

УТВЕРЖДЕН
Директор МОУ СОШ «Образовательный
комплекс №16»

_____ И.Н.Журина

**Режим занятий обучающихся
муниципального образовательного учреждения средняя
общеобразовательная школа
«Образовательный комплекс №16»
на 2025- 2026 учебный год**

Режим работы учреждения

Учреждение работает в две смены по шестидневной учебной неделе.

- понедельник - пятница с 08.00 до 20.00; суббота – с 8.00 до 14.00
- в выходные и праздничные дни (установленные законодательством Российской Федерации) образовательное учреждение не работает;
- на период школьных каникул устанавливается особый график работы приказом директора учреждения.

Режим образовательного процесса

Центр образования – школа №48

1. **Адрес:** 150065 г.Ярославль
ул. Папанина, 10а
2. **Количество учащихся:** 1524
3. **Количество классов:** 52

Наименование классов с буквенным обозначением:

1а48, 1б48, 1в48, 1г48, 1д48, 1е48, 2а48, 2б48, 2в48, 2г48, 2д48, 2е48, 3а48, 3б48, 3в48, 3г48, 3д48, 3е48, 4а48, 4б48, 4в48, 4г48, 4д48, 4е48, 5а48, 5б48, 5в48, 5г48, 5д48, 6а48, 6б48, 6в48, 6г48, 6д48, 7а48, 7б48, 7в48, 7г48, 7д48, 8а48, 8б48, 8в48, 8г48, 8д48, 9а48, 9б48, 9в48, 9г48, 9д48, 10в, 11в, 11г

в том числе:

- профильные классы – 3;
- 4. **Количество смен:** 2
- 5. **Количество и наименование классов с буквенным обозначением обучающихся:**
 - в первой смене: 31

1а48, 1б48, 1в48, 1г48, 1д48, 1е48, 3а48, 3б48, 3г48, 3д48, 3е48, 4в48, 4е48, 5а48, 5б48, 5в48, 5г48, 5д48, 8а48, 8б48, 8в48, 8г48, 8д48, 9а48, 9б48, 9в48, 9г48, 9д48, 10в, 11в, 11г

во второй смене: 21

2а48, 2б48, 2в48, 2г48, 2д48, 2е48, 3в48, 4а48, 4б48, 4в48, 4г48, 4д48, 6а48, 6б48, 6в48, 6г48, 6д48, 7а48, 7б48, 7в48, 7г48, 7д48,

Начало занятий первой смены – 8.00; второй смены – 13.10

8. Продолжительность урока:

- первый класс: уроки продолжительностью 35 минут в течение всего учебного года.

- остальные классы - 40 минут

Расписание звонков

	1 смена	2 смена
1 урок	8 ⁰⁰ - 8 ⁴⁰	13 ¹⁰ - 13 ⁵⁰
2 урок	8 ⁵⁰ - 9 ³⁰	14 ⁰⁰ - 14 ⁴⁰
3 урок	9 ⁴⁵ - 10 ²⁵	14 ⁵⁵ - 15 ³⁵
4 урок	10 ⁴⁰ - 11 ²⁰	15 ⁵⁰ - 16 ³⁰
5 урок	11 ³⁵ - 12 ¹⁵	16 ⁴⁰ - 17 ²⁰
6 урок	12 ²⁵ - 13 ⁰⁵	17 ²⁵ - 18 ⁰⁵
7 урок	13 ¹⁰ - 13 ⁵⁰	18 ¹⁰ - 18 ⁵⁰

9. **Продолжительность перемен** – 10-15 минут, в том числе продолжительность перемен, на которых организовано питание учащихся – 15 минут.

График питания учащихся в столовой

1 СМЕНА									
9²⁰ – 9³⁰	1а48	1б48	1в48	1г48	1д48	1е48	3а48	3б48	5б48
10²⁵ – 10⁴⁰	3г48	3д48	3е48	4в48	4е48	5а48	5в48	5г48	5д48
11²⁰ – 11³⁵	8а48	8б48	8в48	8г48	8д48	9а48	9б48	9в48	9г48
	9д48	10в	11в	11г					
									<u>31 класс</u>

2 СМЕНА									
13 ⁴⁰ -14 ⁰⁰	2б	2в	2г	2д	2е				
14 ⁴⁰ -14 ⁵⁵	2а	3в	4а	4б	4г	4д			
15 ³⁵ -15 ⁵⁰	6а	6б	6в	6г	6д	7а	7б	7в	7г
	7д						<u>21 класс</u>		

10. Наличие динамической паузы – в 1 классе, ее продолжительность – 40 минут.

11. Учебная нагрузка (недельная)

Учебная недельная нагрузка в часах в 1-9 классах не превышает максимально допустимой при пятидневной учебной неделе, в 10-11 – при шестидневной учебной неделе.

Наименование класса, буквенное обозначение	Продолжительность учебной недели	Максимальная учебная нагрузка	
		Фактическая	Допустимая
1а48	5	21	21
1б48	5	21	21
1в48	5	21	21
1г48	5	21	21
1д48	5	21	21
1е48	5	21	21
2а48	5	23	23
2б48	5	23	23
2в48	5	23	23
2г48	5	23	23
2д48	5	23	23
2е48	5	23	23
3а48	5	23	23
3б48	5	23	23
3в48	5	23	23
3г48	5	23	23
3д48	5	23	23
3е48	5	23	23
4а48	5	23	23
4б48	5	23	23
4в48	5	23	23
4г48	5	23	23

4д48	5	23	23
4е48	5	23	23
5а48	5	29	29
5б48	5	29	29
5в48	5	29	29
5г48	5	29	29
5д48	5	29	29
6а48	5	29	30
6б48	5	30	30
6в48	5	29	30
6г48	5	29	30
6д48	5	29	30
7а48	5	32	32
7б48	5	32	32
7в48	5	32	32
7г48	5	32	32
7д48	5	32	32
8а48	5	32	33
8б48	5	32	33
8в48	5	32	33
8г48	5	32	33
8д48	5	33	33
9а48	5	33	33
9б48	5	33	33
9в48	5	33	33
9г48	5	33	33
9д48	5	33	33
10в	6	37	37
11в	6	37	37
11г	6	37	37

Для того, чтобы образовательная нагрузка в течение дня не была чрезмерной и не приводила к выраженному утомлению детей нормируется объем максимально допустимой нагрузки в течение дня. Максимальная нагрузка в течение дня соответствует СанПиН 2.4.3648-20 и составляет:

- для обучающихся 1 класса - 4 урока и 1 день в неделю – 5 уроков за счёт урока физической культуры;
- для обучающихся 2 -4 классов - не более 5 уроков;
- для 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для 7-11 классов - не более 7 уроков.

Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большая перемена 15 минут. Продолжительность урока во 2 - 11 классах составляет 40 минут

Обучение в 1-ом классе осуществляется с соблюдением дополнительных требований: используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в октябре - декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь - май по 4 урока по 40 минут каждый), после 2 урока проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

Режим образовательного процесса Центр образования – школа №52

1. **Адрес:** 150065 г.Ярославль
ул. Саукова, 10а

2. **Количество учащихся:** 1464

3. **Количество классов:** 47

Наименование классов с буквенным обозначением:

1а52, 1б52, 1в52, 1г52, 1д52, 2а52, 2б52, 2в52, 2г52, 2д52, 3а52, 3б52, 3в52, 3г52, 3д52, 4а52, 4б52, 4в52, 4г52, 4д52, 5а52, 5б52, 5г52, 5д52, 6а52, 6б52, 6в52, 6г52, 6д52, 7а52, 7б52, 7в52, 7г52, 8а52, 8б52, 8в52, 8г52, 8д52, 9а52, 9в52, 9г52, 10а, 10б, 11а, 11б

в том числе:

- профильные классы – 4;

4. **Количество смен:** 2

5. **Количество и наименование классов с буквенным обозначением обучающихся:**

- в первой смене: 30

1а52, 1б52, 1в52, 1г52, 1д52, 2д52, 3б52, 4а52, 4б52, 4в52, 4г52, 4д52, 5а52, 5б52, 5в52, 5г52, 5д52, 8а52, 8б52, 8в52, 8г52, 8д52, 9а52, 9в52, 9г52, 10а, 10б, 11а, 11б

- во второй смене: 17

2а52, 2б52, 2в52, 2г52, 3а52, 3в52, 3г52, 3д52, 6а52, 6б52, 6в52, 6г52, 6д52, 7а52, 7б52, 7в52, 7г52

6. **Начало занятий** первой смены – 8.00; второй смены – 13.10

8. **Продолжительность урока:**

- первый класс: уроки продолжительностью 35 минут в течение всего учебного года.

- остальные классы - 40 минут

Расписание звонков

Расписание звонков на понедельник, вторник, среду, пятницу		Расписание звонков на четверг:		Расписание звонков на субботу
I смена	II смена	I смена	II смена	I смена
1. 08.00 – 08.40	1. 13.20 – 14.00	1. 08.00 – 08.40	1. 14.00 – 14.40	1. 08.00 – 08.40
2. 08.50 – 09.30	2. 14.10 – 14.50	2. 08.50 – 09.30	2. 14.50 – 15.30	2. 08.50 – 09.30
3. 9.45 – 10.25	3. 15.00 – 15.40	3. 9.45 – 10.25	3. 15.40 – 16.20	3. 9.40 – 10.20
4. 10.45 – 11.25	4. 15.45 – 16.25	4. 10.40 – 11.20	4. 16.25 – 17.05	4. 10.30 – 11.10
5. 11.40 – 12.20	5. 16.30 – 17.10	5. 11.30 – 12.10	5. 17.10 – 17.50	5. 11.20 – 12.00
6. 12.30 – 13.10	6. 17.15 – 17.55	6. 12.20 – 13.00	6. 17.55 – 18.35	6. 12.05 – 12.45
7. 13.20 – 14.00				7. 12.50 – 13.30
				8. 13.35 – 14.15
				9. 14.20 - 15.00

График питания учащихся в столовой

I смена

8:40 – 9:00 (1 перем.) – 1а, 1б, 1в, 1г, 1д кл.
9:30 – 09:50 (2 перем.) – 2 д, 3б, 4 а, 4 б, 4 в кл.
10:25 – 10:45 (3 перем.) – 4г, 4д, 5а, 5б, 5в, 5г, 5д кл.
11:25 – 11:45 (4 перем.) – 8а, 8б, 8в, 8г, 8 д, 9а, 9б, 9в, 9г, 10а, 10б, 11а, 11б кл.

Суббота 1 смена

10:20 – 10:40 (3 перем.) – 8а, 8б, 8в, 8г, 8д, 9а, 9б, 9в, 9г, 9д, 10а, 10б, 11а, 11 б кл.
11:10 – 11:30 (4 перем.) – 6а, 6б, 6в, 6г, 6 д, 7а, 7б, 7в, 7г кл.

II смена

13:10 – 13:30 – 2в, 2г, 3г кл.
14:00 – 14:20 (1 перем.) – 2а, 2 б 3а, 3 в, 3 д кл.
14:50 – 15:10 (2 перем.) – 6а, 6б, 6в, 6г, 6д, 7а, 7б, 7в, 7г кл.

Четверг 2 смена

13:40 – 14:00 – 2 в 2г, 3г кл.
14:40 – 15:00 (1 перем.) – 2а, 2б, 3 а, 3 в, 3 д
15:30 – 15:50 (2 перем.) – 6а, 6б, 6в, 6г, 6 д, 7а, 7б, 7в, 7г кл.

10. Наличие динамической паузы – в 1 классе, ее продолжительность – 40 минут.

11. Учебная нагрузка (недельная)

Учебная недельная нагрузка в часах в 1-5 классах не превышает максимально допустимой при пятидневной учебной неделе, в 6-11 – при шестидневной учебной неделе.

Наименование класса, буквенное обозначение	Продолжительность учебной недели	Максимальная учебная нагрузка	
		Фактическая	Допустимая
1а52	5	21	21
1б52	5	21	21
1в52	5	21	21
1г52	5	21	21
1д52	5	21	21
2а52	5	23	23
2б52	5	23	23
2в52	5	23	23
2г52	5	23	23
2д52	5	23	23
3а52	5	23	23
3б52	5	23	23
3в52	5	23	23
3г52	5	23	23
3д52	5	23	23
4а52	5	23	23
4б52	5	23	23
4в52	5	23	23
4г52	5	23	23
4д52	5	23	23
5а52	5	32	32
5б52	5	32	32
5в52	5	32	32
5г52	5	32	32
5д52	5	32	32
6а52	6	33	33
6б52	6	33	33
6в52	6	33	33
6г52	6	33	33
6д52	6	33	33
7а52	6	35	35
7б52	6	35	35
7в52	6	35	35
7г52	6	35	35
8а52	6	36	36
8б52	6	36	36
8в52	6	36	36

8г52	6	36	36
8д52	6	36	36
9а52	6	36	36
9б52	6	36	36
9в52	6	36	36
9г52	6	36	36
10а	6	37	37
10б	6	37	37
11а	6	37	37
11б	6	37	37

Для того, чтобы образовательная нагрузка в течение дня не была чрезмерной и не приводила к выраженному утомлению детей нормируется объем максимально допустимой нагрузки в течение дня. Максимальная нагрузка в течение дня соответствует СанПиН 2.4.3648-20 и составляет:

- для обучающихся 1 класса - 4 урока и 1 день в неделю – 5 уроков за счёт урока физической культуры;
- для обучающихся 2 -4 классов - не более 5 уроков;
- для 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для 7-11 классов - не более 7 уроков.

Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большая перемена 15 минут. Продолжительность урока во 2 - 11 классах составляет 40 минут

Обучение в 1-ом классе осуществляется с соблюдением дополнительных требований: используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в октябре - декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь - май по 4 урока по 40 минут каждый), после 2 урока проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

**Расписание уроков на 2025-2026 учебный год в МОУ СОШ
«Образовательный комплекс №16» составлено согласно нормативным документам:**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 №286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64100) (с изменениями)

5. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. №287 (с изменениями)

6. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 7 июня 2012 г., регистрационный № 24480) (с изменениями)

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 2025 - 2026 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности учащихся и шкалы трудности учебных предметов.

Использовали шкалы трудности для оценки школьного расписания. При этом подсчитаны сумма баллов по дням недели в каждом классе.

При составлении расписания учтен ход дневной и недельной кривой умственной работоспособности учащихся. Наибольший объем учебной нагрузки в 1 – 11 классах приходится на вторник или среду, когда в расписание включены предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности либо со средним и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни. Учебная нагрузка в последний день недели наименьшая. Число баллов неодинаково во все дни недели. Наименьшее число баллов за день приходится на крайние дни недели (понедельник и субботу). Трудными являются не только привычные предметы: математика, физика, химия, русский язык и др., но и те учебные предметы, с которыми обучающиеся встречаются впервые.

У обучающихся 5-11-х классов наиболее высокая работоспособность отмечается на 2-4-х уроках, к 5-му и, особенно, 6-му уроку она снижается. Для обучающихся 1-4 классов основные предметы проводятся преимущественно на 2-3 уроках, а для обучающихся 5-11 классов – на 2,3,4 уроках.

При составлении расписания учитывалось, что:

- Не рекомендуется сочетание 2 или 3 трудных уроков подряд. Лучше чередовать их с менее трудными предметами в соответствии с баллами трудности предметов для каждого класса.

- Для обучающихся основного общего и среднего общего образования при составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели, естественно-математические предметы чередовать с гуманитарными предметами.

Уроки математики и русского языка в 5-6 классах распределены на каждый день, т.к. их по 6 часов в неделю в учебном плане.

Английский язык может стоять в расписании на последних уроках, т.к. нагрузка учителей иностранного языка очень большая.

В целом расписание выдержано в соответствии с нормами СанПиН, но в отдельных классах наблюдаются незначительные отклонения от норм.