

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к расписанию уроков и организации учебного процесса в 1-4-х классах ГБОУ школы № 297 Пушкинского района Санкт-Петербурга на 2026-2027 учебный год

Пояснительная записка к расписанию уроков составлена в соответствии с нормативными документами:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральная образовательная программа начального общего образования (далее – ФОП НОО), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №372 с изменениями в соответствии с приказами Минпросвещения: № 171 от 19 марта 2024 года, приказом № 704 от 9 октября 2024 года, приказом № 729 от 8 октября 2025 года;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 18 "Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.4282-26 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" (вместе с "СанПиН 2.3/2.4.4282-26. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы..."), зарегистрировано в Минюсте России 02.06.2026 № 86854;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 "Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.2.4283-26. Санитарные правила..."), зарегистрировано в Минюсте России 02.06.2026 № 86855;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 №115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - начального общего, основного общего и среднего общего образования» с изменениями в соответствии с приказами Минпросвещения: от 11 февраля 2022 года № 69, от 7 октября 2022 года № 888, от 5 декабря 2022 года № 1063, от 3 августа 2023 года № 581 от 29 сентября 2023 года № 731, от 4 марта 2025 года № 169, от 8 мая 2026 года № 316 (последняя редакция вступила в силу 1 сентября 2026 года);
- Федеральный закон от 24.09.2022 № 371-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего

образования» (с изменениями и дополнениями от 11 февраля, 7 октября, 5 декабря 2022 г., 3 августа, 29 сентября 2023 г., 4 марта 2025 г.).

— Устав ГБОУ школы № 297;

— Учебный план НОО ГБОУ школы №297 Пушкинского района Санкт-Петербурга на 2026-2027 учебный год;

— ООП НОО по обновленным ФГОС - 2021, принятой педагогическим советом ГБОУ школы № 297 Пушкинского района Санкт-Петербурга, протокол № 1 от «1» сентября 2026 г.

Расписание составлено в соответствии с Учебным планом образовательного учреждения на 2026 – 2027 учебный год, учебными программами по предметам, также учтены сведения о распределении учебной нагрузки учителей, сведения о количестве классов на начало учебного года. При формировании расписания уроков на 2026 - 2027 учебный год учитывались данные о дневном и недельном циклах изменения работоспособности учащихся и шкалы трудности учебных предметов (СанПиН 1.2.3685-21.).

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

Режим образовательной деятельности

Образовательное учреждение ГБОУ школа № 297 работает в режиме 5 – дневной рабочей недели. Учебная деятельность в школе проходит в одну смену, начало занятий в 8.30. Нулевые уроки не проводятся. Количество комплектов 1-4-х классов начальной школы – 14.

Образовательное учреждение осуществляет образовательный процесс по графику пятидневной учебной недели с двумя выходными днями.

В 1-х классах учебный план начального общего образования реализуется в соответствии с требованиями обновленного ФГОС начального общего образования.

Учебный план начального общего образования обеспечивает выполнение гигиенических требований к режиму образовательного процесса, установленных в СанПиН 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 № 19, и предусматривает:

— равномерное распределение образовательной недельной нагрузки в течение учебной недели для обучающихся 1-х классов, которая не превышает 4 уроков, один раз в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры;

- для обучающихся II-IV классов – 5 уроков;
- организацию между учебными часами перемен от 10 до 20 минут с учетом времени посещения обучающимися столовой;
- специальный режим обучения для обеспечения адаптационного периода: в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый; в ноябре, декабре по 4 урока по 35 минут каждый; в январе – мае по 4 урока по 40 минут каждый); в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;
- использование «специального» режима обучения, включающего в себя уроки в нетрадиционной форме, направленные на развитие обучающихся: целевые прогулки, экскурсии, уроки-театрализации, уроки-игры в соответствии с рабочими программами учителей (в зависимости от расписания уроков).

1 классы – 21 час.

Расписание звонков для 1 классов

1 полугодие		2 полугодие	
Компоненты учебного дня	Время урока и продолжительность отдыха	Компоненты учебного дня	Время урока и продолжительность отдыха
1 урок	8.35 – 9.10	1 урок	8.35 – 9.15
перемена	20 минут	перемена	15 минут
2 урок	9.30 – 10.05	2 урок	9.30 – 10.10
перемена	25 минут	перемена	20 минут
3 урок	10.30 – 11.05	3 урок	10.30 – 11.10
перемена	25 минут	перемена	20 минут
4 урок	11.30 – 12.05	4 урок	11.30 – 12.10
перемена		перемена	20 минут
		5 урок	12.30 – 13.10

Во 2-4 классах уроки проводятся по 40 минут.

Расписание звонков в 2026-2027 учебном году

	2 - 4 классы
Компоненты учебного дня	Время урока и продолжительность отдыха

1 урок	8.30 – 9.10
перемена	10 минут
2 урок	9.20 – 10.00
перемена	15 минут
3 урок	10.15– 10.55
перемена	15 минут
4 урок	11.10 – 11.50
перемена	20 минут
5 урок	12.10 – 12.50

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана общеобразовательного учреждения, не превышает величину недельной образовательной нагрузки.

2 – 4 классы – 23 часа.

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

- для обучающихся II-IV классов – не более 5 уроков при 5-дневной учебной неделе.

В расписании полностью реализован учебный план школы.

Расписание уроков в 1-4 классах составлено в соответствии с требованиями Санитарных правил и норм. Учтен ход дневной и недельной кривой умственной работоспособности учащихся.

При составлении расписания уроков используются таблица И.Г.Сивкова (1975 г.), в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

Шкала трудности учебных предметов для 1–4-х классов

Предмет	Количество баллов
Математика	8
Русский язык, иностранный язык	7
Окружающий мир	6

Предмет	Количество баллов
Литературное чтение	5
ОРКиСЭ	5
Изобразительное искусство, музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Современными научными исследованиями установлено, что биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста приходится на интервал 10 - 12 часов. В эти часы отмечается наибольшая эффективность усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма.

Поэтому в расписании уроков для обучающихся I ступени обучения образования основные предметы проводятся на 2-3-х уроках.

Неодинакова умственная работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели. Ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели.

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник. На этот день в расписание уроков включаются 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. Изложение нового материала, контрольные работы проводятся на 2 - 4 уроках в середине учебной недели.

Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку, не группируются в один день. После уроков физической культуры не проводятся уроки с письменными заданиями и контрольные работы.

В оздоровительных целях для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении созданы условия для ежедневной двигательной активности в объеме 2 ч. Этот объем складывается из проведения гимнастики до учебных занятий, физкультминуток на всех уроках с целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения, подвижных игр на переменах, на уроках физической культуры, прогулок на свежем воздухе в группах продленного дня, занятиях в спортивных секциях, занятиях танцами.

Выводы:

Расписание выдержано в соответствии с нормами СанПиН, но в отдельных классах наблюдаются отклонения от норм СанПиН. Продолжительность уроков и перемен соответствуют требованиям СанПин. Увеличение предельно допустимой нагрузки обучающихся отсутствует. Чередование в течение дня и недели основных предметов с уроками изобразительного искусства, музыки, технологии, физической культуры соблюдено. Внеурочная деятельность и работа ОДОД вынесены за пределы расписания обязательных учебных предметов.

Причины допущенных отклонений: В 1–4 классах уроки музыки, физической культуры (2 учителя), иностранного языка (4) ведут специалисты-предметники. Это учителя основной и средней школы, поэтому имеют место случаи, когда базовые предметы в начальной школе не попадают на 2 и 3 уроки, в связи с загруженностью специалистов.

Расписание уроков в 1-х классах ГБОУ школы № 297 на 1 четверть 2026 – 2027 учебного года

Класс		Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
1-А	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Русский язык	7
	2	Литературное чтение	5	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Окружающий мир	6
	3	Русский язык	7	Динамическая пауза		Динамическая пауза		Динамическая пауза		Динамическая пауза	
	4	Динамическая пауза		ИЗО/труд/музыка	3	Физическая культура	1	Математика	8	Математика	8
	5	Физическая культура	1								
			13		16		13		20		21
1-Б	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Русский язык	7	Динамическая пауза		Динамическая пауза		Динамическая пауза		Динамическая пауза	
	4	Динамическая пауза		Математика	8	Математика	8	Математика	8	ИЗО/труд/музыка	3
	5	Математика	8								
			20		20		14		20		16
1-В	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	8
	3	Русский язык	7	Динамическая пауза		Динамическая пауза		Динамическая пауза		Динамическая пауза	
	4	Динамическая пауза		Математика	8	ИЗО/труд	3	Математика	8	Физическая культура	1
	5	Музыка	3								
			15		20		15		20		15

Расписание уроков в 1-х классах ГБОУ школы № 297 на 2 четверть 2026 – 2027 учебного года

Класс		Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
1-А	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Музыка	3	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Физическая культура	1	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Окружающий мир	6
	4	Математика	8	Русский язык	7	Физическая культура	1	Изобразительное искусство	3	Труд (технология)	2
	5	Окружающий мир	6								
			22		23		21		23		20
1-Б	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Физическая культура	1
	4	Математика	8	Окружающий мир	6	Русский язык	7	Музыка	3	Труд (технология)	2
	5	Изобразительное искусство	3								
			23		26		21		23		16
1-В	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Музыка	3	Физическая культура	1	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	4	Русский язык	7	Математика	8	Изобразительное искусство	3	Труд (технология)	2	Физическая культура	1
	5	Окружающий мир	6								
			21		21		23		22		22

Расписание уроков в 1-х классах ГБОУ школы № 297 на 2 полугодие 2026 – 2027 учебного года

Класс		Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
1-А	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Музыка	3	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Физическая культура	1	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Окружающий мир	6
	4	Математика	8	Русский язык	7	Физическая культура	1	Изобразительное искусство	3	Труд (технология)	2
	5	Окружающий мир	6							Физическая культура	1
			22		23		21		23		21
1-Б	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7

	3	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Физическая культура	1
	4	Математика	8	Окружающий мир	6	Русский язык	7	Музыка	3	Труд (технология)	2
	5	Изобразительное искусство	3								
	6	Физическая культура	1								
			24		26		21		23		16
1-В	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Музыка	3	Физическая культура	1	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	4	Русский язык	7	Математика	8	Изобразительное искусство	3	Труд (технология)	2	Физическая культура	1
	5	Окружающий мир	6					Физическая культура	1		
			21		21		23		23		22

Расписание уроков 2 – 4 классов ГБОУ школы № 297 на 2026 – 2027 учебный год

Класс	№	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
2 А	1	Разговоры о важном	ВД	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Иностранный язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	3	Математика	8	Физическая культура	1	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8
	4	Русский язык	7	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2	Иностранный язык	7	Физическая культура	1
	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Музыка	3	Изобразительное искусство	3		
			27		27		25		30		22
2 Б	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	3	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8
	4	Иностранный язык	7	Окружающий мир	6	Физическая культура	1	Литературное чтение	5	Труд (технология)	2
	5	Изобразительное искусство	3	Музыка	3			Иностранный язык	7	Физическая культура	1
			25		29		21		33		23
2 В	1	Разговоры о важном	ВД	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Музыка	3	Математика	8	Математика	8
	3	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Физическая культура	1	Русский язык	7
	4	Физическая культура	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7
	5	Окружающий мир	6	Изобразительное искусство	3	Труд (технология)	2	Литературное чтение	5		
			22		30		25		27		27
2 Г	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2

	2	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Физическая культура	1	Математика	8
	3	Математика	8	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Иностранный язык	7
	4	Музыка	3	Русский язык	7	Изобразительное искусство	3	Русский язык	7	Русский язык	7
	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Физическая культура	1	Литературное чтение	5		
			23		33		24		27		24
3 А	1	Разговоры о важном	ВД	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Иностранный язык	7	Русский язык	7
	2	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Физическая культура	1
	3	Математика	8	Иностранный язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8
	4	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Музыка	3	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	5	Физическая культура	1	Литературное чтение	5	Изобразительное искусство	3	Труд (технология)	2		
			21		33		26		29		22
3 Б	1	Разговоры о важном	ВД	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Физическая культура	1	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8
	3	Иностранный язык	7	Математика	8	Иностранный язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	4	Математика	8	Музыка	3	Русский язык	7	Физическая культура	1	Изобразительное искусство	3
	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2	Литературное чтение	5		
			27		25		29		27		23
3 В	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Математика	8	Физическая культура	1	Математика	8
	3	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Иностранный язык	7
	4	Математика	8	Физическая культура	1	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2
	5	Музыка	3	Окружающий мир	6	Изобразительное искусство	3	Литературное чтение	5		
			23		27		30		27		24
3 Г	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Русский язык	7	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Русский язык	7
	3	Математика	8	Математика	8	Русский язык	7	Музыка	3	Математика	8
	4	Физическая культура	1	Изобразительное искусство	3	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Труд (технология)	2
	5	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7	Физическая культура	1			Иностранный язык	7
			22		30		27		23		29
4 А	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5
	2	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Математика	8	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	ОРКиСЭ (ОПК)	5
	4	Русский язык	7	Физическая культура	1	Иностранный язык	7	Физическая культура	1	Музыка	3
	5	Изобразительное искусство	3	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2	Литературное чтение	5		
			25		27		29		27		20
4 Б	1	Разговоры о важном	ВД	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5

	2	Математика	8	Математика	8	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Физическая культура	1	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Музыка	3
	4	Русский язык	7	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	ОРКиСЭ (ОРКНР)	5	Окружающий мир	6
	5	Литературное чтение	5	Изобразительное искусство	3	Труд (технология)	2	Иностранный язык	7		
			21		31		23		32		21
4 В	1	Разговоры о важном	ВД	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Иностранный язык	7
	2	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7
	3	Русский язык	7	Математика	8	Физическая культура	1	Русский язык	7	Математика	8
	4	Математика	8	Русский язык	7	Литературное чтение	5	ОРКиСЭ (ОСЭ)	5	Изобразительное искусство	3
	5	Литературное чтение	5	Физическая культура	1	Труд (технология)	2	Музыка	3		
			26		28		21		28		25