

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Смоленской области**  
**Администрация муниципального образования**  
**"Гагаринский муниципальный округ"**  
**Смоленской области**  
**МБОУ "Средняя школа №3"**

РАССМОТРЕНО  
на заседании  
Педагогического совета

Протокол №1 от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы

Полосуев Ю.А.

Приказ №105 от «29» августа 2025 г.



**Расписание уроков**  
**муниципального бюджетного**  
**общеобразовательного учреждения**  
**«Средняя школа № 3**  
**имени Ленинского комсомола»**

**Среднее общее образование**

**2025-2026 учебный год**

**Пояснительная записка к расписанию уроков  
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа № 3 имени Ленинского комсомола»  
на 2025-2026 учебный год**

**III уровень обучения**

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

При разработке расписания уроков и внеурочной деятельности в среднем звене учитывались следующие нормативные документы:

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям Страница 1 воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СП 2.4.3648-20).
- Устав Школы.
- Учебный план Школы на 2025-2026 учебный год.
- Режим работы Школы на 2025-2026 учебный год.
- Календарный учебный график на 2025-2026 учебный год.
- Методические рекомендации МР 2.4.0331-23 по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях (утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 10 ноября 2023 г.

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России). Департамент государственной политики и управления в сфере общего образования №03-871 от 17.06.2022 об организации занятий «разговоры о важном»

Расписание учебных занятий учитывает выполнение следующих требований:

- создание оптимальных условий для обеспечения эффективной работы 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 шкалы трудности учебных предметов;
- чередование учебных предметов в течение учебного дня и недели по степени сложности;
- чередование основных предметов с уроками физической культуры, технологии, музыки, изобразительного искусства.
- работа школы в одну смену;
- учебная нагрузка учителей;
- обеспеченность образовательного процесса педагогическими кадрами.

Согласно требованиям СП 2.4.3648-20 начале недели (понедельник) и в конце недели (пятница) – работоспособность самая низкая, и соответственно нагрузка наименьшая.

Наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов приходится на вторник, среду, четверг.

Основная учебная нагрузка в течение дня в основном приходится на второй и третий уроки.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности математические дисциплины чередуются с гуманитарными предметами, в учебный план введён третий урок физкультуры.

Максимальная учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе на III уровне обучения составляет: **10 класс – 34, 11 класс – 34 ч.**

Двигательная активность обучающихся обеспечивается благодаря тому, что перед началом учебных занятий подаются два звонка. После первого звонка (на первый урок) проводится утренняя зарядка, после второго звонка дети садятся на урок. Во время уроков сохранению работоспособности обучающихся способствуют: чередование видов деятельности, плотность урока, продолжительность использования ЭСО, включение в урок динамических пауз, эмоциональных разрядок.

При составлении расписания уроков была использована шкала трудности предметов для 1-11 классов, в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

Из-за большой нагрузки учителей физической культуры, предметов естественно научного цикла, математики, иностранного языка, русского языка и литературы не всегда представляется возможным проводить на 2-3 уроках предметы, имеющие высокий ранг трудности.

#### **Расписание звонков**

<b>10-11 классы</b>	
8:25 звонок на зарядку	
<b>1 урок</b>	08:30 – 09:10
<b>2 урок</b>	09:30 – 10:10
<b>3 урок</b>	10:30 – 11:10
<b>4 урок</b>	11:25 – 12:05
<b>5 урок</b>	12:20 – 13:00
<b>6 урок</b>	13:10 – 13:50
<b>7 урок</b>	14:00 – 14:40

#### **Выводы:**

- Расписание выдержано в соответствии с нормами СанПиН, но в отдельных классах наблюдаются небольшие отклонения от них.
- Причины допущенных отклонений: повышенная недельная нагрузка учителей-предметников, в школе работают учителя-совместители.
- Продолжительность уроков и перемен соответствуют требованиям СанПин.
- Увеличение предельно допустимой нагрузки отсутствует.
- Чередование в течение дня и недели основных предметов с уроками физической культуры соблюдено.
- Внеурочная деятельность и кружки вынесены за пределы расписания обязательных учебных предметов.

	<b>10 (305)</b>		<b>11 (301)</b>	
	<b>Понедельник</b>	<b>1</b>	<i>Курс ВД (Разговоры о важном)</i>	<i>Курс ВД (Разговоры о важном)</i>
<b>2</b>		ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ	ИСТОРИЯ	
<b>3</b>		ИСТОРИЯ	РУССК.ЯЗ.	
<b>4</b>		ЛИТЕРАТУРА	ИСТОРИЯ	
<b>5</b>		ГЕОМЕТРИЯ	БИОЛОГИЯ	
<b>6</b>		ФИЗИКА	ГЕОМЕТРИЯ	
<b>7</b>		ФИЗКУЛЬТУРА	ФИЗИКА	
<b>8</b>				
<b>Вторник</b>	<b>1</b>	АЛГЕБРА	КО 2 УРОКУ	
	<b>2</b>	ФИЗКУЛЬТУРА	РУССК.ЯЗ.	
	<b>3</b>	РУССК.ЯЗ.	ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ	
	<b>4</b>	АЛГЕБРА	АНГЛ.ЯЗ.	
	<b>5</b>	АНГЛ.ЯЗ.	ХИМИЯ	
	<b>6</b>	ЛИТЕРАТУРА	АЛГЕБРА	
	<b>7</b>	ИНФОРМАТИКА	ЛИТЕРАТУРА	
	<b>8</b>		ФИЗКУЛЬТУРА	
<b>Среда</b>	<b>1</b>	КО 2 УРОКУ	АЛГЕБРА	
	<b>2</b>	РУССК.ЯЗ.	ФИЗИКА	
	<b>3</b>	ГЕОГРАФИЯ	РУССК.ЯЗ.	
	<b>4</b>	ХИМИЯ	АЛГЕБРА	
	<b>5</b>	ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ	ГЕОГРАФИЯ	
	<b>6</b>	ФИЗКУЛЬТУРА	ЛИТЕРАТУРА	
	<b>7</b>	БИОЛОГИЯ	ИНФОРМАТИКА	
	<b>8</b>			
<b>Четверг</b>	<b>1</b>	КО 2 УРОКУ	ГЕОМЕТРИЯ	
	<b>2</b>	РУССК.ЯЗ.	ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ	
	<b>3</b>	АЛГЕБРА	ОБЗР	
	<b>4</b>	АЛГЕБРА	АНГЛ.ЯЗ.	
	<b>5</b>	ОБЗР	ЛИТЕРАТУРА	
	<b>6</b>	АНГЛ.ЯЗ.	ХИМИЯ	
	<b>7</b>	ФИЗИКА	ФИЗКУЛЬТУРА	
	<b>8</b>			
<b>Пятница</b>	<b>1</b>	ИСТОРИЯ	ФИЗКУЛЬТУРА	
	<b>2</b>	ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ	ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ	
	<b>3</b>	ГЕОМЕТРИЯ	ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ	
	<b>4</b>	ХИМИЯ	ГЕОМЕТРИЯ	
	<b>5</b>	ЛИТЕРАТУРА	ГЕОМЕТРИЯ	
	<b>6</b>	АНГЛ.ЯЗ.	АНГЛ.ЯЗ.	
	<b>7</b>	ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ		
	<b>8</b>			