

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №20
А.В. Козина
Приказ №115/3-ОД
от «29» августа 2025г.

Расписание учебных занятий
МБОУ СОШ № 20
на 2025-2026 учебный год

Г. Михайловск

**Пояснительная записка к расписанию уроков
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №20»
на 2025-2026 учебный год**

Информация о школе:

Количество обучающихся — 2326 человек, количество классов-комплектов — 81.

Средняя наполняемость классов — 29 человек.

Сменность:

1 смена в 1,4,5,8, 9,10,11х классах

2 смена в 2,3, 6,7х классах

Расписание уроков на 2025-2026 учебный год составлено в соответствии с учебным планом МБОУ СОШ № 20, с требованиями СанПин к составлению расписания, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся базовых возможностей школы.

При разработке расписания учебных занятий учитывались следующие нормативные документы:

- 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"".
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 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".
- Правила внутреннего распорядка.
- Учебный план, утвержденный директором школы.

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

Расписание учебных занятий учитывает выполнение следующих требований:

- создание оптимальных условий для обеспечения эффективного труда обучающихся;
- обеспечение высокого уровня эффективности труда педагога, профилактики снижения его работоспособности как в пределах рабочего дня, так и в течение рабочей недели;
- учет материально-технических условий образовательного учреждения;
- соблюдение требований нормативных документов, регламентирующих работу образовательного учреждения.

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

При составлении расписания учебных занятий также учитывались:

- чередование учебных предметов в течение учебного дня и недели по степени сложности;
- чередование основных предметов с уроками физической культуры, технологии, искусства, ОБЖ.

В 1-11-х классах - пятидневная учебная неделя.

При составлении расписания выполнены гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся 1-11-х классов.

Общий объем нагрузки в течение дня соответствует СанПиН 1.2.3685-21. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана общеобразовательной организации, состоящей из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки:

- для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,
- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков,
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

Наиболее рационально составлено расписание уроков для учащихся начальных классов. Это объясняется тем, что почти все уроки проводят сами учителя начальных классов, исключение составляют такие предметы, как иностранный язык(английский) (во 2-4 классах), и физическая культура (в 1-4 классах). При составлении расписания использовалась шкала трудности учебных предметов (см. приложения 1).

Максимально допустимая учебная нагрузка в 1 классе 21 час в неделю. Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня для обучающихся 1 класса не превышает 4 уроков и 1 день в неделю — составляет 5 уроков за счет последнего урока физической культуры. В 1-м классе используется «ступенчатый» режим обучения (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 40 минут каждый, 1 раз в неделю 5 уроков). В середине дня организуется динамическая пауза, не превышающая 40 минут.

Максимально допустимая учебная нагрузка в 2-4 классах 23 часа в неделю; 3 дня в неделю: во вторник, среду и четверг - по 5 уроков.

С учетом неодинаковой умственной работоспособности обучающихся в разные дни учебной недели расписание составлено так, что в начальных классах максимальная умственная нагрузка приходится на 2, 3, иногда 4-е уроки; в течение недели уровень умственной нагрузки снижен в понедельник и пятницу, в 1 классе — в понедельник и четверг.

При составлении расписания для учащихся 5-11 классов также была использована шкала трудности учебных предметов и рекомендации СанПин. Расписание для учащихся 5-11 классов сбалансировать труднее, т.к. учителя английского языка, физической культуры ведут уроки и в начальных классах.

Расписание звонков:

для 2-11х классов 2025- 2026 учебный год

Урок	Начало	Окончание	Перемена
1	8:00	8:40	0:10
2	8:50	9:30	0:20
3	9:50	10:30	0:20
4	10:50	11:30	0:10
5	11:40	12:20	0:10
6	12:30	13:10	0:30
7	13:40	14:20	0:20
8	14:40	15:20	0:20
9	15:40	16:20	0:10
10	16:30	17:10	0:10
11	17:20	18:00	0:10
12	18:10	18:50	

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык/Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования

Учебные предметы	Количество баллов (по классам)					
	5	6	7	8	9	
Физика	-	-	8	9	13	
Химия	-	-	-	10	12	
История	5	8	6	8	10	
Иностранный язык	9	11	10	8	9	
Математика	Математика	10	13	-	-	-
	Геометрия	-	-	12	10	8
	Алгебра	-	-	10	9	7
Природоведение	7	8	-	-	-	
Биология	10	8	7	7	7	
Литература	4	6	4	4	7	
Информатика и ИКТ	4	10	4	7	7	
Русский язык/Родной язык	8	12	11	7	6	
География	-	7	6	6	5	
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание (включая экономику и право)	6	9	9	5	5	
Технология	4	3	2	1	4	

Черчение	-	-	-	5	4
Основы безопасности жизнедеятельности	1	2	3	3	3
Физическая культура	3	4	2	2	2

Шкала трудности учебных предметов на уровне среднего общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык/Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
Основы безопасности жизнедеятельности	2
Физическая культура	1

№ урока	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	
	3а		3б		3в		3д		3е		3ж		3з		
Понедельник	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8
	3	Русский язык	7	Математика	8	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	4	Физическая культура	1	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7	ИЗО	3	Физическая культура	1	Окружающий мир	6	Физическая культура	1
	5	Музыка	3			Труд (технология)	2	Труд (технология)	2					Музыка	3
		Итого за день	24	Итого за день	26	Итого за день	22	Итого за день	25	Итого за день	21	Итого за день	26	Итого за день	24
Вторник	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	8
	3	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Русский язык	7
	4	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7	Литературное чтение	5	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7	Окружающий мир	6
	5			Физическая культура	1			Физическая культура	1	Физическая культура	1	Физическая культура	1		
		Итого за день	26	Итого за день	28	Итого за день	26	Итого за день	28	Итого за день	28	Итого за день	28	Итого за день	26
Среда	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Русский язык	7
	3	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Математика	8
	4	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7
	5	Физическая культура	1	Музыка	3	ИЗО	3	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Музыка	3	Физическая культура	1
		Итого за день	28	Итого за день	30	Итого за день	29	Итого за день	29	Итого за день	29	Итого за день	30	Итого за день	28
Четверг	1	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6
	4	ИЗО	3	ИЗО	3	Музыка	3	Физическая культура	1	ИЗО	3	ИЗО	3	ИЗО	3
	5	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Физическая культура	1			Труд (технология)	2	Физическая культура	1	Физическая культура	1
		Итого за день	25	Итого за день	25	Итого за день	26	Итого за день	21	Итого за день	25	Итого за день	25	Итого за день	25
Пятница	1	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	3	Иностранный язык	7	Физическая культура	1	Математика	8	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2	Иностранный язык	7
	4	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2	Физическая культура	1	Музыка	3	Музыка	3	Физическая культура	1	Труд (технология)	2
	5														
		Итого за день	21	Итого за день	15	Итого за день	21	Итого за день	21	Итого за день	21	Итого за день	15	Итого за день	21

№ урока	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	
День недели	ба		бб		бв		бг		бт		бе		бж		
Понедельник	1	Русский язык	12	Русский язык	12	Литература	6	Русский язык	12	Русский язык	12	История	8	Русский язык	12
	2	Математика	13	Иностранный язык	11	Русский язык	12	Математика	13	Иностранный язык	11	Русский язык	12	Математика	13
	3	Иностранный язык	11	Математика	13	Математика	13	Иностранный язык	11	Иностранный язык	13	Математика	13	Иностранный язык	11
	4	Физическая культура	4	Безопасный мир	1	Иностранный язык	11	Физическая культура	4	Литература	6	Риторика	12	Литература	6
	5	Литература	6	Литература	6	Физическая культура	4	Литература	6	История	8	География	7	Труд (технология)	3
	6	Безопасный мир	1	Физическая культура	4	Музыка	1	ИЗО	3	ИЗО	3	Музыка	1	Труд (технология)	3
	7														
		Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	49	Итого за день	53	Итого за день	53	Итого за день	48
Вторник	1	История	8	География	7	История	8	Русский язык	12	История	8	История	8	История	8
	2	Русский язык	12	Риторика	12	Математика	13	Математика	13	Русский язык	12	Математика	13	Русский язык	12
	3	Математика	13	Математика	13	Русский язык	12	Риторика	12	Математика	13	Иностранный язык	11	Математика	13
	4	Риторика	12	Русский язык	12	Риторика	12	История	8	Риторика	12	Русский язык	12	Риторика	12
	5	География	7	История	8	География	7	Литература	6	География	7	Физическая культура	4	География	7
	6	Музыка	1	Музыка	1	Безопасный мир	1	География	7	Музыка	1	Литература	6	Безопасный мир	1
	7														
		Итого за день	53	Итого за день	53	Итого за день	53	Итого за день	58	Итого за день	53	Итого за день	54	Итого за день	53
Среда	1	Русский язык	12	История	8	Литература	6	Русский язык	12	Математика вокруг нас	13	Русский язык	12	Русский язык	12
	2	Математика	13	Русский язык	12	Русский язык	12	Математика	13	Иностранный язык	11	Математика	13	История	8
	3	Иностранный язык	11	Математика	13	Математика	13	Иностранный язык	11	Русский язык	12	Иностранный язык	11	Математика	13
	4	История	8	Иностранный язык	11	Иностранный язык	11	Занимательная грамматика	12	Математика	13	Физическая культура	4	Иностранный язык	11
	5	Физическая культура	4	Физическая культура	4	История	8	Литература	6	Литература	6	Литература	6	Литература	6
	6	Литература	6	Литература	6	Физическая культура	4	Физическая культура	4	Физическая культура	4	Мир Химии	10	ИЗО	3
	7														
		Итого за день	54	Итого за день	54	Итого за день	54	Итого за день	58	Итого за день	59	Итого за день	56	Итого за день	53
Четверг	1	Естественно-научная грамотность	8	Биология	8	История	8	Русский язык	12	Биология	8	Русский язык	12	Естественно-научная грамотность	8
	2	Русский язык	12	Математика	13	Русский язык	12	Математика	13	Русский язык	12	Математика	13	Русский язык	12
	3	Математика	13	Русский язык	12	Математика	13	История	8	Математика	13	История	8	Математика	13
	4	История	8	История	8	Естественно-научная грамотность	8	Биология	8	История	8	Биология	8	История	8
	5	Биология	8	Естественно-научная грамотность	8	Биология	8	История	8	Физическая культура	4	Основы экологии	8	Биология	8
	6	ИЗО	3	ИЗО	3	ИЗО	3	Музыка	1	Введение в информатику	4	ИЗО	3	Физическая культура	4
	7														
		Итого за день	52	Итого за день	52	Итого за день	52	Итого за день	50	Итого за день	49	Итого за день	52	Итого за день	53
Пятница	1	Русский язык	12	Литература	6	Русский язык	12	Русский язык	12	Литература	6	Русский язык	12	Литература	6
	2	Математика	13	Русский язык	12	Иностранный язык	11	Математика	13	Иностранный язык	12	Иностранный язык	11	Русский язык	12
	3	Иностранный язык	11	Иностранный язык	11	Математика	13	Иностранный язык	11	Математика	13	Математика	13	Математика	13
	4	Литература	6	Математика	13	Литература	6	Загадки Истории	8	Иностранный язык	11	Литература	6	Иностранный язык	11
	5	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Физическая культура	4
	6	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Музыка	1
	7														
		Итого за день	48	Итого за день	48	Итого за день	48	Итого за день	50	Итого за день	48	Итого за день	48	Итого за день	47

Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности
бз		би		бк	
Русский язык	12	Литература	6	Русский язык	12
Математика	13	Русский язык	12	Математика	13
Иностранный язык	11	Математика	13	Иностранный язык	11
Физическая культура	4	Иностранный язык	11	Физическая культура	4
Литература	6	Физическая культура	4	Литература	6
ИЗО	3	Музыка	1	Безопасный мир	1
Итого за день	49	Итого за день	47	Итого за день	47
Русский язык	12	История	8	История	8
Математика	13	Русский язык	12	Русский язык	12
Риторика	12	Математика	13	Математика	13
История	8	Риторика	12	Риторика	12
Безопасный мир	1	География	7	География	7
География	7	Безопасный мир	1	Музыка	1
Итого за день	53	Итого за день	53	Итого за день	53
Русский язык	12	Русский язык	12	Русский язык	12
Математика	13	История	8	Математика	13
Иностранный язык	11	Математика	13	Иностранный язык	11
История	8	Иностранный язык	11	История	8
Физическая культура	4	Литература	6	Физическая культура	4
Литература	6	ИЗО	3	Литература	6
Итого за день	54	Итого за день	53	Итого за день	54
Русский язык	12	Естественно-научная грамотность	8	Естественно-научная грамотность	8
Математика	13	Русский язык	12	Русский язык	12
История	8	Математика	13	Математика	13
Биология	8	История	8	История	8
Естественно-научная грамотность	8	Биология	8	Биология	8
Музыка	1	Физическая культура	4	ИЗО	3
Итого за день	50	Итого за день	53	Итого за день	52
Русский язык	12	Русский язык	12	Русский язык	12
Математика	13	Математика	13	Математика	13
Иностранный язык	11	Иностранный язык	11	Иностранный язык	11
Литература	6	Литература	6	Литература	6
Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3
Труд (технология)	3	Труд (технология)	3	Труд (технология)	3
Итого за день	48	Итого за день	48	Итого за день	48

День недели	№ урока	Класс 7и		Класс 7к		Класс 7м		Класс 7н	
		Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности
Понедельник	1	История	6	История	6	Литература	4	История	6
	2	Геометрия	12	Иностранный язык	10	Геометрия	12	Физика	8
	3	Иностранный язык	10	Геометрия	12	Иностранный язык	10	Геометрия	12
	4	Физика	8	Физика	8	Физика	8	Иностранный язык	10
	5	ИЗО	1	Литература	4	История	6	Музыка	1
	6	Литература	4	ИЗО	1	Музыка	1	Литература	4
	7	Физическая культура	2	Музыка	1	Физическая культура	2		
		Итого за день	43	Итого за день	42	Итого за день	43	Итого за день	41
Вторник	1	История	6	Русский язык	11	История	6	Русский язык	11
	2	Алгебра	10	История	6	Алгебра	10	Алгебра	10
	3	Русский язык	11	Алгебра	10	Русский язык	11	История	6
	4	География	6	География	6	География	6	География	6
	5	Физическая культура	2	Биология	7	Физическая культура	2	Безопасный мир	1
	6	Биология	7	Безопасный мир	1	Биология	7	Биология	7
	7	Безопасный мир	1	Физическая культура	2	Безопасный мир	1	Физическая культура	2
	8								
	Итого за день	43	Итого за день	43	Итого за день	43	Итого за день	43	
Среда	1	История	6	Русский язык	11	История	6	Русский язык	11
	2	Физика	8	Алгебра	10	Алгебра	12	Алгебра	12
	3	Алгебра	12	Иностранный язык	10	Физика	8	Геометрия	12
	4	Русский язык	11	Вероятность и статистика	10	Геометрия	12	Физика	8
	5	Геометрия	12	Читательская грамотность	4	Русский язык	11	История	6
	6	Музыка	1	Литература	4	ИЗО	1	ИЗО	1
	7								
	Итого за день	50	Итого за день	49	Итого за день	50	Итого за день	50	
Четверг	1	Читательская грамотность	4	Русский язык	11	Литература	4	Читательская грамотность	4
	2	Иностранный язык	10	Алгебра	12	Вероятность и статистика	10	Иностранный язык	10
	3	Алгебра	10	Геометрия	12	Иностранный язык	10	Алгебра	10
	4	Русский язык	11	Физика	8	Алгебра	10	Русский язык	11
	5	Вероятность и статистика	10	Физическая культура	2	Русский язык	11	Вероятность и статистика	10
	6	Литература	4	Информатика	4	Читательская грамотность	4	Литература	4
	7								
	Итого за день	49	Итого за день	49	Итого за день	49	Итого за день	49	
Пятница	1	География	6	Русский язык	11	География	6	Русский язык	11
	2	Иностранный язык	10	Иностранный язык	10	Иностранный язык	10	Иностранный язык	10
	3	Русский язык	11	История	6	Русский язык	11	Информатика	4
	4	Информатика	4	География	6	Информатика	4	География	6
	5	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2
	6	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2
	7							Физическая культура	2
	Итого за день	35	Итого за день	37	Итого за день	35	Итого за день	37	

№ урочка	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности	
																	8а
Понедельник	1	Русский язык	7	Биология	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Биология	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	Химия	10	Химия	10	Физика	9	Химия	10	Химия	10	Иностранный язык	8	Химия	10	Физика	9
	3	Иностранный язык	8	Русский язык	7	Иностранный язык	8	Физика	9	Иностранный язык	8	Химия	10	Иностранный язык	8	Химия	10
	4	Физика	9	Физика	9	Химия	10	Иностранный язык	8	Физика	9	Физика	9	Физика	9	Иностранный язык	8
	5	Биология	7	Иностранный язык	8	Литература	4	Биология	7	Русский язык	7	Биология	7	Литература	4	Биология	7
	6	Литература	4	Литература	4	Биология	7	Литература	4	Литература	4	Литература	4	Биология	7	Литература	4
	7	Музыка	1	Музыка	1	Музыка	1	Физическая культура	2	Музыка	1	Музыка	1	Музыка	1	Музыка	1
		Итого за день	46	Итого за день	46	Итого за день	46	Итого за день	47	Итого за день	46	Итого за день	46	Итого за день	46	Итого за день	46
Вторник	1	Русский язык	7	История	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	История	8	Русский язык	7	История	8
	2	Алгебра	9	Алгебра	9	Алгебра	9	Алгебра	9	Алгебра	9	Алгебра	9	Алгебра	9	Алгебра	9
	3	История	8	Русский язык	7	История	8	Геометрия	10	История	8	Геометрия	10	История	8	Геометрия	10
	4	Геометрия	10	Геометрия	10	Геометрия	10	История	8	Геометрия	10	Русский язык	7	Геометрия	10	Русский язык	7
	5	География	6	Информатика	7	География	6	География	6	Информатика	7	Информатика	7	География	6	География	6
	6	Информатика	7	География	6	Информатика	7	Информатика	7	География	6	География	6	Информатика	7	Информатика	7
	7																
	8																
	Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	47	Итого за день	47	
Среда	1	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Обществознание	5	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	Вероятность и статистика	9	Химия	10	Вероятность и статистика	9	Химия	10	Вероятность и статистика	9	Алгебра	9	Вероятность и статистика	9	Алгебра	9
	3	Химия	10	Вероятность и статистика	9	Химия	10	Иностранный язык	8	Химия	10	Химия	10	Иностранный язык	8	Иностранный язык	8
	4	Алгебра	9	Иностранный язык	8	Алгебра	9	Алгебра	9	Алгебра	9	Иностранный язык	8	Алгебра	9	Вероятность и статистика	9
	5	Иностранный язык	8	Алгебра	9	Иностранный язык	8	Вероятность и статистика	9	Иностранный язык	8	Вероятность и статистика	9	Иностранный язык	8	Химия	10
	6	Обществознание	5	Обществознание	5	Обществознание	5	Обществознание	5	Обществознание	5	Обществознание	5	Русский язык	7	Обществознание	5
	7	Физическая культура	2	Физическая культура	2	Физическая культура	2	Музыка	1	Физическая культура	2	Физическая культура	2	Физическая культура	2	Физическая культура	2
	Итого за день	50	Итого за день	50	Итого за день	50	Итого за день	49	Итого за день	50	Итого за день	50	Итого за день	50	Итого за день	50	
Четверг	1	Естественно-научная грамотность	7	Естественно-научная грамотность	7	Естественно-научная грамотность	7	Естественно-научная грамотность	7	Естественно-научная грамотность	7	Естественно-научная грамотность	7	Естественно-научная грамотность	7	География	6
	2	Физика	9	Геометрия	10	Физика	9	Алгебра	9	Физика	9	Геометрия	10	Физика	9	Алгебра	9
	3	Алгебра	9	Физика	9	Алгебра	9	Геометрия	10	Алгебра	9	Физика	9	Алгебра	9	Физика	9
	4	Геометрия	10	Алгебра	9	Геометрия	10	Физика	9	Геометрия	10	Алгебра	9	Геометрия	10	Геометрия	10
	5	География	6	Физическая культура	2	География	6	Физическая культура	2	География	6	Физическая культура	2	География	6	Естественно-научная грамотность	7
	6	Физическая культура	2	География	6	Физическая культура	2	География	6	Физическая культура	2	География	6	ОБЗР	3	Физическая культура	2
	7																
	Итого за день	43	Итого за день	43	Итого за день	43	Итого за день	43	Итого за день	43	Итого за день	43	Итого за день	44	Итого за день	43	
Пятница	1	Биология	7	История	8	Биология	7	Биология	7	Биология	7	История	8	Биология	7	Литература	4
	2	История	8	Биология	7	История	8	Иностранный язык	8	История	8	Иностранный язык	8	История	8	Иностранный язык	8
	3	Иностранный язык	8	Иностранный язык	8	Иностранный язык	8	История	8	Иностранный язык	8	История	7	Иностранный язык	8	История	8
	4	Литература	4	Литература	4	Литература	4	ОБЗР	3	Литература	4	История Ставрополя/Финансы	8	Литература	4	История Ставрополя/Финансы	8
	5	История Ставрополя/Финансы	8	ОБЗР	3	История Ставрополя/Финансы	8	История Ставрополя/Финансы	8	История Ставрополя/Финансы	8	Литература	4	История Ставрополя/Финансы	8	Биология	7
	6	ОБЗР	3	История Ставрополя/Финансы	8	ОБЗР	3	Литература	4	Труд (технология)	1	ОБЗР	3	Физическая культура	2	ОБЗР	3
	7	Труд (технология)	1	Труд (технология)	1	Труд (технология)	1	Труд (технология)	1	ОБЗР	3	Труд (технология)	1	Труд (технология)	1	Труд (технология)	1
	Итого за день	39	Итого за день	39	Итого за день	39	Итого за день	39	Итого за день	39	Итого за день	39	Итого за день	38	Итого за день	39	

	№ урок а	Класс	Ранг трудно сти	Класс	Ранг трудно сти
День недели		10а		10б	
Понедельник	1	Литература	8	Химия	11
	2	Алгебра	10	Алгебра	10
	3	Химия	11	Геометрия	11
	4	Обществознание	5	Литература	8
	5	Обществознание	5	История	5
	6	Основы психологии	5	Физическая культура	1
	7	Физическая культура	1		
	8				
			Итого за день	45	Итого за день
Вторник	1	Русский язык	9	Литература	8
	2	Алгебра	10	Геометрия	11
	3	Литература	8	Физика	12
	4	Иностранный язык	8	Русский язык	9
	5	География	3	Биология	7
	6	Обществознание	5	Информатика	6
	7	Основы педагогики	5	Информатика	6
	8				
			Итого за день	48	Итого за день
Среда	1	Литература	8	Русский язык	9
	2	Геометрия	11	Алгебра	10
	3	Физика	12	Геометрия	11
	4	Физика	12	Физика	12
	5	История	5	Иностранный язык	8
	6	История Ставрополя/Педа	5	Обществознание	5
	7	Обществознание	5	Трудные случаи русской гр	9
	8				
			Итого за день	58	Итого за день
Четверг	1	Биология	7	Индивидуальный проект	10
	2	Геометрия	11	Вероятность и статистика	10
	3	Иностранный язык	8	Алгебра	10
	4	Информатика	6	Иностранный язык	8
	5	История	5	Литература	8
	6	Индивидуальный проект	10	Обществознание	5
	7			История	5
	8				
			Итого за день	47	Итого за день
Пятница	1	Русский язык	9	География	3
	2	Вероятность и статистика	10	Алгебра	10
	3	Иностранный язык	8	Иностранный язык	8
	4	История	5	Информатика	6
	5	История	5	Информатика	6
	6	Физическая культура	1	Физическая культура	1
	7	ОБЗР	2	ОБЗР	2
	8				
			Итого за день	40	Итого за день

	№ урочка	Класс	Ранг трудности	Класс	Ранг трудности
День недели		11а		11б	
Понедельник	1	Литература	8	История	5
	2	Алгебра	10	Алгебра	10
	3	Химия	11	Иностранный язык	8
	4	История	5	Информатика	6
	5	Обществознание	5	Вероятность и статистика	10
	6	Основы психологии	5	Физические явления	12
	7	Основы педагогики	5	ОБЗР	2
	8				
			Итого за день	49	Итого за день
Вторник	1	Русский язык	9	Русский язык	9
	2	Алгебра	10	Геометрия	11
	3	Физика	12	Физика	12
	4	Русский язык	9	Литература	8
	5	История	5	Информатика	6
	6	Обществознание	5	Информатика	6
	7	Физическая культура	1	Обществознание	5
	8				
			Итого за день	51	Итого за день
Среда	1	Литература	8	Русский язык	9
	2	Алгебра	10	Алгебра	10
	3	Физика	12	Геометрия	11
	4	Иностранный язык	8	Физика	12
	5	Иностранный язык	8	Иностранный язык	8
	6	Обществознание	5	Биология	7
	7	Педагогическая практика	5	Математические представл	10
	8				
			Итого за день	56	Итого за день
Четверг	1	Трудные случаи русской грамматики	9	Литература	8
	2	Геометрия	11	Алгебра	10
	3	Обществознание	5	Геометрия	11
	4	Биология	7	Химия	11
	5	Информатика	6	История	5
	6	География	3	Физическая культура	1
	7	История Ставрополя	5		
	8				
			Итого за день	46	Итого за день
Пятница	1	Литература	8	Обществознание	5
	2	Вероятность и статистика	10	Алгебра	10
	3	Иностранный язык	8	Иностранный язык	8
	4	История	5	Литература	8
	5	История	5	Информатика	6
	6	Физическая культура	1	География	3
	7	ОБЗР	2	Физическая культура	1
	8				
			Итого за день	39	Итого за день