«Утверждаю»

Директор школы:

\_\_\_\_\_\_Н.И.Козлова

«01» сентября 2024 г.

***Расписание уроков и график интенсивности учебной нагрузки в 1 «а» классе 2024-2025 учебного года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Понедельник***   1. ***Литературное чтение (5 б.)*** 2. ***Математика (8б.)*** 3. ***Русский язык (7 б)***   Дин. Пауза (20 мин)   1. ***Труд (технология) (2 б)***   ***(22б.)*** | ***Вторник***   1. ***Физическая культура(1 б.)*** 2. ***Математика (8 б.)*** 3. ***Русский язык (7б )***   Дин. Пауза (20 мин)   1. ***Окружающий мир (6б.)*** 2. ***(22б.)*** |
| ***Среда***   1. ***Литературное чтение (5 б.)*** 2. ***Математика (8 б.)*** 3. ***Русский язык (7 б.)***   Дин. Пауза (20 мин)   1. ***Окружающий мир (6 б.)*** 2. ***Физическая культура (1 б)***     ***(27б.)*** | ***Четверг***   1. ***Литературное чтение (5 б)*** 2. ***Русский язык (7 б.)*** 3. ***Математика (8 б.)***   Дин. Пауза (20 мин)   1. ***Музыка (3 б.)***   ***(23б.)*** |
| ***Пятница***  ***1. Литературное чтение–(5 б.)***  ***2. Учебный предмет «Математика» (8 б.)***  ***3. Русский язык (7 б.)***  Дин. Пауза (20 мин)  ***4. Изобразительное искусство (3 б.)***  ***(23б.)*** | |

**График недельной учебной нагрузки**

**Гигиенические выводы по составлению расписания в 1 «А» классе:**

Расписание уроков в 1 «а» классе на 2024-2025 учебный год составлено с гигиеническими требованиями к расписанию уроков в начальных классах при пятидневной учебной неделе.

Поэтому в расписании уроков для младших школьников основные предметы проводятся на втором - третьих уроках. Неодинакова умственная работоспособность учащихся и в разные дни учебной недели. Уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник 22 балла) и в конце (пятница 23 балла) недели.

Для обучающихся в 1 «а» классе распределена учебная нагрузка в недельном цикле таким образом, чтобы ее наибольшая интенсивность (по сумме баллов за день) приходится на среду и четверг (27 и 23 балла). На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности. В то время как четверг (23 балла), понедельник (22 балла), пятница (23 балла) несколько облегченные дни.