверг	1.					Физика	10
	2.	Русский язык	11			Математика	11
	3.	Родной русский	11	Литература	4	Русский язык	11
	4.	Технология	2	Русский язык	11	Изобразительное искусство	4
	5.	Физика	10	История	6	География	6
	6.	Математика	11	Математика	11	Технология	2
	7.	Физическая культура	2	География	6		
			47		38		44
Пятница	1.			Физическая культура	2		
	2.	География	6	Математика	11	Физическая культура	2
	3.	Биология	7	Информатика	4	Математика	11
	4.	Изобразительное искусство	4	Биология	7	История	6
	5.	Математика	11	Родной русский	11	Информатика	4
		История	6	Обществознание	9	Русский язык	11
		Информатика	4				
			38		44		34

Расписание уроков в 8-х классах

	№ урока	8 класс А		8 класс Б		8 класс Т	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1.			Русский язык	7		
	2.	Математика	10	География	6	Биология	7
	3.	Музыка	1	Биология	7	История	8
	4.	Литература	4	Математика	10	Музыка	1
	5.	История	8	Литература	4	Математика	10
	6.	Химия	10	Физическая культура	2	География	6
	7.	Английский язык	8			информатика	7
			41		36		39
ВТОРНИК	1.	Математика	10	Физика	9	Химия	10
	2.	Физическая культура	2	ОБЖ	3	Литература	4
	3.	Физика	9	Математика	10	История	8
	4.	Русский язык	7	История	8	Математика	10
	5.	Обществознание	5	Русский язык	7	Русский язык	7
	6.	биология	7	Биология	7	Физика	9
	7.			Физическая культура	2		
	8.						
			40		46		48
СРЕДА	1.	Технология	1	Информатика	7	Обществознание	9
	2.	Родной русский	8	Химия	10	Математика	10
	3.	Информатика	7	Русский язык	7	Физическая культура	2
	4.	Математика	10	Обществознание	5	Русский язык	7
	5.	Биология	7	Математика	10	Литература	4
	6.	География	6	Английский язык	8	Биология	7
	7.	ОБЖ	3			Английский язык	8
	8.						
			42		47		47
ЧЕТВЕРГ	1.	Английский язык	8	Математика	10	Физика	9
	2.	Русский язык	7	Физика	9	География	7
	3.	Физика	9	География	7	Физическая культура	2
	4.	Математика	10	История	8	Математика	10
	5.	География	6	Химия	10	Литература	4
	6.	Физическая культура	3	Технология	1	Русский язык	7
	7.			Технология	1	ОБЖ	3
	8.						
			43		46		42
ПЯТНИЦА	1.	Литература	4			Английский язык	8
	2.	Химия	10	Литература	4	Физическая культура	2
	3.	Математика	10	Физическая культура	2	Химия	10
	4.	История	8	Русский язык	7	Математика	10
	5.	Физическая культура	2	Музыка	1	Технология	2
	6.	Русский язык	7	Математика	10		
	7.			Английский язык	8		
	8.						
			41		32		32

Расписание уроков в 9-х классах

	№ урока	9 класс А		9 класс Б		9 класс Т	
Понедельник	1.						
	2.	Литература	7	География	5		
	3.	Физика	13	Английский язык	9	Химия	12
	4.	ОБЖ	2	Литература	7	Русский язык	6
	5.	Химия	12	Химия	12	Математика	8
	6.	Математика	8	Русский язык	6	Обществознание	5
	7.	Русский язык	6	Математика	8	Литература	7
			48		47		38
Вторник	1.	Литература	7	Русский язык	6	Русский язык	6
	2.	Математика	8	Литература	7	Физика	13
	3.	Английский язык	9	История	10	Физическая культура	2
	4.	Физическая культура	2	Биология	7	Английский язык	9
	5.	Биология	7	Физическая культура	2	Математика	8
	6.	Физика	13	Математика	8	История	10
	7.	Информатика	7	Физика	13		
	8.						
			53		52		47
Среда	1.	Литература	7	Физика	13	Русский язык	6
	2.	Математика	8	Русский язык	6	Математика	8
	3.	Русский язык	6	Обществознание	5	Литература	7
	4.	Физическая культура	2	Химия	12	Биология	7
	5.	История	10	Математика	8	Информатика	7
	6.	Химия	12	Литература	7	ОБЖ	2
	7.	География	5			Английский язык	9
	8.						
			50		51		46
Четверг	1.					География	5
	2.	История	10	Физическая культура	2	Биология	7
	3.	Математика	8	Математика	8	Физическая культура	2
	4.	Родная литература	7	Родной русский язык	6	химия	12
	5.	Английский язык	9	История	10	Физика	13
	6.	Биология	7	Физика	13	математика	8
	7.	Математика	8	Английский язык	9		
	8.						
			48		48		47
Пятница	1.	География	5	Информатика	7		
	2.	Русский язык	6	Математика	8		
	3.	Родной русский язык	6	Биология	7	География	5
	4.	Английский язык	9	ОБЖ	2	Математика	8
	5.	Обществознание	5	Родная литература	7	Английский язык	9
	6.	Физика	13	Английский язык	9	История	10
	7.			География	5	Русский язык	6
	8.					Литература	7
			44		45		45

Расписание уроков в 10-м классе

	№ урока	10	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1.	Обществознание	5
	2.	Физика	12
	3.	Геометрия	11
	4.	Геометрия	11
	5.	Литература	8
	6.		
	7.		
			47
ВТОРНИК	1.	Обществознание	5
	2.	Русский язык	9
	3.	Русский язык	9
	4.	Алгебра	10
	5.	Алгебра	10
	6.	Английский язык	8
	7.	Физическая культура	1
	8.		
			52
СРЕДА	1.	Английский язык	8
	2.	Физика	12
	3.	Физика	12
	4.	Геометрия	11
	5.	Вероятность и статистика	10
	6.	Информатика	6
	7.	ОБЗР	2
	8.		
			61
ЧЕТВЕРГ	1.	Литература	8
	2.	Литература	8
	3.	Физика	12
	4.	История	5
	5.	История	5
	6.	Английский язык	8
	7.	Биология	7
	8.		
			53
ПЯТНИЦА	1.	География	3
	2.	Химия	11
	3.	Физика	12
	4.	Алгебра	10
	5.	Алгебра	10
	6.	Физическая культура	1
	7.		
	8.		
			47

Расписание уроков в 11-м классе

	№ урока	11	
ПОНЕДЕЛЬНИК	1.	Литература	8
	2.	Физика	12
	3.	Физика	12
	4.	Английский язык	8
	5.	Информатика	6
	6.	Физическая культура	1
	7.		
			47
ВТОРНИК	1.	Обществознание	5
	2.	Химия	11
	3.	Геометрия	11
	4.	Геометрия	11
	5.	Русский язык	9
	6.	ОБЗР	2
	7.		
	8.		
			49
СРЕДА	1.	Физика	12
	2.	Физика	12
	3.	Геометрия	11
	4.	Алгебра	10
	5.	Вероятность и статистика	10
	6.		
	7.		
	8.		
			62
ЧЕТВЕРГ	1.	Английский язык	8
	2.	Английский язык	8
	3.	История	5
	4.	Алгебра	10
	5.	Алгебра	10
	6.	Русский язык	9
	7.	Физическая культура	1
	8.		
			51
ПЯТНИЦА	1.	Литература	8
	2.	Литература	8
	3.	Физика	12
	4.	Алгебра	10
	5.	История	5
	6.	География	3
	7.		
	8.		