

# *Расписание для 1 класса*

Подготовила:  
Хушова Лола,  
студентка 42 группы

# Расписание

| Понедельник         | Вторник        | Среда               | Четверг             | Пятница                   |
|---------------------|----------------|---------------------|---------------------|---------------------------|
| Математика          | Окружающий мир | Русский язык        | Окружающий мир      | Литературное чтение       |
| Русский язык        | Русский язык   | Литературное чтение | Математика          | Русский язык              |
| Литературное чтение | Математика     | Математика          | Русский язык        | Физическая культура       |
| Физическая культура | Музыка         | Физическая культура | Литературное чтение | Изобразительное искусство |
|                     | Технология     |                     |                     |                           |

**Количество баллов по  
общеобразовательным предметам в  
соответствии с таблицей И.Г. Сивко**

$$\text{Понедельник} = 8 + 7 + 5 + 1 = 21$$

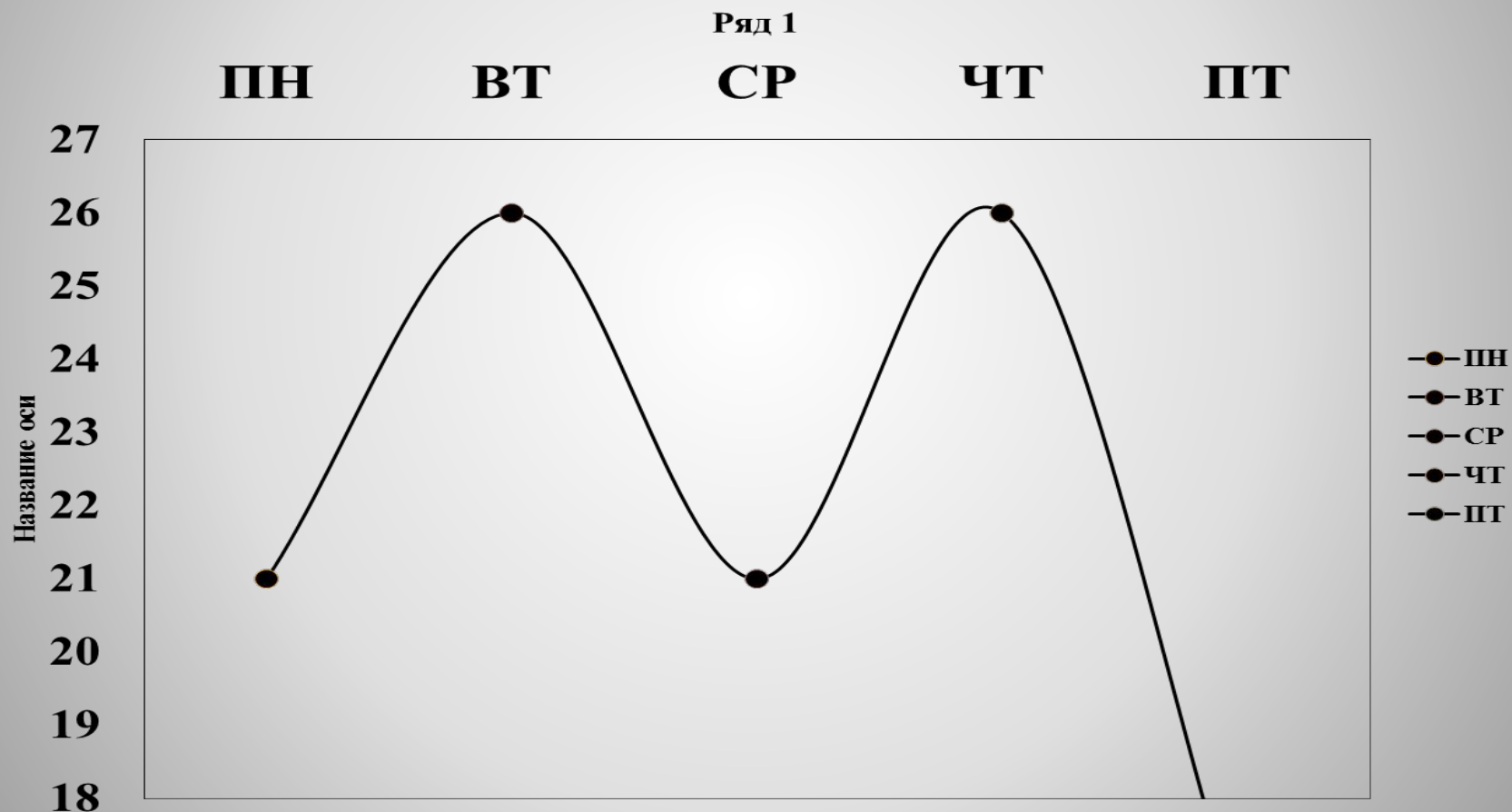
$$\text{Вторник} = 6 + 7 + 8 + 3 + 2 = 26$$

$$\text{Среда} = 7 + 5 + 8 + 1 = 21$$

$$\text{Четверг} = 6 + 8 + 7 + 5 = 26$$

$$\text{Пятница} = 5 + 7 + 1 + 3 = 16$$

# График в соответствии с таблицей И.Г. Сивко



## *Расписание:*

- Соответствует БУП – базисный учебный план (недельная нагрузка – 21 час, каждый предмет соответствует количеству часов в неделю);
- Максимальная нагрузка падает на вторник и четверг;
- На 2-3 уроках проводятся основные предметы (русский язык, математика);
- Каждый день 1 класса по 4 урока, за исключением вторника-5 уроков.

## ***Вывод:***

- Гигиенические требования к расписанию уроков учтены;
- Образуется дуга с двумя подъёмами (вторник и четверг) при наименьшей сумме баллов в пятницу. Уровень нагрузки к концу недели снижается;
- Уровень нагрузки к концу недели снижается. Пятница - облегчённый день.