

**Серовский муниципальный округ  
Муниципальное автономное  
образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 22  
им. Героя Советского Союза В. С. Маркова**

Утверждаю:

Директор\_\_\_\_\_Т.Г. Широких

Приказ № 297-од

от «29» августа 2025г.

**Расписание уроков  
основного общего и  
среднего общего образования  
на 2025 – 2026 учебный год**

г. Серов, 2025г.

## **Пояснительная записка**

Расписание уроков на 2025-2026 учебный год составлено согласно нормативным документам:

- Законом «О санитарно эпидемиологическом благополучии населения» (в редакции от 01.12.2007г. № 309-ФЗ) от 30.03.1999; ст.28);

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утверждённым Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115;

- «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СП 2.4. 3648-20, утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28;

- «Гигиеническим нормативам и требованиям к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (с изменениями и дополнениями), СанПиН 1.2.3685-21, утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2;

Расписание уроков основного общего и среднего общего образования составлено на основе учебного плана муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 22 им. Героя Советского Союза В.С.Маркова на 2025-2026 учебный год, утвержденного директором.

При составлении расписания учитывалась степень утомляемости обучающихся, поэтому основные предметы чередуются с уроками музыки, ИЗО, труда, физической культуры. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами. В течение недели обучающиеся должны иметь облегченный день.

Гигиенические требования к составлению расписания занятий в школе сводятся к обязательности учета динамики изменения физиологических функций и работоспособности на протяжении рабочего дня и недели, а также «трудности» учебных предметов.

Прежде всего, расписание преследует цель оптимизации условий обучения обучающихся и создания комфортных условий для ученика, и составляется только исходя из требований нормального режима работы образовательной организации.

При составлении расписания уроков пользовались шкалой трудности предметов для 5-11 классов (СанПиН 1.2.3685-21, утвержденный Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2, таблицы 6.10 и 6.1), в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

### **Режим организации образовательной деятельности**

Обучение ведется в следующем режиме: 5-9 классы – пятидневная учебная неделя; 10-11 классы - шестидневная учебная неделя. Образовательная организация работает в две смены:

1 смена: 5, 9, 10, 11 классы;

2 смена: 6, 7, 8 классы.

Продолжительность уроков – 40 минут, перемены – 10 минут, предусмотрены 4 перемены 20 минут для организации горячего питания обучающихся.

Количество комплектов классов - 34: основное общее – 30 классов; среднее общее – 4 класса.

Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений): при 5-дневной учебной неделе в 5-х классах – 29 часов, в 6-х классах – 30 часов, в 7-х классах – 32 часа, в 8-х и 9-х классах – по 33 часа, при 6-дневной учебной нагрузке в 10-11 – по 37 часов. Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности независимо от продолжительности учебной недели не более 7 часов.

Расписание звонков обучающей части учебного дня (понедельник – пятница):

1 смена	2 смена
1. 8.00 – 8.40	1. 13.20 – 14.00
2. 8.50 – 9.30	2. 14.20 – 15.00
3. 9.50 – 10.30	3. 15.20 – 16.00
4. 10.50 – 11.30	4. 16.05 – 16.45
5. 11.40 – 12.20	5. 16.50 – 17.30
6.(0) 12.30 – 13.10	6. 17.35 – 18.15
7. (1)13.20 – 14.00	7. 18.20 – 19.00

Расписание звонков обучающей части учебного дня (суббота):

1 смена
1. 8.00 – 8.40
2. 8.50 – 9.30
3. 9.50 – 10.30
4. 10.40 – 11.20
5. 11.30 – 12.10
6.12.20 – 13.00
7. 13.10 – 13.50

Дополнительные занятия по внеурочной деятельности (5 – 11 классы) проводятся после уроков с перерывом не менее 45 минут после окончания последнего урока. Внеурочная деятельность вынесена за пределы расписания обязательных учебных предметов.

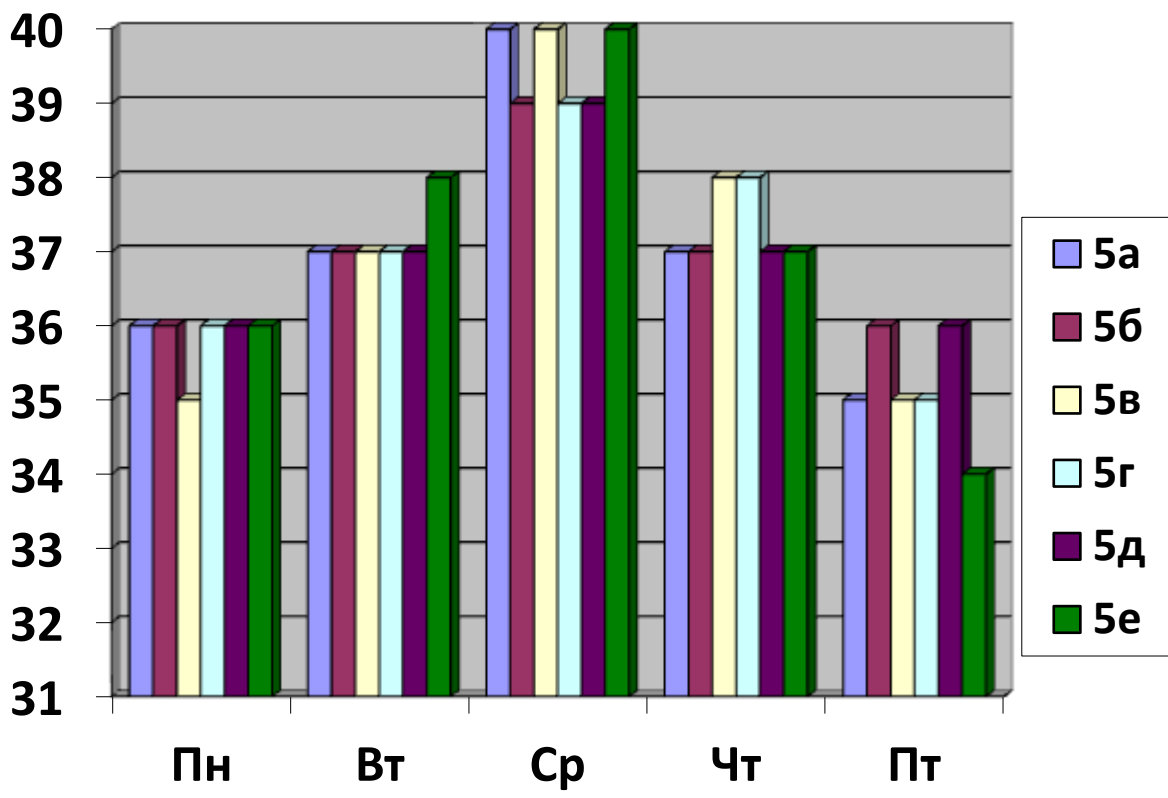
---

#### Условные обозначения

ФК	физическая культура
ОБЗР	основы безопасности и защиты Родины
ВиС	вероятность и статистика
ИЗО	изобразительное искусство

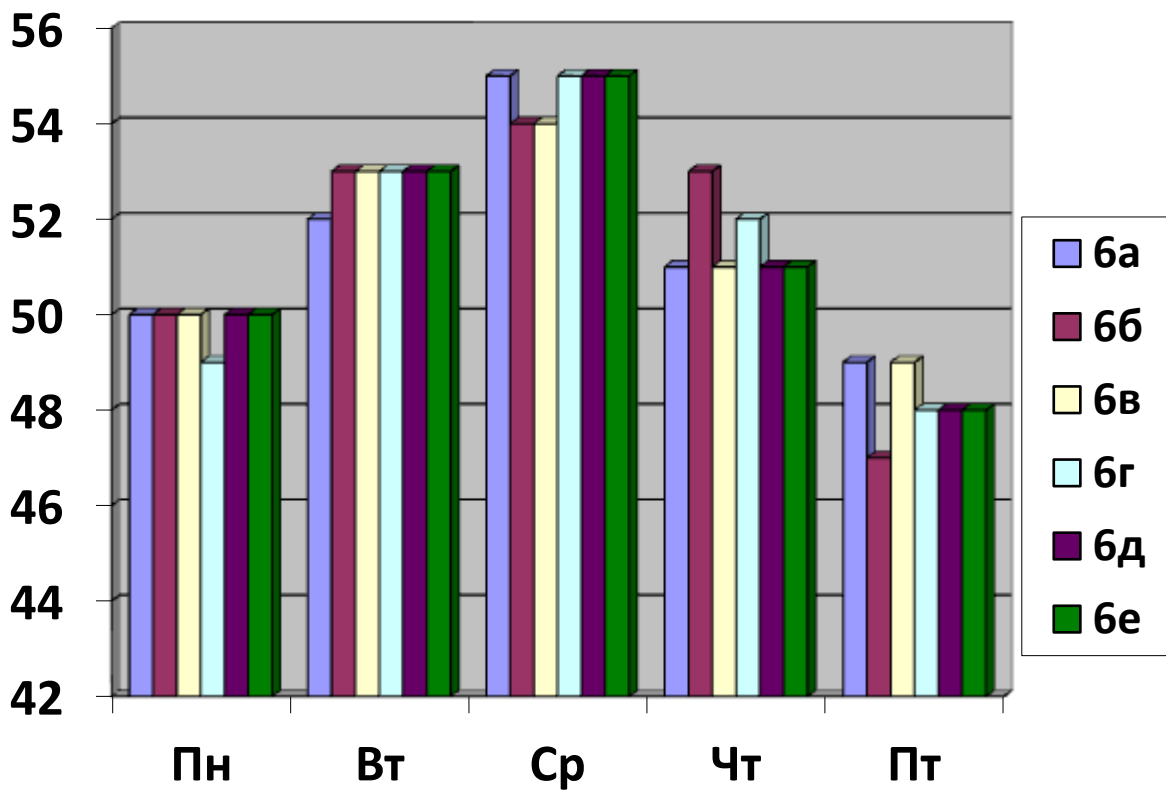
## Расписание уроков (5 классы)

	5а	5б	5в	5г	5д	5е
<b>Понедельник</b>						
1	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
2	литература	история	история	литература	русский язык	пр.информат.
3	русский язык	русский язык	биология	русский язык	биология	иностр. язык
4	математика	математика	математика	математика	математика	математика
5	иностр. язык	иностр. язык	русский язык	иностр. язык	история	русский язык
6	история	литература	музыка	история	ФК	история
7						
<b>Вторник</b>						
1	литература	история	история	пр.информат.	литература	ИЗО
2	русский язык	математика	математика	иностр. язык	иностр. язык	иностр.язык
3	математика	русский язык	иностр.язык	математика	математика	математика
4	география	география	русский язык	русский язык	русский язык	русский язык
5	история	литература	литература	ИЗО	ФК	история
6	ФК	ИЗО	ОБЗР	ФК	ИЗО	ФК
<b>Среда</b>						
1	труд	история	география	музыка	пр.информат.	труд
2	труд	русский язык	русский язык	биология	русский язык	труд
3	русский язык	математика	математика	математика	математика	математика
4	математика	иностр. язык	иностр.язык	русский язык	иностр. язык	биология
5	иностр. язык	литература	ФК	история	труд	русский язык
6	история	ФК	ИЗО	литература	труд	литература
<b>Четверг</b>						
1	ИЗО	труд	литература	география	история	ОБЗР
2	русский язык	труд	иностр язык	иностр.язык	математика	русский язык
3	математика	иностр.язык	математика	математика	иностр.язык	математика
4	иностр.язык	математика	русский язык	русский язык	русский язык	иностр. язык
5	литература	русский язык	пр.информат.	ФК	литература	история
6	ФК	музыка	ФК	ОБЗР	ОБЗР	литература
<b>Пятница</b>						
1	пр.информат.	ОБЗР	литература	труд	история	литература
2	русский язык	математика	русский язык	труд	математика	география
3	математика	биология	математика	математика	русский язык	математика
4	биология	русский язык	история	русский язык	география	русский язык
5	музыка	пр.информат.	труд	история	литература	ФК
6	ОБЗР	ФК	труд	литература	музыка	музыка



## Расписание уроков (6 классы)

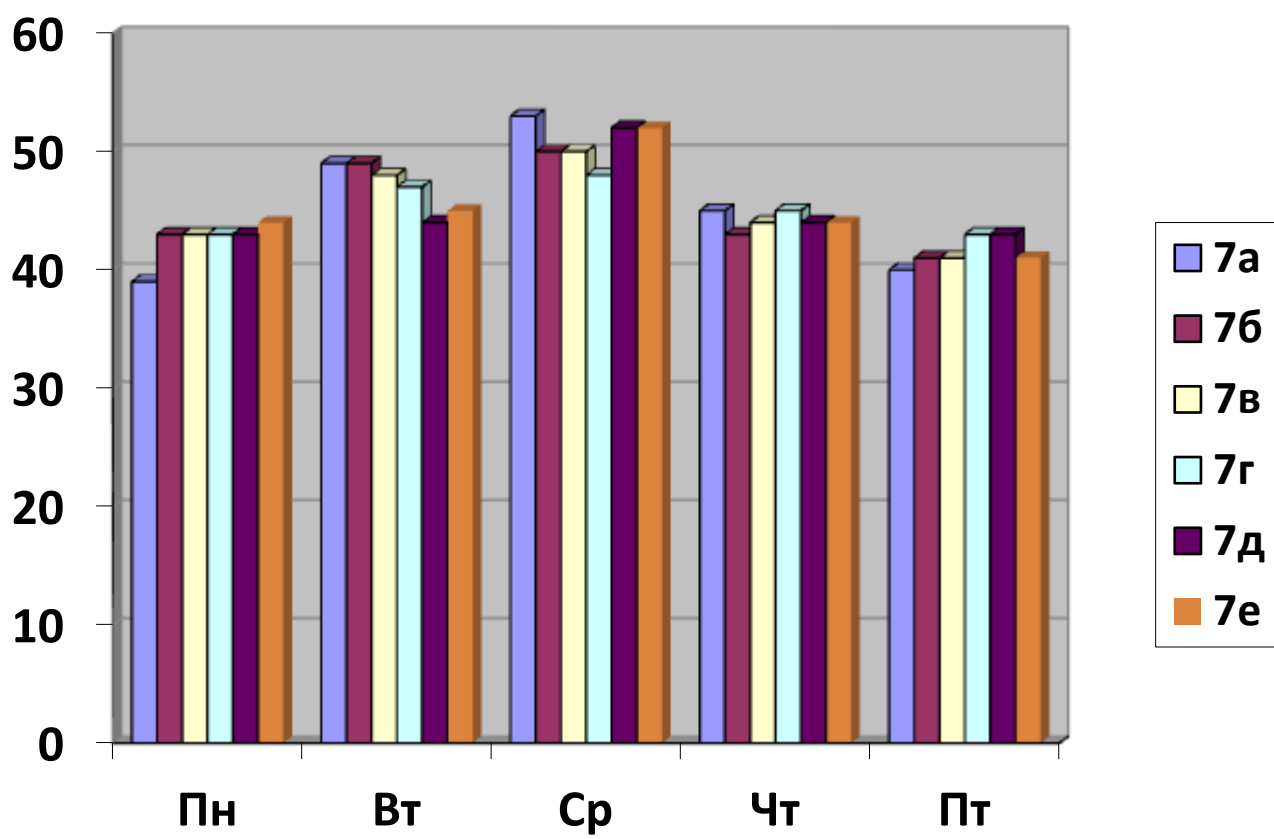
	ба	бб	бв	бг	бд	бе
<b>Понедельник</b>						
1	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
2	литература	география	биология	история	ИЗО	литература
3	математика	русский язык	математика	русский язык	математика	русский язык
4	русский язык	математика	русский язык	математика	русский язык	математика
5	биология	русский язык	история	биология	история	иностр. язык
6	история	труд	литература	литература	биология	история
7	ИЗО	труд	ИЗО	ИЗО	литература	ИЗО
<b>Вторник</b>						
1	ОБЗР	литература	история	география	литература	ИЗО
2	иностр. язык	русский язык	математика	русский язык	пр.информат.	математика
3	русский язык	математика	русский язык	математика	русский язык	русский язык
4	математика	иностр.язык	пр.информат.	русский язык	математика	иностр.язык
5	история	история	литература	история	история	история
6	литература	ИЗО	ФК	музыка	ФК	литература
<b>Среда</b>						
1	литература	история	ОБЗР	ФК	география	ФК
2	русский язык	иностр.язык	русский язык	русский язык	русский язык	математика
3	математика	математика	математика	математика	математика	русский язык
4	русский язык	русский язык	русский язык	русский язык	иностр.язык	пр.информ.
5	история	биология	иностр.язык	история	история	биология
6	ФК	ОБЗР	ФК	литература	ФК	история
<b>Четверг</b>						
1	музыка	литература	литература	ФК	ОБЗР	музыка
2	русский язык	математика	иностр.язык	русский язык	русский язык	русский язык
3	математика	русский язык	математика	математика	математика	математика
4	иностр.язык	пр.информат.	русский язык	иностр.язык	иностр.язык	русский язык
5	пр.информ.	история	история	пр.информ.	русский язык	иностр.язык
6	ФК	ФК	музыка	ОБЗР	музыка	ОБЗР
7	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты
<b>Пятница</b>						
1	труд	музыка	география	труд	литература	труд
2	русский язык	математика	иностр.язык	труд	иностр.язык	иностр.язык
3	математика	русский язык	математика	русский язык	математика	математика
4	иностр.язык	иностр.язык	русский язык	математика	русский язык	русский язык
5	труд	литература	труд	иностр.язык	труд	литература
6	география	ФК	труд	литература	труд	труд





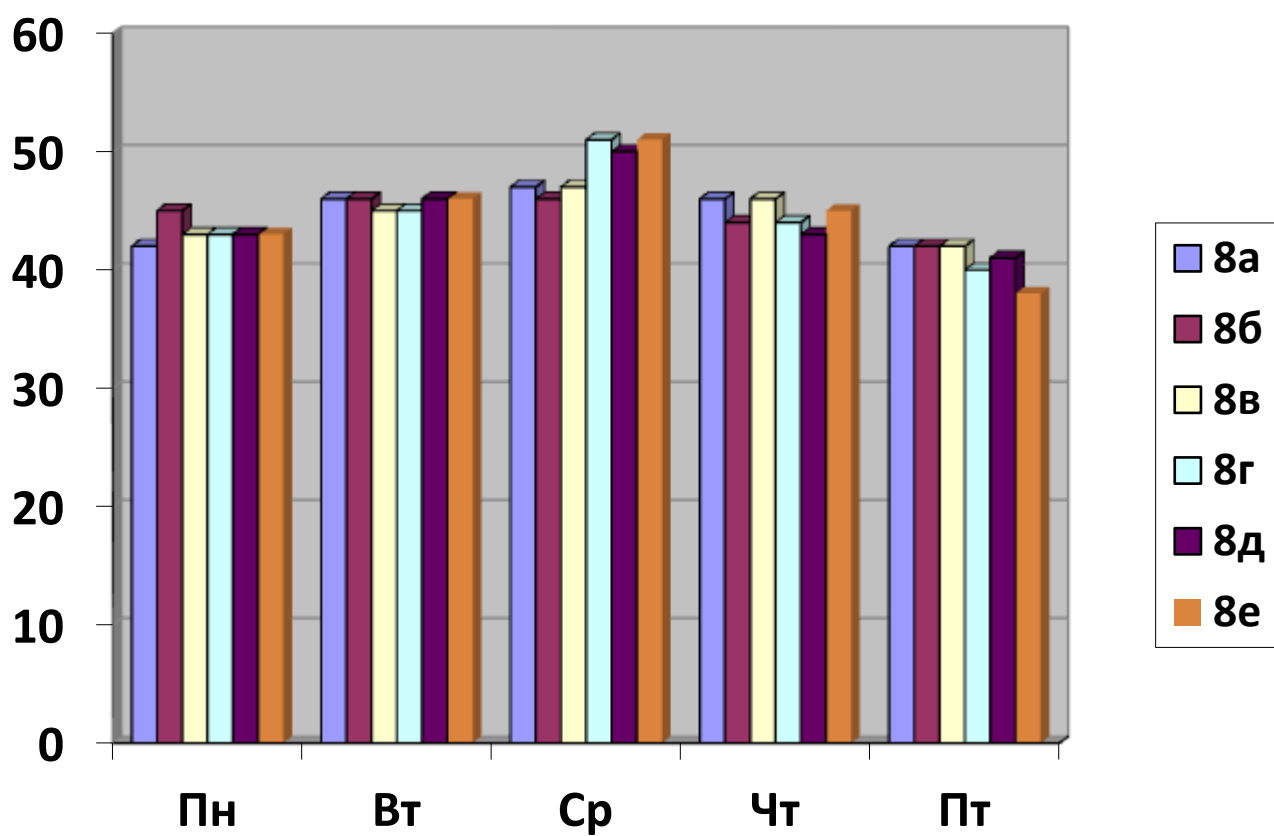
## Расписание уроков (7 классы)

	7а	7б	7в	7г	7д	7е
<b>Понедельник</b>						
1	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
2	информатика	алгебра	география	русский язык	алгебра	ВиС
3	иностр.язык	русский язык	геометрия	алгебра	иностр.язык	русский язык
4	алгебра	иностр.язык	иностр.язык	иностр.язык	русский язык	алгебра
5	русский язык	информатика	физика	история	история	история
6	труд	ФК	информатика	<i>труд</i>	информатика	информатика
7	ФК	труд	ОБЗР	ФК	ФК	ОБЗР
<b>Вторник</b>						
1	история	география	история	ОБЗР	география	биология
2	геометрия	ВиС	русский язык	иностр.язык	алгебра	геометрия
3	иностр.язык	иностр.язык	алгебра	алгебра	русский язык	иностр.язык
4	русский язык	геометрия	2 иностр.язык	русский язык	ВиС	физика
5	физика	физика	география	биология	ОБЗР	география
6	музыка	ИЗО	литература	литература	труд	ФК
7	ИЗО	ФК	ИЗО	ФК	труд	
<b>Среда</b>						
1	физика	история	ФК	физика	история	литература
2	иностр.язык	русский язык	геометрия	русский язык	русский язык	геометрия
3	геометрия	геометрия	иностр.язык	геометрия	иностр.язык	русский язык
4	русский язык	иностр.язык	русский язык	иностр.язык	геометрия	2 иностр.язык
5	география	физика	физика	история	физика	физика
6	история	музыка	история	музыка	литература	история
7		ФК	музыка		ИЗО	музыка
<b>Четверг</b>						
1	ОБЗР	история	труд	история	музыка	география
2	русский язык	2 иностр.язык	алгебра	геометрия	русский язык	иностр.язык
3	алгебра	алгебра	русский язык	русский язык	геометрия	алгебра
4	2 иностр.язык	русский язык	ВиС	физика	иностр.язык	русский язык
5	биология	литература	биология	география	физика	история
6	литература	труд	литература	ФК	ФК	ИЗО
7	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты
<b>Пятница</b>						
1	история	ОБЗР	труд	история	биология	литература
2	алгебра	русский язык	русский язык	ВиС	алгебра	русский язык
3	ВиС	алгебра	алгебра	2 иностр.язык	2 иностр.язык	алгебра
4	география	биология	иностр.язык	алгебра	история	иностр.язык
5	литература	география	история	литература	география	Фк
6	труд	литература	ФК	ИЗО	литература	труд
7	ФК			труд		труд



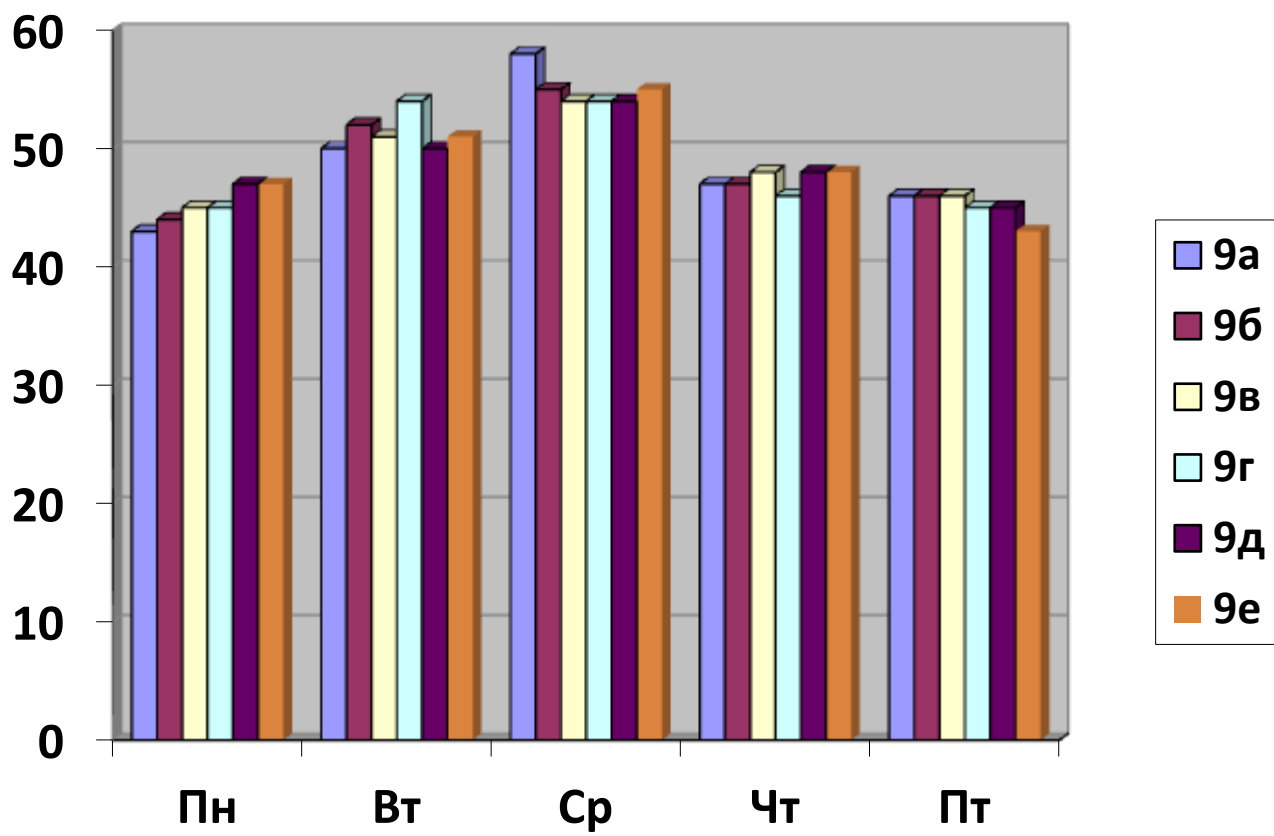
Расписание уроков (8 классы)

	8а	8б	8в	8г	8д	8е
<b>Понедельник</b>						
1	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
2	история	алгебра	история	физика	алгебра	2 иностр.язык
3	алгебра	иностран.язык	алгебра	2 иностр.язык	иностран.язык	физика
4	2 иностр.язык	физика	2 иностр.язык	алгебра	физика	история
5	физика	история	русский язык	история	русский язык	алгебра
6	география	русский язык	география	русский язык	история	русский язык
7	ФК	литература	инд. проект	ФК	ФК	ФК
<b>Вторник</b>						
1	литература	русский язык	литература	труд	труд	биология
2	ВиС	ВиС	геометрия	химия	химия	иностран.язык
3	русский язык	химия	химия	ВиС	иностран.язык	геометрия
4	алгебра	геометрия	ВиС	геометрия	геометрия	химия
5	информатика	иностран.язык	иностран.язык	иностран.язык	биология	география
6	обществозн.	труд	ОБЗР	литература	география	литература
7	инд.проект	музыка	труд	ОБЗР	литература	труд
<b>Среда</b>						
1	литература	география	информатика	география	обществозн.	инд.проект
2	геометрия	алгебра	физика	алгебра	2 иностр.язык	ВиС
3	химия	2 иностр.язык	иностран.язык	иностран.язык	физика	алгебра
4	иностран.язык	физика	алгебра	физика	алгебра	физика
5	биология	информатика	русский язык	русский язык	информатика	русский язык
6	русский язык	обществозн.	обществозн.	информатика	русский язык	информатика
7	труд	ФК	ФК	обществозн.	инд.проект	обществозн.
<b>Четверг</b>						
1	история	география	биология	инд.проект	литература	русский язык
2	химия	геометрия	химия	геометрия	ВиС	химия
3	геометрия	химия	физика	история	химия	иностран.язык
4	физика	история	геометрия	химия	геометрия	геометрия
5	иностран.язык	биология	география	биология	иностран.язык	география
6	музыка	ОБЗР	литература	литература	ФК	литература
7	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты
<b>Пятница</b>						
1	биология	литература	ФК	музыка	география	музыка
2	иностран.язык	алгебра	история	алгебра	история	иностран.язык
3	алгебра	иностран.язык	алгебра	биология	алгебра	алгебра
4	русский язык	биология	иностран.язык	иностран.язык	русский язык	история
5	география	русский язык	биология	русский язык	биология	биология
6	ОБЗР	инд.проект	русский язык	география	ОБЗР	ФК
7	ФК	ФК	музыка	ФК	музыка	ОБЗР



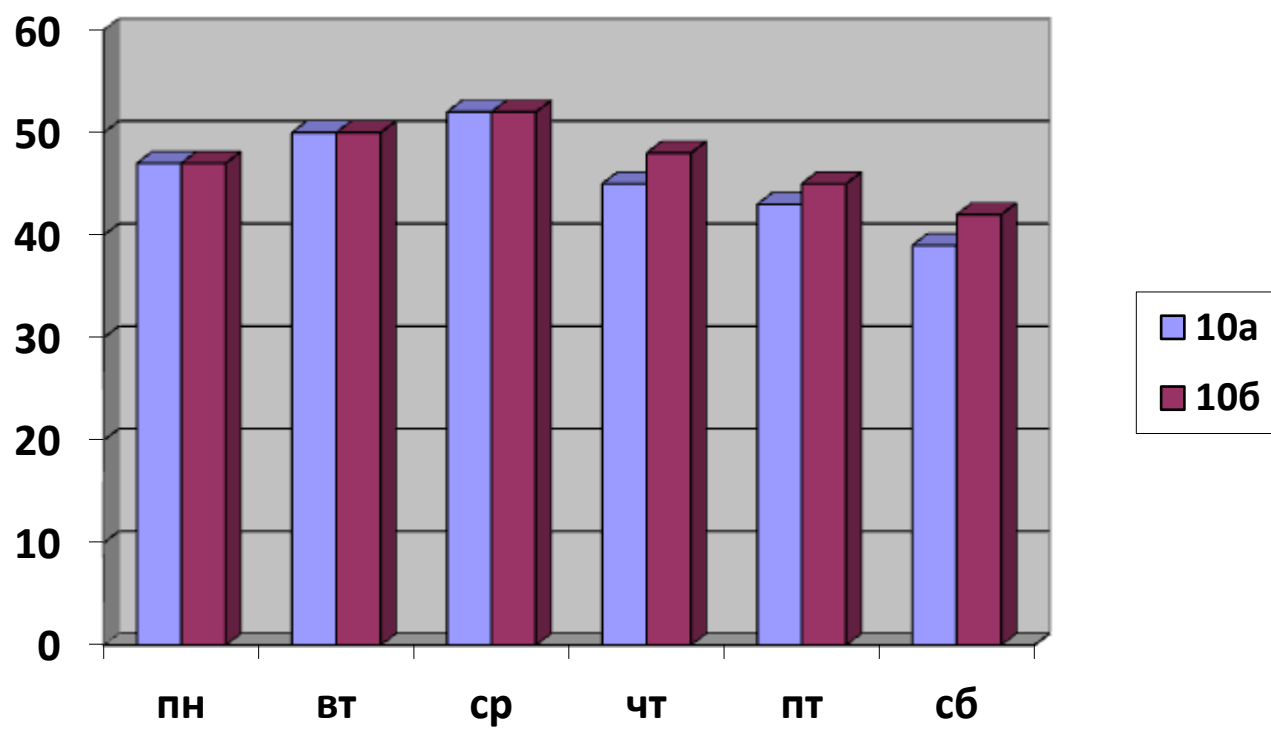
Расписание уроков (9 классы)

	9а	9б	9в	9г	9д	9е
<b>Понедельник</b>						
1	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном	Разговоры о важном
2	русский язык	физика	алгебра	химия	физика	химия
3	физика	химия	история	иностр.язык	алгебра	физика
4	химия	алгебра	физика	алгебра	химия	алгебра
5	алгебра	русский язык	литература	литература	биология	литература
6	ОБЗР	труд	русский язык	русский язык	русский язык	русский язык
7	ФК	ФК	ФК	труд	ФК	ФК
<b>Вторник</b>						
1	информатика	литература	обществозн.	ОБЗР	алгебра	черчение
2	иностр.язык	геометрия	история	иностр.язык	история	физика
3	геометрия	история	геометрия	физика	иностр.язык	история
4	история	иностр.язык	иностр.язык	история	информатика	биология
5	ВиС	информатика	информатика	алгебра	литература	алгебра
6	литература	русский язык	литература	информатика	обществозн.	литература
7	ФК	обществозн.	география	обществозн.	география	ОБЗР
<b>Среда</b>						
1	обществозн.	география	ФК	русский язык	ФК	география
2	химия	иностр.язык	физика	геометрия	физика	химия
3	иностр.язык	физика	иностр.язык	химия	химия	иностр.язык
4	физика	геометрия	химия	физика	иностр.язык	физика
5	геометрия	литература	русский язык	геометрия	алгебра	литература
6	биология	русский язык	алгебра	география	русский язык	алгебра
7	черчение	биология	география	ФК	география	ФК
<b>Четверг</b>						
1	русский язык	алгебра	русский язык	биология	ОБЗР	информатика
2	физика	история	химия	иностр.язык	иностр.язык	история
3	иностр.язык	иностр.язык	ВиС	история	физика	геометрия
4	алгебра	ВиС	иностр.язык	ВиС	геометрия	иностр.язык
5	литература	литература	биология	литература	литература	геометрия
6	география	биология	алгебра	русский язык	геометрия	русский язык
7	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты
<b>Пятница</b>						
1	русский язык	география	черчение	ФК	русский язык	труд
2	история	химия	физика	алгебра	биология	иностр.язык
3	биология	физика	литература	биология	история	алгебра
4	литература	алгебра	геометрия	физика	ВиС	биология
5	алгебра	черчение	биология	литература	литература	русский язык
6	география	ОБЗР	труд	география	черчение	обществозн.
7	труд	ФК	ОБЗР	черчение	труд	география



Расписание уроков (10 классы)

	10 а	10 б
<b>Понедельник</b>		
1	Разговоры о важном	Разговоры о важном
2	алгебра и начала анализа	русский язык
3	русской язык	алгебра и начала анализа
4	алгебра и начала анализа	иностранный язык
5	иностранный язык	алгебра и начала анализа
6	индивидуальный проект	история
7	история	индивидуальный проект
<b>Вторник</b>		
1	информатика	русское правописание
2	химия	вероятность и статистика
3	геометрия	русский язык
4	русское правописание	избранные вопросы математики
5	иностранный язык	информатика
6	основы предпринимательской деятельности	информатика
7		
<b>Среда</b>		
1	история	информатика
2	алгебра и начала анализа	геометрия
3	культура русской речи	русское правописание
4	алгебра и начала анализа	химия
5	русское правописание	иностранный язык
6	иностранный язык	информатика
7	физкультура	физкультура
<b>Четверг</b>		
1	обществознание	литература
2	вероятность и статистика	геометрия
3	русский язык	литература
4	геометрия	геометрия
5	основы предпринимательской деятельности	обществознание
6	обществознание	обществознание
7	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты
<b>Пятница</b>		
1	география	история
2	физика	алгебра
3	физика	культура русской речи
4	литература	алгебра
5	биология	иностранный язык
6	физкультура	основы безопасности и защиты Родины
7		физкультура
<b>Суббота</b>		
1	обществознание	литература
2	геометрия	физика
3	литература	физика
4	литература	биология
5	обществознание	география
6	основы безопасности и защиты Родины	





Расписание уроков (11 классы)

	11а	11 б
<b>Понедельник</b>		
1	Разговоры о важном	Разговоры о важном
2	химия	геометрия
3	русское правописание	геометрия
4	геометрия	русское правописание
5	иностраннный язык	информатика
6	обществознание	информатика
7	физкультура	
<b>Вторник</b>		
1	история	основы предпринимательской деятельности
2	алгебра и начала анализа	избранные вопросы математики
3	русский язык	иностраннный язык
4	алгебра и начала анализа	вероятность и статистика
5	иностраннный язык	литература
6	информатика	история
7		физкультура
<b>Среда</b>		
1	основы финансовой грамотности	биология
2	геометрия	физика
3	физика	литература
4	геометрия	физика
5	русское правописание	литература
6	основы безопасности и защиты Родины	география
7		физкультура
<b>Четверг</b>		
1	история	информатика
2	избранные вопросы математики	алгебра и начала анализа
3	литература	русский язык
4	вероятность и статистика	алгебра и начала анализа
5	иностраннный язык	иностраннный язык
6	основы предпринимательской деятельности	история
7	Россия – мои горизонты	Россия – мои горизонты
<b>Пятница</b>		
1	обществознание	обществознание
2	алгебра и начала анализа	русский язык
3	русский язык	алгебра и начала анализа
4	алгебра и начала анализа	алгебра и начала анализа
5	обществознание	информатика
6	основы предпринимательской деятельности	обществознание
7	физкультура	
<b>Суббота</b>		
1	обществознание	основы финансовой грамотности
2	физика	химия
3	литература	геометрия
4	биология	русское правописание
5	литература	иностраннный язык
6	география	

