«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.