

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор ГБОУ НАО «СШ п. Индига»

 / А.В.Торопова /

"26" августа 2024г.



**ГБОУ НАО «Средняя школа п. Индига»  
Пояснительная записка  
к расписанию на 2024 – 2025 учебный год.**

Школа функционирует в режиме пятидневной рабочей недели. Учебные занятия проводятся в одну смену. Коррекционных классов нет. Факультативных занятий нет. Кружковые занятия проводятся не ранее 40 минут после окончания уроков по отдельному расписанию. Начало занятий с 8.30 часов. Продолжительность урока: в 1 классе в сентябре – октябре - 3 урока по 35 минут, в ноябре - декабре – 4 урока по 35 минут каждый, январь-май по 4 урока по 40 минут каждый (в среду – пятый урок физкультура). Во 2 – 9-х классах – 40 минут. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, после 2 и 3 уроков – большая перемена по 15 и 20 минут соответственно.

Расписание составлено на основании учебного плана ГБОУ НАО «Средняя школа п. Индига» на 2024-2025 учебный год.

Расписание уроков для 1 класса составлено в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

В 1 классе в адаптационный период, в течение сентября – октября, проводится по 3 урока по 35 минут. Уроки проходят в игровой форме, дважды за урок проводится физкультурная минутка. Уроки физической культуры проводятся на свежем воздухе при соблюдении рекомендаций СанПиН в условиях Заполярья.

Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (согласно гигиеническим рекомендациям СанПиН к расписанию уроков).

Обучение в 1 классе проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий; дополнительные недельные каникулы с 15.02.25 г. по 23.02.2025 г.

Расписание уроков для 2 – 4 классов составлено в соответствии с СанПиН для пятидневной рабочей недели. Максимально допустимая недельная нагрузка в часах соответствует таковой при пятидневной неделе: 2-4 классы по 23 часа. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки для обучающихся 2-4 классов в течение дня составляет не более 5 уроков. Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день; с целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения для обучающихся на уроках проводятся физминутки.

Расписание уроков для 5 – 9 классов составлено в соответствии с Сан ПиН для пятидневной рабочей недели. Максимально допустимая недельная нагрузка в часах соответствует таковой при пятидневной неделе:

5 класс- 29 часов

6 класс - 30 часов;

7 класс - 32 часа;

8-9классы - 33 часа.

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;

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

Расписание уроков составлено с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Умственная работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели неодинакова. Ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели. Поэтому распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и среду. На 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. Наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов приходится на вторник и (или) среду.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности, в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в понедельник и пятницу. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения учащихся на уроках проводятся физминутки, гимнастика для глаз.



## распределение учебной нагрузки за неделю 5-9 классы



**Расписание уроков ГБОУ НАО «СШ п. Индига»  
Начальное общее образование (1-4 классы)  
на 2024-2025 учебный год**

№	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
<b>Понедельник</b>								
1	Русский язык	7	Русский язык	7	Литературное чтен.	5	Литературное чт	5
2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
3	Литературное чтен.	5	Окружающий ми	6	Русский язык	7	Русский язык	7
4	Физ. культура	1	Физкультура	1	Окружающий мир	6	ИЗО.	3
		<b>21</b>		<b>22</b>		<b>26</b>		<b>23</b>
<b>Вторник</b>								
1	Окружающий мир	6	Литературное чт	5	Литературн. чт	5	Английский язык	7
2	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8
3	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
4	Развитие речи	3	Английский яз.	7	Родной язык	7	Литературное чт	5
5			Физкультура	1	Финансовая гр	3	Физкультура	1
		<b>24</b>		<b>28</b>		<b>30</b>		<b>29</b>
<b>Среда</b>								
1	Литературное чтен	5	Окружающий мир	6	ИЗО	3	Окружающий мир	6
2	Русский язык	7	Русский язык	7	Английский язык	7	Русский язык	7
3	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
4	ИЗО	3	Литературное чт	5	Русский язык	7	Родной язык.	7
5	Музыка	2	Финансовая гр.	3	Физкультура.	1	Технология	2
		<b>25</b>		<b>29</b>		<b>26</b>		<b>30</b>
<b>Четверг</b>								
1	Русский язык.	7	Музыка	2	Технология	2	Русский язык	7
2	Математика	8	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8
3	Родной язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Английский язык	7
4	Физкультура	2	Родной язык	7	Английский язык	7	Музыка	2
5			ИЗО	3	Музыка	2	Физкультура	1
		<b>23</b>		<b>27</b>		<b>26</b>		<b>26</b>
<b>Пятница</b>								
1	Литературное чтен.	5	Литературное чт	5	Литературное чтен.	5	Литературное чт	5
2	Окружающий мир	6	Русский язык	7	Окружающий мир	6	ОРКСЭ	5
3	Русский язык	7	Английский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
4	Технология	2	Технология	2	Физкультура	1	Окружающий мир	5
		<b>20</b>		<b>21</b>		<b>19</b>		<b>23</b>
<b>неделя</b>	<b>21</b>		<b>23</b>		<b>23</b>		<b>23</b>	

<sup>1</sup>ОРКСЭ- основы религиозных культур и светской этики

## Расписание уроков 1 класс (1 четверть)

### Понедельник

1. Чтение-письмо
2. Математика
3. Физическая культура

### Вторник.

1. Окружающий мир + разв. речи
2. Математика.
3. Чтение-письмо

### Среда

1. Чтение-письмо +ИЗО
2. Математика
3. Окружающий мир

### Четверг

1. Чтение + письмо
2. Родной язык
3. Физкультура

### Пятница

1. Чтение-письмо
2. Математика
3. Технология

ПОЯСНЕНИЕ: В адаптационный период в течение сентября – октября проводится по три урока по 35 минут. Для выполнения учебного плана уроки проводятся интегрированно: чтение-письмо (русский язык и литературное чтение), математика с музыкой, окружающий мир с развитием речи, чтение-письмо с ИЗО. Уроки проходят в игровой форме, дважды за урок проводится физкультурная минутка.

**Расписание уроков ГБОУ НАО «СШ п. Индига»  
Основное общее образование (5-9 классы) на 2024-2025 учебный год.**

	№	5 класс		6 класс		7 класс		8 класс		9 класс	
		5 класс		6 класс		7 класс		8 класс		9 класс	
<b>понедельник</b>	1	Русский язык	8	Англ. язык	11	Вероятность и ст	7	География	6	Русский язык	6
	2	Английский язык	9	Русский язык	12	Алгебра	10	История	8	Литература	7
	3	Математика	10	Математика	13	Русский язык	10	Алгебра	9	Английский яз	9
	4	История	5	Русский язык	12	Английский язык	10	Русский язык	8	История	10
	5	ОДНКНР	3	Физкультура	4	География	6	Английский яз	8	Алгебра	7
	6					Физкультура	2	Литература	4	Информатика	7
	7										
		<b>35</b>		<b>52</b>		<b>45</b>		<b>43</b>		<b>46</b>	
<b>Вторник</b>	1	Литература	4	История	8	Литература	4	Вероятность и стат	7	География	5
	2	Русский язык	8	Русский язык.	12	Русский язык	11	Русский язык	7	Физика	7
	3	Биология	10	Математика	13	Геометрия	12	Геометрия	10	Геометрия	9
	4	Математика	10	Английский язык	11	Английский язык	10	Физика	9	История	10
	5	География	6	Литература	6	Физика	8	Английский язык	8	Биология	7
	6	Музыка	2	ОДНКНР	3	Биология	7	Обществознан	7	Технология	4
	7			Музыка	1	Комп. грамот.	4	Физкультура	2	Технология	4
		<b>40</b>		<b>54</b>		<b>56</b>		<b>50</b>		<b>46</b>	
<b>Среда</b>	1	История	5	Литература	6	Биология	7	География	6	Литература	7
	2	Математика	10	Математика	13	История	8	Английский язык	8	Русский язык	6
	3	Русский язык	8	Русский язык	12	Алгебра	10	Химия	10	Химия	12
	4	Технология	4	Биология	8	Русский язык	11	Алгебра	9	Алгебра	7
	5	Технология	4	География	7	Обществознан	7	Физика	9	Английский язык	9
	6	Физкультура	3	ИЗО	3	Физкультура	2	Информатика	7	Вероятность и статистика	7
	7					ИЗО	1	ОБЗР	3	Физкультура	2
		<b>34</b>		<b>49</b>		<b>46</b>		<b>52</b>		<b>50</b>	
<b>Четверг</b>	1	Литература	4	Английский язык	11	История	6	Литература	4	Литература	7
	2	Английский язык	9	Русский язык	12	Геометрия	12	Геометрия	10	Физика	13
	3	Математика	10	Математика	13	Русский язык	11	Химия	10	Химия	12
	4	Русский язык	8	История	8	Физика	8	История	8	Геометрия	8
	5	Финансовая гр.	3	Технология	2	География	6	Биология	7	География	5
	6	Физкультура	3	Технология	2	Музыка	1	Музыка	1	ОБЗР	3
		<b>37</b>		<b>48</b>		<b>44</b>		<b>40</b>		<b>48</b>	
<b>Пятница</b>	1	Англ. язык	9	Фин.грамотнос	4	Литература	4	Биология	7	Биология	6
	2	Математика	10	Математика	13	Алгебра	10	Русский язык	7	Русский язык	6
	3	Русский язык	8	Русский язык	12	Английский язык	10	Алгебра	9	Английский язык	9
	4	Литература	4	Обществознан	6	Информатика	4	Наш край	6	Физика	13
	5	Компьютерная грамотность	3	Литература	6	Технология	1	Физкультура	2	Алгебра	7
	6	ИЗО	1	Физкультура	4	Технология	1	Технология	1	Обществознание	5
							Технология	1	Физкультура	1	
		<b>35</b>		<b>45</b>		<b>30</b>		<b>33</b>		<b>47</b>	
		<b>29</b>		<b>30</b>		<b>32</b>		<b>33</b>		<b>33</b>	

**ГБОУ НАО «Средняя школа п. Индига»  
Расписание кружков и секций**

<b>№</b>	<b>Название кружка, спортивной секции</b>	<b>Клас с</b>	<b>Время</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Руководитель</b>
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>					
1	Баскетбол	5-9	17.00	Спортзал, школьный стадион	Выучейский Г.Н., учитель физкультуры
2	Футбол	1-4	16.00	Спортзал	Выучейский Г.Н., учитель физкультуры
3	Шахматы	1-3	15.00	ОЦ «Точка роста»	Попова И.Г., педагог доп.обр.
4	Лоскутное шитьё	2-4	16.00	Кабинет труда (технологии) - девочки	Гинюк Н.С., учитель труда (технологии)
5	Медиацентр	6-9	17.00	ОЦ «Точка роста»	Кукушкина Л.В., педагог доп.обр.
<b>ВТОРНИК</b>					
1	Шахматы	4-6	15.30	ОЦ «Точка роста»	Попова И.Г., педагог доп.обр.
2	Художественная обработка древесины	4-9	16.30	Кабинет труда (технологии) - мальчики	Дьяченко Ю.С., педагог доп.обр.
3	Волейбол	5-9 дев.	17.00	Спортзал	Выучейский Г.Н. учитель физкультуры
4	Художник внутри нас.	1-3	15.00	Кабинет ИЗО	Малыгина В.С. Педагог доп.обр
5	Юный художник	4-7	16.00		
<b>СРЕДА</b>					
1	Шахматы	4-6	15.30	ОЦ «Точка роста»	Попова И.Г., педагог доп.обр.
2	Медиацентр	2-5	16.00	ОЦ «Точка роста»	Кукушкина Л.В., педагог доп.обр.
3	Волейбол	5-9	17.00	Спортзал	Выучейский Г.Н. учитель физкультуры
4	Кукольный театр	1-3	15.00	ОЦ «Точка роста»	Малыгина В.С. Педагог доп.обр
5	Резьба по кости	4-9	16.30	Кабинет труда (технологии) - мальчики	Дьяченко Ю.С., педагог доп.обр.
<b>ЧЕТВЕРГ</b>					
1	Футбол	1-4	16.00	Спортзал	Выучейский Г.Н. учитель физкультуры
2	Школьный театр	5-9	15.30	Кабинет ИЗО	Малыгина В.С. Педагог доп.обр



3	Художественная обработка древесины (индив. работа)	4-9	16.30	Кабинет труда (технологии) - мальчики	Дьяченко Ю.С., педагог доп.обр.
4	Лоскутное шитье	5-6	16.30	Кабинет труда (технологии) - девочки	Гинюк Н.С., учитель труда (технологии).
<b>ПЯТНИЦА</b>					
1	Лыжная секция	1-3 4-7	15.00 16.00	Спортзал, школьный стадион	Дьяченко Ю.С., педагог доп.обр.
2	Юный биолог	5-7	15.30	ОЦ «Точка роста»	Белугина А.Л., Руководитель ТР
3	Медиацентр (индив. работа)	-	16.00	ОЦ «Точка роста»	Кукушкина Л.В., педагог доп.обр.
4	Кукольный театр	4-5	15.00	ОЦ «Точка роста»	Малыгина В.С. Педагог доп.обр
5	Юнармия	2-9	14.30	ОЦ «Точка роста»	Выучейский Г.Н. учитель физкультуры
<b>СУББОТА</b>					
1	Художник внутри нас	7-9 взрос.	11.30 13.00	ОЦ «Точка роста»	Малыгина В.С. Педагог доп.обр
2	Лыжная секция	1-3 4-7	11.30 12.30	Спортзал, школьный стадион	Дьяченко Ю.С., педагог доп.обр.
3	Шахматы	4-6 1-3	11.30 12.30	ОЦ «Точка роста»	Попова И.Г., педагог доп.обр.
4	Химическая азбука	5-7	13.30	ОЦ «Точка роста»	Белугина А.Л., Руководитель ТР