

**Пример расписания уроков  
по Федеральному учебному плану начального общего образования  
(Вариант 1. 5-дневная учебная неделя)**

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Понедельник		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*	
	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Физическая культура	1	Труд (технология)	2	Физическая культура	1	Русский язык	7
	4	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Труд (технология)	2
Итого баллов за день		21		22		21		22	
Вторник	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Русский язык	7	Физическая культура	1	Труд (технология)	2	Русский язык	7
	4	Труд (технология)	2	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Окружающий мир	6
	5			Музыка	3	Русский язык	7		
Итого баллов за день		22		24		29		26	
Среда	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Русский язык	7
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Иностранный язык	7
	4	Окружающий мир	6	Иностранный язык	7	Физическая культура	1	Окружающий мир	6
	5			Физическая культура	1			ИЗО	3
Итого баллов за день		26		28		22		31	

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Четверг	1	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	ОРКСЭ	6
	2	Математика	8	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8
	3	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Русский язык	7	Физическая культура	1
	4	Физическая культура	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Русский язык	7
	5					ИЗО	3	Литературное чтение	5
Итого баллов за день		22		25		29		27	
Пятница	1	Литературное чтение	5	ИЗО	3	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Физическая культура	1	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7
	4	Музыка	3	Окружающий мир	6	Музыка	3	Музыка	3
	5	ИЗО	3					Физическая культура	1
Итого баллов за день		19		24		22		23	

Примечание: Балл – балл трудности; ИЗО – изобразительное искусство; ОРКСЭ – основы религиозных культур и светской этики.  
 \*«Разговоры о важном» – внеурочные занятия (проводятся в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы (п. 3.4.16 санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28).

**Пример расписания уроков**  
**по Федеральному учебному плану начального общего образования**  
**(Вариант 2. 1 кл. - 5-дневная учебная неделя, 2 - 4 кл. - 6-дневная учебная неделя)**

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Понедельник		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*	
	1	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Физическая культура	1
	2	Математика	8	Математика	8	Литературное чтение	5	Математика	8
	3	Физическая культура	1	Музыка	3	Физическая культура	1	Литературное чтение	5
	4	Русский язык	7			Иностранный язык	7	Русский язык	7
Итого баллов за день		21		18		20		21	
Вторник	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	ОРКСЭ	6
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Иностранный язык	7
	3	Русский язык	7	Физическая культура	1	ИЗО	3	Физическая культура	1
	4	Труд (технология)	2	Русский язык	7	Окружающий мир	6	Русский язык	7
Итого баллов за день		22		21		22		21	
Среда	1	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7	Труд (технология)	2
	4	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Музыка	3	Русский язык	7
Итого баллов за день		26		26		23		23	
Четверг	1	Окружающий мир	6	Русский язык	7	Русский язык	7	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
		3	Русский язык	7	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Русский язык
	4	Физическая культура	1	Литературное чтение	5	Иностранный язык	7	Окружающий мир	6
Итого баллов за день		22		21		23		26	
Пятница	1	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Русский язык	7	Математика	8	Иностранный язык	7
	3	Физическая культура	1	Труд (технология)	2	Русский язык	7	Музыка	3
	4	Музыка	3	Иностранный язык	7			Русский язык	7
	5	ИЗО	3						
Итого баллов за день		19		22		20		22	
Суббота	1			Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	ИЗО	3
	2			Иностранный язык	7	Русский язык	7	Математика	8
	3			ИЗО	3	Труд (технология)	2	Физическая культура	1
	4			Физическая культура	1	Физическая культура	1	Литературное чтение	5
Итого баллов за день				16		16		17	

Примечание: Балл – балл трудности; ИЗО – изобразительное искусство; ОРКСЭ – основы религиозных культур и светской этики.

\*«Разговоры о важном» – внеурочные занятия (проводятся в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы (п. 3.4.16 санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28).

**Пример расписания уроков**  
**по Федеральному учебному плану начального общего образования**  
**(Вариант 3. 5-дневная учебная неделя с изучением родного языка или обучением на родном языке)**

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Понедельник		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*	
	1	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Математика	8	Математика	8
	3	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	4	Окружающий мир	6	Музыка	3	Физическая культура	1	ИЗО	3
	5					ИЗО	3		
Итого баллов за день		19		23		24		23	
Вторник	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Музыка	3	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Русский язык	7
	4	Русский язык	7	Физическая культура	1	Русский язык	7	Физическая культура	1
	5			Окружающий мир	6			Литературное чтение	5
Итого баллов за день		23		27		27		27	
Среда	1	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	ОРКСЭ	6
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	4	Родной язык	7	Иностранный язык	7	Труд (технология)	2	Иностранный язык	7
		Литературное чтение на РЯ	5						

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
		5			ИЗО	3	Родной язык	7	Труд (технология)
Итого баллов за день		27/25		30		30		30	
Четверг	1	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Физическая культура	1	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	4	Русский язык	7	Родной язык	7	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6
	5							Физическая культура	1
Итого баллов за день		22		27		26		27	
Пятница	1	Русский язык	7	Литературное чтение на РЯ	5	Литературное чтение на РЯ	5	Родной язык	7
								Литературное чтение на РЯ	5
	2	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	ИЗО	3	Математика	8	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7
	4	Труд (технология)	2	Труд (технология)	2	Музыка	3	Музыка	3
	5			Физическая культура	1	Физическая культура	1		
Итого баллов за день		20		23		23		24/22	

Примечание: Балл – балл трудности; ИЗО – изобразительное искусство; ОРКСЭ – основы религиозных культур и светской этики; Литературное чтение на РЯ – литературное чтение на родном языке; Родной язык – родной язык и (или) государственный язык республики Российской Федерации.

\* «Разговоры о важном» – внеурочные занятия (проводятся в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы (п. 3.4.16 санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28).

**Пример расписания уроков**  
**по Федеральному учебному плану начального общего образования**  
**(Вариант 4. 1 кл. - 5-дневная учебная неделя, 2 - 4 кл. - 6-дневная учебная неделя с изучением родного языка)**

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Понедельник		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*	
	1	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Литературное чтение	5	Физическая культура	1
	4	Окружающий мир	6	Русский язык	7			ОРКСЭ	6
Итого баллов за день		19		21		20		22	
Вторник	1	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Музыка	3	Литературное чтение	5	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5
	4	Русский язык	7	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Русский язык	7
Итого баллов за день		23		26		26		26	
Среда	1	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Русский язык	7
	2	Математика	8	Математика	8	Литературное чтение на РЯ	5	Литературное чтение	5
	3	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Математика	8	Иностранный язык	7
	4	Родной язык	7	Иностранный язык	7	Физическая культура	1	Физическая культура	1
		Литературное чтение на РЯ	5						
	5					Родной язык	7	Родной язык	7

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Итого баллов за день		27/25		27		28		27	
Четверг	1	Окружающий мир	6	Литературное чтение на РЯ	5	Русский язык	7	Окружающий мир	6
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Физическая культура	1	Русский язык	7	Труд (технология)	2	Литературное чтение на РЯ	5
	4	Русский язык	7	Музыка	3	Родной язык	7	Русский язык	7
Итого баллов за день		22		23		24		26	
Пятница	1	Русский язык	7	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	ИЗО	3	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Музыка	3
	4	Труд (технология)	2	Родной язык	7	Иностранный язык	7	Иностранный язык	7
Итого баллов за день		20		21		20		22	
Суббота	1		ИЗО	3	Окружающий мир	6	Труд (технология)	2	
	2		Иностранный язык	7	Музыка	3	Математика	8	
	3		Родной язык	7	Русский язык	7	ИЗО	3	
	4		Труд (технология)	2	ИЗО	3	Родной язык	7	
Итого баллов за день				19		19		20	

Примечание: Балл – балл трудности; ИЗО – изобразительное искусство; ОРКСЭ – основы религиозных культур и светской этики; Литературное чтение на РЯ – литературное чтение на родном языке; Родной язык – родной язык и (или) государственный язык республики Российской Федерации.

\*«Разговоры о важном» – внеурочные занятия (проводятся в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы (п. 3.4.16 санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28).



**Пример расписания уроков**  
**по Федеральному учебному плану начального общего образования**  
**(Вариант 5. 1 кл. - 5-дневная учебная неделя, 2 - 4 кл. - 6-дневная учебная неделя с обучением на родном языке)**

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Понедельник		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*		Разговоры о важном*	
	1	ИЗО	3	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Русский язык	7
	4	Русский язык	7	Родной язык	7	Родной язык	7	Физическая культура	1
Итого баллов за день		19		21		21		21	
Вторник	1	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Литературное чтение	5
	2	Русский язык	7	Математика	8	Математика	8	Математика	8
	3	Математика	8	Литературное чтение	5	ИЗО	3	Родной язык	7
	4	Труд (технология)	2	Музыка	3	Русский язык	7	Окружающий мир	6
Итого баллов за день		22		23		25		26	
Среда	1	Литературное чтение	5	Русский язык	7	Литературное чтение на РЯ	5	ОРКСЭ	6
	2	Математика	8	Окружающий мир	6	Математика	8	Математика	8
	3	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Родной язык	7	Русский язык	7
	4	Окружающий мир	6	Родной язык	7	Окружающий мир	6	Родной язык	7
Итого баллов за день		26		27		26		28	
Четверг	1	Окружающий мир	6	Окружающий мир	6	Литературное чтение	5	Литературное чтение на	5

День недели	Урок	1 класс		2 класс		3 класс		4 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
								РЯ	
	2	Математика	8	Математика	8	Математика	8	Иностранный язык	7
	3	Литературное чтение на РЯ	5	Русский язык	7	Иностранный язык	7	Русский язык	7
	4	Музыка	3	Литературное чтение на РЯ	5	Русский язык	7	Окружающий мир	6
	5							Труд (технология)	2
Итого баллов за день		22		26		27		27	
Пятница	1	Русский язык	7	Литературное чтение	5	Литературное чтение	5	Родной язык	7
	2	Литературное чтение	5	Математика	8	Русский язык	7	Русский язык	7
	3	Физическая культура	1	Физическая культура	1	Окружающий мир	6	Музыка	3
	4	Родной язык	7	Русский язык	7	Музыка	3	Иностранный язык	7
Итого баллов за день		20		21		21		24	
Суббота	1			ИЗО	3	Труд (технология)	2	ИЗО	3
	2			Родной язык	7	Русский язык	7	Литературное чтение	5
	3			Иностранный язык	7	Физическая культура	1	Математика	8
	4			Труд (технология)	2	Родной язык	7	Физическая культура	1
Итого баллов за день				19		17		17	
Примечание: Балл – балл трудности; ИЗО – изобразительное искусство; ОРКСЭ – основы религиозных культур и светской этики; Литературное чтение на РЯ – литературное чтение на родном языке; Родной язык – родной язык и (или) государственный язык республики Российской Федерации. *«Разговоры о важном» – внеурочные занятия (проводятся в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы (п. 3.4.16 санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28)).									