

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Боровская основная школа»

Принят
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

Директор МБОУ «Боровская ОШ»
С.Н. Зечер
Приказ № 11 от 28 августа 2025 г.

The stamp is circular with a blue border. The text inside the border reads: "МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «БОРОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»". In the center, there is a signature and the text "Директор МБОУ «Боровская ОШ»". At the bottom of the stamp, there is a registration number: "ИНН 2924003254" and "ОКПО 47714543".

Расписание уроков для обучающихся начального общего образования,
основного общего образования на 2025 – 2026 учебный год

Д. Шипуновская
2025

Пояснительная записка к расписанию

Расписание уроков на 2025 - 2026 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»;
- с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы.

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2025 – 2026 учебный год, учебными программами по предметам. Так же 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 2024 – 2025 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов (приложение 3 СанПиН 2.4.2.2821-10).

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
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
ОРКСЭ	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Труд (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 четверг – 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 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	3
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
Биология	10	8	7	7	7
Литература	4	6	4	4	7
Информатика	4	10	4	7	7
Русский язык	8	12	11	7	6
География	7	7	6	6	5
Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
Труд (Технология)	4	3	2	1	1
ОБЗР	-	-	-	3	3
Музыка	2	1	1	1	-
Физическая культура	3	4	2	2	2

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, что наибольший ее объем приходится в 5 и 9 классе - основном на четверг, в 6,7 и 8 классе в основном на 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, а также предметы учителей совместителей, которые работают в данные дни.

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.

При составлении расписания было учтено то, что в школе 1 спортивный зал, школа занимается в одну смену.

Недельное расписание по баллам в 1-9 классе на 2025 - 2026 учебный год

Дни недели	Классы								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Понедельник	21	21	22	22	35	43	43	35	37
Вторник	22	28	25	30	32	60	48	63	45
Среда	23	21	28	27	39	53	42	43	40
Четверг	26	26	28	27	42	50	41	43	48
Пятница	19	25	21	22	35	45	40	39	47

Расписание в основном отвечает требованиям, предъявленным к нему СанПиН, и создает удовлетворительные условия для комфортной работы обучающихся и учителей.

Недельное расписание уроков на I четверть для обучающихся 1 класса

1 и 3 – я недели

День недели	Номер урока	1 класс	Балл
<u>Понедельник</u>	1.	Литературное чтение	5
	2.	Русский язык	7
	3.	Физкультура	1
	Итого за день:		13
<u>Вторник</u>	1.	Литературное чтение	5
	2.	Русский язык	7
	3.	Математика	8
	Итого за день:		20
<u>Среда</u>	1.	Окружающий мир	6
	2.	Литературное чтение	5
	3.	Русский язык	7
	Итого за день:		18
<u>Четверг</u>	1.	Литературное чтение	5
	2.	Математика	8
	3.	ИЗО	3
	Итого за день:		16
<u>Пятница</u>	1.	Математика	8
	2.	Русский язык	7
	3.	Физкультура	1
	Итого за неделю:		16

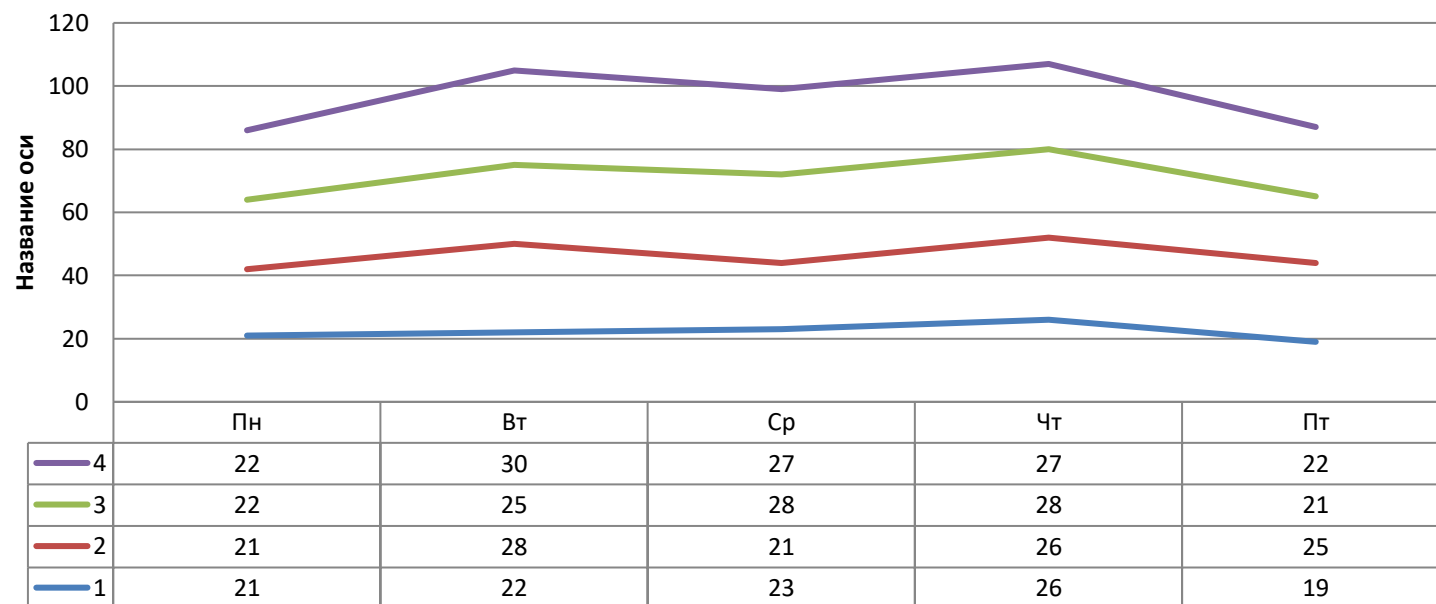
2 и 4 – я недели

День недели	Номер урока	1 класс	Балл
<u>Понедельник</u>	4.	Литературное чтение	5
	5.	Русский язык	7
	6.	Физкультура	1
	Итого за день:		13
<u>Вторник</u>	4.	Литературное чтение	5
	5.	Русский язык	7
	6.	Математика	8
	Итого за день:		20
<u>Среда</u>	4.	Физкультура	1
	5.	Русский язык	7
	6.	Математика	8
	Итого за день:		16
<u>Четверг</u>	4.	Окружающий мир	6
	5.	Математика	8
	6.	Труд (технология)	2
	Итого за день:		16
<u>Пятница</u>	1.	Чтение	5
	2.	Русский язык	7
	3.	Музыка	3
	Итого за неделю:		15

Недельное расписание уроков для обучающихся начального общего образования (пятидневная учебная неделя)

День недели	Номер урока	1 класс	Балл	2 класс	Балл	3 класс	Балл	4 класс	Балл
<u>Понедельник</u>	1.	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2.	Физкультура	1	Литературное чтение	5	Английский язык	7	Литературное чтение	5
	3.	Русский язык	7	Физкультура	1	Литературное чтение	5	Математика	8
	4.	Математика	8	Математика	8	Труд	2	Труд	2
		Итого за день:	21	Итого за день:	21	Итого за день:	21	Итого за день:	22
<u>Вторник</u>	1.	Литературное чтение	5	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8
	2.	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	3.	Труд	2	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5
	4.	Математика	8	Литературное чтение	5	Физкультура	1	Английский язык	7
	5.			Труд	2	Музыка	3	Музыка	3
		Итого за день:	22	Итого за день:	28	Итого за день:	25	Итого за день:	30
<u>Среда</u>	1.	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2.	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3.	Математика	8	Литературное чтение	5	Физкультура	1	Окружающий мир	6
	4.	Окружающий мир	6	Физкультура	1	Английский язык	7	Литературное чтение	5
	5.			ИЗО	3	Литературное чтение	5	Физкультура	1
		Итого за день:	22	Итого за день:	21	Итого за день:	28	Итого за день:	27
<u>Четверг</u>	1.	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2.	Русский язык	7	Английский язык	7	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6
	3.	ИЗО	3	Физкультура	1	Математика	8	Математика	8
	4.	Математика	8	Математика	8	Литературное чтение	5	Физкультура	1
	5.	Музыка	3	Музыка	3	ИЗО	2	ОРКСЭ	5
		Итого за день:	26	Итого за день:	26	Итого за день:	28	Итого за день:	27
<u>Пятница</u>	1.	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Литературное чтение	5
	2.	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	ИЗО	3
	3.	Физкультура	1	Английский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	4.	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Физкультура	1	Английский язык	7
		Итого за день:	19	Итого за день:	25	Итого за день:	21	Итого за день:	22

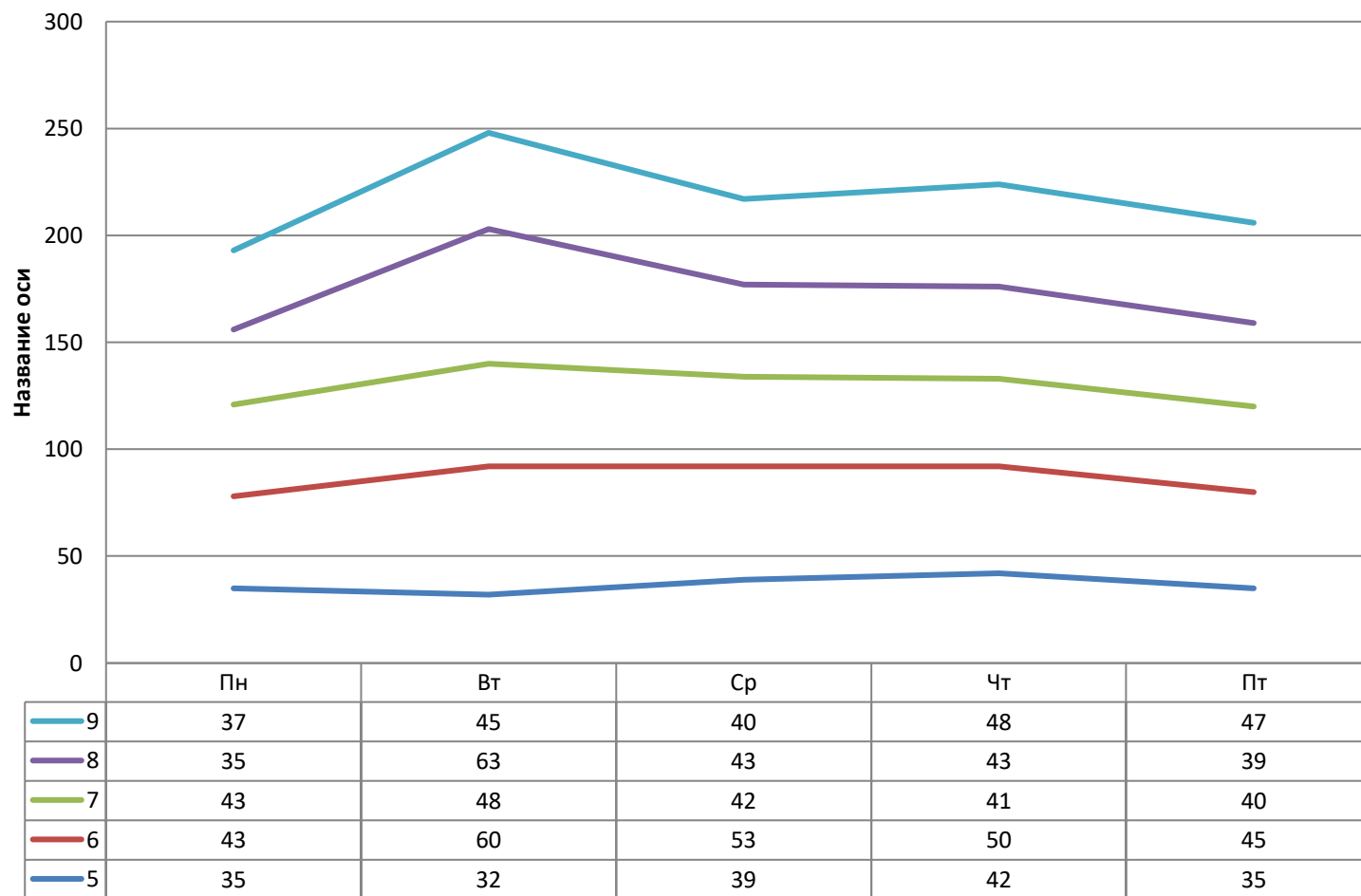
Недельное расписание по баллам 1-4 классы



Недельное расписание уроков для обучающихся основного общего образования (пятидневная учебная неделя)

класс		5	Балл	6	Балл	7	Балл	8	Балл	9	Балл
дни											
Понедельник	1	Русский язык	8	Русский язык	12	Алгебра	10	Английский язык	8	Биология	7
	2	Математика	10	История	8	Русский язык	11	Русский язык	7	Алгебра	7
	3	Английский язык	9	Математика	13	История	6	Алгебра	9	Русский язык	6
	4	Труд	4	Литература	6	Физика	8	География	6	Английский язык	9
	5	Труд	4	Физкультура	4	География	6	Литература	4	Физика	3
	6					Физкультура	2	Музыка	1	География	5
		Итого за день:	35	Итого за день:	43	Итого за день:	43	Итого за день:	35	Итого за день:	37
Вторник	1.	Русский язык	8	Английский язык	11	Геометрия	12	Химия	10	Литература	7
	2.	История	5	Русский язык	11	Английский язык	10	Геометрия	10	Химия	12
	3.	Математика	10	Русский язык	12	История	6	Английский язык	8	Геометрия	8
	4.	Литература	4	Математика	13	Биология	7	История	8	Физика	3
	5.	Физкультура	3	Биология	8	Русский язык	11	Физика	9	История	10
	6.	Музыка	2	Физкультура	4	ИЗО	1	География	6	Физика	3
	7.					Музыка	1	Физкультура	2	Физкультура	2
		Итого за день:	32	Итого за день:	60	Итого за день:	48	Итого за день:	63	Итого за день:	45
Среда	1.	Английский язык	9	Математика	13	Алгебра	10	Русский язык	7	Русский язык	6
	2.	Русский язык	8	Английский язык	11	Русский язык	11	Алгебра	9	История	10
	3.	ИЗО	3	Русский язык	12	Английский язык	10	История	9	Алгебра	7
	4.	Математика	10	История	8	Вероятность и статистика	10	Биология	7	Литература	7
	5.	История	5	Литература	6	Решение практических работ по биологии	7	Вероятность и статистика	9	ОБЗР	3
	6.	Литература	4	ИЗО	3	Физкультура	2	ОБЗР	3	Вероятность и статистика	7
		Итого за день:	39	Итого за день:	53	Итого за день:	42	Итого за день:	43	Итого за день:	40
Четверг	1.	Русский язык	8	География	7	Русский язык	11	Геометрия	10	Английский язык	9
	2.	География	7	Русский язык	12	Геометрия	12	Русский язык	7	Биология	7
	3.	Литература	4	Математика	13	География	6	Английский язык	8	Геометрия	8
	4.	Биология	10	Английский язык	11	Литература	4	Информатика	7	Информатика	7
	5.	Математика	10	Физкультура	4	Информатика	4	Литература	4	География	5
	6.	Физкультура	3	Финансовая грамотность	1	Труд	2	Обществознание	5	История	10
	7.			Музыка		Труд	2	Физкультура	2	Физкультура	2
		Итого за день:	42	Итого за день:	50	Итого за день:	41	Итого за день:	43	Итого за день:	48
Пятница	1.	Русский язык	8	Русский язык	12	Алгебра	11	Химия	10	Обществознание	5
	2.	Английский язык	9	Литература	6	История	12	Алгебра	9	Химия	12
	3.	История	5	Математика	13	Литература	2	Биология	7	Алгебра	7
	4.	Математика	10	История	6	Физика	4	Труд	1	Русский язык	6
	5.	Физкультура	3	Труд	3	Английский язык	10	Физика	9	Литература	7
	6.	Финансовая грамотность	1	Труд	3	Физкультура	1	Проектная деятельность	1	Английский язык	9
	7.							Физкультура	2	Труд	1
		Итого за день:	36	Итого за день:	45	Итого за день:	40	Итого за день:	39	Итого за день:	47

Недельное расписание по баллам 5-9 классы



**Расписание внеурочной деятельности
на 2025-2026 учебный год**

№	Название	Кол.час	Кл.	Форма проведения	Время проведения	День недели
1.	«Разговоры о важном»	34	1-9	Внеурочное занятие	09.00-9.30	Понедельник
2.	«Россия – мои горизонты»	34	6-9	Внеурочное занятие	16.00-16.45	Четверг
3.	«Спортивные игры»	81	1-9	Секция	17.00-17.45	Понедельник
					17.50-18.35	Среда Вторник
4.	«Функциональная грамотность»	17	1	Внеурочная деятельность	13.20-14.05	Вторник
	«Я-путешественник»	17	1			
5.	«Функциональная грамотность»	17	2	Внеурочная деятельность	15.10-15.55	Вторник
	«Рукотворный мир»	17	2			
6.	«Орлята России»	34	2-3	Внеурочная деятельность	15.10-15.55	Среда
7.	«Читаем в поисках смысла»	34	3	Внеурочная деятельность	15.10.-15.55	Четверг
8.	«Функциональная деятельность»	34	4	Внеурочная деятельность	15.10-15.55	Четверг
9.	«Я, ты, он, она, вместе целая страна»	34	5	Внеурочное занятие	16.00-16.45	Пятница
10.	«Семьеведение»	34	6	Внеурочное занятие	16.00-16.45	Вторник
11.	«Театральная деятельность»	34	7	Внеурочная деятельность	16.00-16.45	Вторник