

Действующая редакция

Письмо Минпросвещения России от 17.12.2021 № 03-2161

## **О направлении методических рекомендаций**

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РФ**

**ПИСЬМО**

**от 17 декабря 2021 года № 03-2161**

### **О направлении методических рекомендаций**

Взамен ранее направленных письмом от 3 декабря 2021 года № 03-2068 методических рекомендаций Департамент государственной политики и управления в сфере общего образования предлагает итоговую версию методических рекомендаций по составлению расписания уроков для обучающихся, осваивающих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, разработанных федеральным государственным бюджетным научным учреждением "Институт возрастной физиологии Российской академии образования".

И.о. Директора Департамента  
М.А. Костенко

Приложение 2

Основные требования и рекомендации  
к составлению расписания для обучающихся начального общего  
образования

Показатель	Класс			
	1	2	3	4
Смена обучения	Только 1-я смена			
Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 6-ти дневной неделе	-	26	26	26
Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 5-	21	23	23	23

ти дневной неделе				
Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)	10	10	10	10
Объем максимально допустимой аудиторной нагрузки в течение дня (в академических часах)	Не более 4 уроков	не более 5 уроков	не более 5 уроков	не более 5 уроков
Общий объем нагрузки в течение дня (в академических часах)	4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры	5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры	5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры	5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры
Дневное расписание уроков (трудность предметов)	основные предметы проводятся на 2 - 3-х уроках	основные предметы проводятся на 2 - 3-х уроках	основные предметы проводятся на 2 - 3-х уроках	основные предметы проводятся на 2 - 3-х уроках
Недельное расписание уроков (трудность предметов)	Наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов должно приходиться на вторник и (или) среду. 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.			
Чередование разных видов деятельности	Основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры			

Приложение 3

### Примеры

составления расписания уроков для обучающихся начального общего образования

При составлении иллюстративных примеров учитывались только базовые учебные предметы Федерального компонента государственного образовательного стандарта начального общего образования: Русский язык, Литературное чтение,

Иностранный язык, Математика, Окружающий мир, Изобразительное искусство, Музыка, Технология, Физическая культура, Основы религиозных культур и светской этики (в ред. Приказа Минобрнауки России от 31.01.2012 № 69).

Примерное расписание уроков для обучающихся начального общего образования  
(пятидневная неделя)

дни	урок	1 класс		2 класс		3 класс
		предмет	ранг трудности	предмет	ранг трудности	предмет
Понедельник	1	литературное чтение	5	литературное чтение	5	литературное чтение
	2	математика	8	математика	8	математика
	3	физическая культура	1	русский язык	7	русский язык
	4			физическая культура	1	изобразительное искусство
	Итого за день		14		21	
Вторник	1	литературное чтение	5	окружающий мир	6	литературное чтение
	2	русский язык	7	математика	8	математика
	3	математика	8	русский язык	7	иностранный язык
	4	музыка	3	литературное чтение	5	русский язык
	5			изобразительное искусство	3	физическая культура
	Итого за день		23		29	
Среда	1	литературное чтение	5	литературное чтение	5	литературное чтение

	2	математика	8	математика	8	математика
	3	русский язык	7	русский язык	7	русский язык
	4	окружающий мир	6	иностранный язык	7	окружающий мир
	5	физическая культура	1	физическая культура	1	музыка
Итого за день			27		28	
Четверг	1	окружающий мир	6	литературное чтение	5	технология
	2	математика	8	математика	8	математика
	3	русский язык	7	русский язык	7	русский язык
	4	технология	2	музыка	3	физическая культура
Итого за день			23		23	
Пятница	1	литературное чтение	5	окружающий мир	6	литературное чтение
	2	русский язык	7	иностранный язык	7	окружающий мир
	3	изобразительное искусство	3	технология	2	иностранный язык
	4	физическая культура	1	физическая культура	1	физическая культура
Итого за день			16		16	

Примерное расписание уроков для обучающихся начального общего образования  
(шестидневная неделя)

Дни	урок	1 класс		2 класс		3 класс
		предмет	ранг	предмет	ранг	предмет

			трудности		трудности	
Понедельник	1			технология	2	литературное чтение
	2			русский язык	7	математика
	3			математика	8	окружающий мир
	4			физическая культура	1	физическая культура
	Итого за день				18	
Вторник	1			литературное чтение	5	литературное чтение
	2			математика	8	математика
	3			иностранный язык	7	русский язык
	4			изобразительное искусство	3	изобразительное искусство
	Итого за день				23	
Среда	1			литературное чтение	5	литературное чтение
	2			математика	8	математика
	3			русский язык	7	русский язык
	4			физическая культура	1	иностранный язык
	Итого за день				21	
Четверг	1			окружающий мир	6	технология

	2			литературное чтение	5	математика
	3			русский язык	7	русский язык
	4					физическая культура
	Итого за день				18	
Пятница	1			окружающий мир	6	литературное чтение
	2			математика	8	русский язык
	3			русский язык	7	окружающий мир
	4			физическая культура	1	музыка
	Итого за день				22	
Суббота	1			иностраннй язык	7	изобразительное искусство
	2			музыка	3	иностраннй язык
	3			литературное чтение	5	физическая культура
	Итого за день				15	

Приложение 2

Основные требования и рекомендации  
к составлению расписания для обучающихся основного общего и  
среднего общего образования

Показатель	Класс					
	5	6	7	8	9	10

Смена обучения	Только 1-я смена				Только 1-я смена	
Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 6-ти дневной неделе	32	33	35	36	36	37
Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) при 5-ти дневной неделе	29	30	32	33	33	34
Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)	10	10	10	10	10	10
Объем максимально допустимой аудиторной нагрузки в течение дня (в академических часах)	не более 6 уроков	не более 6 уроков	не более 7 уроков	не более 7 уроков	не более 7 уроков	не более 7 уроков
Общий объем нагрузки в течение дня (в академических часах)	не более 6 уроков	не более 6 уроков	не более 7 уроков	не более 7 уроков	не более 7 уроков	не более 7 уроков

Дневное расписание уроков (трудность предметов)	основные предметы проводятся на 2, 3, 4 уроках	основные предметы проводятся на 2, 3, 4 уроках	основные предметы проводятся на 2, 3, 4 уроках	основные предметы проводятся на 2, 3, 4 уроках	основные предметы проводятся на 2, 3, 4 уроках	основные предметы проводятся на 2, 3, 4 уроках
Недельное расписание уроков (трудность предметов)	Наибольшее количество баллов за день по сумме всех предметов должно приходиться на вторник и (или) среду. В расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности либо со средним баллом и наименьшим количеством баллов по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели.					
Чередование разных видов деятельности	Основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры				Предметы математического профиля чередовать с гуманитарными предметами	

Приложение 3

Примерное расписание уроков для обучающихся основного общего образования (пятидневная неделя)

дни	урок	5 класс		6 класс		7 класс
		предмет	ранг трудности	предмет	ранг трудности	предмет
Понедельник	1	история	5	литература	6	география
	2	математика	10	математика	13	алгебра
	3	иностранный язык	9	русский язык	12	физика
	4	русский язык	8	иностранный язык	11	русский язык
	5	технология	4	физическая культура	4	изобразительное искусство
	6					физическая культура
	Итого за день		36		46	



Вторник	1	география	7	литература	6	биология
	2	математика	10	математика	13	геометрия
	3	русский язык	8	русский язык	12	русский язык
	4	музыка	2	обществознание	9	физика
	5	иностраннный язык	9	физическая культура	4	иностраннный язык
	6	физическая культура	3	история	8	физическая культура
	7					
	Итого за день		39		52	
Среда	1	история	5	биология	8	история
	2	математика	10	русский язык	12	алгебра
	3	русский язык	8	математика	13	русский язык
	4	литература	4	русский язык	12	обществознание
	5	иностраннный язык	9	технология	3	биология
	6	физическая культура	3	география	7	литература
	7					технология
	Итого за день		39		55	
Четверг	1	литература	4	история	8	литература
	2	математика	10	русский язык	12	геометрия

	3	русский язык	8	математика	13	русский язык
	4	изобразительное искусство	3	иностранн язык	11	иностранн язык
	5	технология	4	технология	3	физическа культура
	6			физическая культура	4	
	Итого за день		29		51	
Пятница	1	литература	4	музыка	1	история
	2	биология	10	русский язык	12	алгебра
	3	математика	10	математика	13	иностранн язык
	4	русский язык	8	иностранн язык	11	география
	5	физическая культура	3	литература	6	информат
	6			изобразительное искусство	3	технологии
	7					музыка
	Итого за день		35		46	

Примерное расписание уроков для обучающихся основного общего образования  
(шестидневная неделя)

дни	урок	5 класс		6 класс		7 класс
		предмет	ранг трудности	предмет	ранг трудности	предмет
Понедельник	1	история	5	литература	6	география

	2	математика	10	математика	13	алгебра
	3	иностранн ый язык	9	русский язык	12	физика
	4	русский язык	8	физическая культура	4	русский я
	5	музыка	2			изобрази искусство
	6					
	Итого за день		34		35	
Вторник	1	география	7	литература	6	биология
	2	математика	10	математика	13	геометрия
	3	русский язык	8	русский язык	12	русский я
	4	иностранн ый язык	9	обществознание	9	физика
	5	физическая культура	3	физическая культура	4	физическа культура
	6			история	8	
	Итого за день		37		52	
Среда	1	история	5	биология	8	история
	2	математика	10	русский язык	12	алгебра
	3	русский язык	8	математика	13	русский я
	4	иностранн ый язык	9	иностранн ый язык	11	обществоз
	5	физическая	3	технология	3	биология

		культура				
	6					технологии
	Итого за день		35		47	
Четверг	1	литература	4	география	7	литература
	2	математика	10	русский язык	12	геометрия
	3	русский язык	8	математика	13	русский язык
	4	изобразительное искусство	3	иностранн язык	11	иностранн язык
	5	технология	4	физическая культура	4	физическа культура
	Итого за день		29		47	
Пятница	1	литература	4	музыка	1	история
	2	биология	10	русский язык	12	алгебра
	3	математика	10	математика	13	иностранн язык
	4	физическая культура	3	иностранн язык	11	география
	5			технология	3	технологии
	6					музыка
	Итого за день		27		40	
Суббота	1	литература	4	история	8	литература
	2	русский язык	8	русский язык	12	иностранн язык

	3	технология	4	литература	6	информатика
	4			изобразительное искусство	3	физическая культура
	Итого за день		16		29	

Примерное расписание уроков для обучающихся среднего общего образования для универсального обучения (непрофильное обучение, пятидневная неделя)

дни	урок	10 класс		11 класс	
		предмет	ранг трудности	предмет	ранг трудности
Понедельник	1	обществознание	5	обществознание	5
	2	физика	12	алгебра и начала анализа	10
	3	иностраный язык	8	иностраный язык	8
	4	алгебра и начала анализа	10	история	5
	5			физическая культура	1
	Итого за день		35		29
Вторник	1	литература	8	литература	8
	2	геометрия	11	химия	11
	3	химия	11	геометрия	10
	4	русский язык	9	иностраный язык	8
	5	история	5	информатика и ИКТ	6
	6	физическая культура	1	физическая культура	1

	Итого за день		45		44
Среда	1	биология	7	биология	7
	2	физика	12	физика	12
	3	иностранный язык	8	русский язык	9
	4	алгебра и начала анализа	10	алгебра и начала анализа	10
	5	литература	8	экономика	6
	6	география	3	география	3
	Итого за день		48		47
Четверг	1	обществознание	5	литература	8
	2	информатика и ИКТ	6	физика	12
	3	история	5	история	5
	4	экономика	6	ОБЖ	2
	5	технология	4	физическая культура	1
	6	физическая культура	1		
	Итого за день		27		28
Пятница	1	литература	8	литература	8
	2	геометрия	11	иностранный язык	8
	3	иностранный язык	8	геометрия	11
	4	ОБЖ	2	обществознание	5

	5	физическая культура	1	технология	4
	6				
	Итого за день		30		36

Примерное расписание уроков для обучающихся среднего общего образования для универсального обучения (непрофильное обучение, шестидневная неделя)

дни	урок	10 класс		11 класс	
		предмет	ранг трудности	предмет	ранг трудности
Понедельник	1	обществознание	5	обществознание	5
	2	физика	12	алгебра и начала анализа	10
	3	иностраннный язык	8	иностраннный язык	8
	4	алгебра и начала анализа	10	история	5
	5			физическая культура	1
	Итого за день		35		29
Вторник	1	литература	8	литература	8
	2	геометрия	11	химия	11
	3	химия	11	геометрия	10
	4	русский язык	9	иностраннный язык	8
	5	физическая культура	1	физическая культура	1
	6				

	Итого за день		40		38
Среда	1	биология	7	биология	7
	2	физика	12	физика	12
	3	литература	8	алгебра и начала анализа	10
	4	алгебра и начала анализа	10	экономика	6
	5	география	3	география	3
	Итого за день		40		38
Четверг	1	обществознание	5	литература	8
	2	информатика и ИКТ	6	физика	12
	3	история	5	история	5
	4	экономика	6	ОБЖ	2
	5	технология	4	физическая культура	1
	6	физическая культура	1		
	Итого за день		27		28
Пятница	1	литература	8	литература	8
	2	геометрия	11	иностраный язык	8
	3	иностраный язык	8	геометрия	11
	4	физическая культура	1	обществознание	5



	5				
	6				
	Итого за день		28		32
Суббота	1	история	5	информатика и ИКТ	6
	2	иностраннный язык	8	русский язык	9
	3	ОБЖ	2	технология	4
	Итого за день		15		19

© Материал из Справочной системы «Образование»

<https://vip.1obraz.ru>

Дата копирования: 21.01.2022