«Утверждаю»

Директор школы:

\_\_\_\_\_\_Н.И.Козлова

 «01» сентября 2024 г.

***Расписание уроков и график интенсивности учебной нагрузки в 3 «а» классе 2024-2025 учебного года***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Понедельник***1. ***Физическая культура (1б.)***
2. ***Математика (8б.)***
3. ***Русский язык (7б.)***
4. ***Окружающий мир (6б.)***

***(22 балла)*** | ***Вторник***1. ***Литературное чтение (5б.)***
2. ***Иностранный язык (7б.)***
3. ***Математика (8б.)***
4. ***Русский язык (7б.)***
5. ***Изобразительное искусство (3б.)***

***(30б.)*** |
| ***Среда***1. ***Литературное чтение (5б.)***
2. ***Русский язык (7б.)***
3. ***Математика (8б.)***
4. ***Иностранный язык (7б.)***
5. ***Окружающий мир (4б.)***

***(28 баллов)*** | ***Четверг***1. ***Физическая культура (1б.)***
2. ***Литературное чтение (5б.)***
3. ***Математика (8б.)***
4. ***Русский язык (7б.)***
5. ***Труд (технология) (2б.)***

 ***(23б.)*** |
| ***Пятница***1. ***Литературное чтение (5б.)***
2. ***Учебный предмет «Математика» (8б.)***
3. ***Русский язык (7б.)***
4. ***Музыка (3б.)***

 ***(23 балла)*** |

**График недельной учебной нагрузки**

**Гигиенические выводы по составлению расписания во 3 «а» классе:**

 Расписание уроков в 3 «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 балл) и в конце (пятница 23 балла) недели.

 Для обучающихся во 3 «а» классе распределена учебная нагрузка в недельном цикле таким образом, чтобы ее наибольшая интенсивность (по сумме баллов за день) приходится на вторник и среду (30 баллов и 28 баллов ). На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности. В то время как четверг (23 баллов), понедельник (22 балла), пятница (23 балла) несколько облегченные дни.