

Приложение  
Утверждено приказом  
№ 01-05-74  
от «31» августа 2024 г.  
по МБОУ «Орешенская  
основная школа»  
Директор школы



И.Ю. Нейчева

# МБОУ «ОРЕШЕНСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, МАНСКИЙ РАЙОН,  
п. ОРЕШНОЕ, ул. ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНАЯ, 14)

## РАСПИСАНИЕ УРОКОВ

МБОУ «ОРЕШЕНСКАЯ  
ОСНОВНАЯ ШКОЛА»

Директор школы И.Ю. Нейчева  
Заместитель директора по учебно-методической работе  
И.Ю. Нейчева

РАСПИСАНИЕ УРОКОВ

### Пояснительная записка

В основу настоящего расписания положены Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях СанПиН 1.2.3685-21, в частности пункт №10. Гигиенические требования к режиму образовательного процесса.

Продолжительность учебной недели в 1-9 классах - 5 дней. Занятия проводятся только в 1-ую смену. Максимально допустимая недельная нагрузка детей соответствует гигиеническим требованиям и не превышает допустимого количества часов при:

пятидневке
1 кл. – 21 час
2 кл. – 23 часа
3 кл. – 23 часа
4 кл. – 23 часа
5 кл. – 29 часов
6 кл. – 30 часов
7 кл. – 32 часа
8 кл. – 33 часа
9 кл. – 33 часа

В связи с низкой наполняемостью начальные классы объединены в 2 класса-комплекта. В соответствии с СанПиН 1.2.3685-21 объединены 1 и 2 классы, 3 и 4 классы. С 1 урока занимаются 1 класс.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии:  
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 4 урока по 40 минут каждый;
- объем максимально допустимой нагрузки в течение дня для обучающихся 1 класса не превышает 4 урока и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

Продолжительность уроков во 2-9 классах 40 минут. Учебные занятия начинаются в 8 ч. 40 мин. Объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков,
- для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 9-х классов - не более 7 уроков.

С 1 урока занимаются 1 класс.

Согласно СанПиН 1.2.3685-21 обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии:  
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 4 урока по 40 минут каждый;

для обучающихся 7-9-х классов – не более 7 уроков.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели в начальной школе предусмотрен облегченный день в середине недели – четверг (СанПиН 1.2.3685-21).

В течение недели в оздоровительных целях созданы условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении, с этой целью проводится динамическая пауза в 1 классе после 2-го урока. Перемены между уроками не менее 10 минут, большие перемены по 20 минут – после 2 и 5 уроков (СанПиН 1.2.3685-21) с целью проведения противоэпидемиологических мероприятий и для минимизации контакта учащихся в столовой.

Уроки в течение дня распределены в соответствии со шкалой трудности каждого предмета. Наибольший объем учебной нагрузки приходится на 2 и 3 уроки в начальной школе и 2,3,4 в основной (СанПиН 1.2.3685-21).

Часы факультативных занятий и курсов по выбору входят в объем максимально допустимой нагрузки и не вынесены за рамки основного расписания. Занятия в группе продленного дня не предусмотрены.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели в начальной школе предусмотрен облегченный день в середине недели – четверг (СанПиН 1.2.3685-21).

В течение недели в оздоровительных целях созданы условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении, с этой целью проводится динамическая пауза в 1 классе после 2-го урока. Перемены между уроками не менее 10 минут, большие перемены по 20 минут – после 2 и 5 уроков (СанПиН 1.2.3685-21) с целью проведения противоэпидемиологических мероприятий и для минимизации контакта учащихся в столовой.

Уроки в течение дня распределены в соответствии со шкалой трудности каждого предмета. Наибольший объем учебной нагрузки приходится на 2 и 3 уроки в начальной школе и 2,3,4 в основной (СанПиН 1.2.3685-21).

Часы факультативных занятий и курсов по выбору входят в объем максимально допустимой нагрузки и не вынесены за рамки основного расписания. Занятия в группе продленного дня не предусмотрены.

## Расписание звонков для 2-9 кл.

- 1 урок 8-40 – 9-20  
Перемена 10 минут.
- 2 урок 9-30 – 10-10  
Перемена 20 минут. (Завтрак для 2-9 кл)
- 3 урок 10-30 – 11-10  
Перемена 10 минут.
- 4 урок 11-20 – 12-00  
Перемена 10 минут
- 5 урок 12-10 – 12-50  
Перемена 20 минут. (Обед )
- 6 урок 13-10 – 13-50  
Перемена 10 минут
- 7 урок 14-00 – 14-40

## Расписание звонков для 1 кл.

### 1 четверть

- 1 урок 8-40 – 9-15  
Перемена 20 минут
- 2 урок 9-35 – 10-10  
Перемена 20 минут. Завтрак
- Динамическая пауза 10-30 – 11-10 для 1 класса  
Перемена 10 минут
- 3 урок 11-20 – 11-55  
Перемена 20 минут. Обед

### 2 четверть

- 1 урок 8-40 – 9-15  
Перемена 20 минут
- 2 урок 9-35 – 10-10  
Перемена 20 минут. Завтрак
- 3 урок 10-30 – 11-05  
Динамическая пауза 40 минут для 1 класса
- 4 урок 11-45 – 12-20  
Перемена 20 минут. Обед

### 3-4 четверть

- 1 урок 8-40 – 9-20  
Перемена 10 минут
- 2 урок 9-30 – 10-10  
Перемена 20 минут. Завтрак
- 3 урок 10-30 – 11-10  
Перемена 20 минут
- Динамическая пауза 40 минут для 1 класса
- 4 урок 12-10 – 12-50  
Перемена 20 минут. Обед
- 5 урок 13-10 – 13-50  
Перемена 10 минут

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА 2023-24 ГОД

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	МУЗЫКА 3	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТЕР 4	ИСТОРИЯ 8	ЛИТЕРАТ 4	ОБЩЕСТВ 5	РУССКИЙ 6
МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	РУССКИЙ 8	МАТЕМАТ 13	АЛГЕБРА 10	Немецкий язык 8	АЛГЕБРА 7
ДП/ФИЗ-РА 1	ФИЗ-РА 1	ИЗО 3	ФИЗ-РА 1	МАТЕМАТ 10	АНГЛ. ЯЗ 11	ГЕОГРАФИЯ 6	АЛГЕБРА 9	АНГЛ. ЯЗ 9
РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	ФИЗ-РА 3	РУССКИЙ 12	АНГЛ. ЯЗ 10	АНГЛ. ЯЗ 8	ИСТОРИЯ 10
ОКР. МИР 6	ОКР. МИР 6	ФИЗ-РА 1	ОРСИСЭ 6	АНГЛ. ЯЗ 9	МУЗЫКА 1	БИОЛОГИЯ 7	ИСТОРИЯ 8	ЛИТЕРАТ 7
				ТЕХНОЛ 3	ТЕХНОЛ 3	ИНФОРМАТ 4	ТЕХНОЛ 1	ФИЗ-РА 2
<b>21</b>	<b>25</b>	<b>24</b>	<b>27</b>	<b>34</b>	<b>48</b>	<b>41</b>	<b>39</b>	<b>41</b>
ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТЕРАТ 4	БИОЛОГИЯ 8	ИСТОРИЯ 6	ОБЖ 3	ГЕОГРАФИЯ 5
МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 10	МАТЕМАТ 13	ГЕОМЕТРИЯ 12	ГЕОМЕТРИЯ 10	ГЕОМЕТРИЯ 8
ДП/ИЗО 3	ТЕХНОЛОГ 2	МУЗЫКА 3	МУЗЫКА 3	РУССКИЙ 8	РУССКИЙ 12	РУССКИЙ 11	РУССКИЙ 7	ФИЗИКА 3
РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	ТЕХНОЛ 4	НЕМЕЦКИЙ 11	БИОЛОГИЯ 7	ХИМИЯ 10	РУССКИЙ 6
ОКР. МИР 6	ОКР. МИР 6	АНГЛ. ЯЗ 7	АНГЛ. ЯЗ 7	БИОЛОГИЯ 10	РУССКИЙ 12	ГЕОГРАФИЯ 6	ЛИТЕРАТ 4	ХИМИЯ 12
				МАТЕМ 10	Технол 3	ФИЗИКА 8	ФИЗИКА 9	ЛИТЕРАТ 7
<b>23</b>	<b>28</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>46</b>	<b>57</b>	<b>ИЗО 1</b>	<b>Р.русский 7</b>	<b>Русский 6</b>
МУЗЫКА 3	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ИСТОРИЯ 5	ЛИТЕРАТ 6	ИСТОРИЯ 6	ИСТОРИЯ 8	ИНФОРМАТ 7
МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	РУССКИЙ 8	РУССКИЙ 12	АНГЛ. ЯЗ 10	ХИМИЯ 10	ХИМИЯ 12
ДП/ФИЗ-РА 1	ФИЗ-РА 1	ФИЗ-РА 1	ФИЗ-РА 1	МАТЕМАТ 10	МАТЕМАТ 13	АЛГЕБРА 10	БИОЛОГИЯ 7	ИСТОРИЯ 10
РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	АНГЛ. ЯЗ 9	ИСТОРИЯ 8	РУССКИЙ 11	ГЕОМЕТРИЯ 10	АЛГЕБРА 7
ОКР. МИР 6	АНГЛ. ЯЗ 7	ОКР. МИР 6	АНГЛ. ЯЗ 7	ЛИТЕРАТ 4	АНГЛ. ЯЗ 11	ФИЗИКА 8	ГЕОГРАФИЯ 6	АНГЛ. ЯЗ 9
				ТЕХНОЛ 4	ЛИТЕРАТУРА 6	ЛИТЕРАТ 4	РУССКИЙ 7	БИОЛОГИЯ 7
<b>25</b>	<b>28</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>40</b>	<b>56</b>	<b>Литература 4</b>	<b>МУЗЫКА 1</b>	<b>ФИЗ-РА 2</b>
ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ИЗО 3	МУЗЫКА 2	ЛИТЕРАТ 6	ТЕХНОЛ 2	ЛИТЕРАТ 4	ГЕОГРАФИЯ 5
РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	МАТЕМАТ 10	РУССКИЙ 12	РУССКИЙ 11	ГЕОГРАФИЯ 6	АЛГЕБРА 7
ДП/ФИЗ-РА 1	ИЗО 3	ТЕХНОЛОГ 2	ТЕХНОЛОГ 2	РУССКИЙ 8	МАТЕМАТ 13	ГЕОМЕТРИЯ 12	АЛГЕБРА 9	РУССКИЙ 6
ОКР. МИР 6	АНГЛ. ЯЗ 7	АНГЛ. ЯЗ 7	ОКР. МИР 6	ГЕОГРАФ 7	ОБЩЕСТВ 9	АНГЛ. ЯЗ 10	ФИЗИКА 9	ФИЗИКА 13
				ОДНКНР 4	ИЗО 3	ТЕХНОЛ 2	АНГЛ. ЯЗ 8	АНГЛ. ЯЗ 9
				ПРОЕКТ 4	ФИЗ-РА 4	ФИЗ-РА 2	ТЕХНОЛ 1	ОБЖ 3
				ФИЗ-РА 2			ФИЗ-РА 2	
<b>21</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>18</b>	<b>34</b>	<b>47</b>	<b>39</b>	<b>39</b>	<b>43</b>
ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ЛИТ. ЧТЕНИЕ 5	ОКР. МИР 6	ОКР. МИР 6	ИЗО 3	ГЕОГРАФИЯ 7	МУЗЫКА 1	РУССКИЙ 7	ОБЩЕСТВ 5
МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	МАТЕМАТ 8	РУССКИЙ 8	АНГЛ. ЯЗ 11	АЛГЕБРА 10	АЛГЕБРА 9	ГЕОМЕТРИЯ 8
ДП/ТЕХНОЛОГИЯ 2	ФИЗ-РА 1	ФИЗ-РА 1	ФИЗ-РА 1	МАТЕМАТ 10	РУССКИЙ 12	ОБЩЕСТВ 9	БИОЛОГИЯ 7	ЛИТЕРАТ 7
РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	РУССКИЙ 7	АНГЛ. ЯЗ 9	МАТЕМАТ 13	РУССКИЙ 11	АНГЛ. ЯЗ 8	ФИЗИКА 13
				ФИЗ-РА 3	ФИЗ-РА 4	НЕМЕЦКИЙ 10	ИНФОРМАТ 7	ТЕХНОЛ 4
				ИСТОРИЯ 5	Литература 6	ФИЗ-РА 2	ФИЗ-РА 2	БИОЛОГИЯ 7
<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>38</b>	<b>53</b>	<b>43</b>	<b>40</b>	<b>49</b>
								ОДНКНР 5