

Расписание для 3 класса

Выполнила:

Анюкова Екатерина

43 группа

| День недели | Урок | 3 класс |
|-------------|------|---------------------|
| Понедельник | 1 | Литературное чтение |
| | 2 | Математика |
| | 3 | Русский язык |
| | 4 | Физкультура |
| | 5 | |
| Вторник | 1 | Окружающий мир |
| | 2 | Математика |
| | 3 | Музыка |
| | 4 | Русский язык |
| | 5 | Технология |
| Среда | 1 | Литературное чтение |
| | 2 | Русский язык |
| | 3 | ИЗО |
| | 4 | Физкультура |
| | 5 | |
| Четверг | 1 | Литературное чтение |
| | 2 | Русский язык |
| | 3 | Физкультура |
| | 4 | Математика |
| | 5 | Английский язык |
| Пятница | 1 | Литературное чтение |
| | 2 | Русский язык |
| | 3 | Математика |
| | 4 | Окружающий мир |
| | 5 | Английский язык |

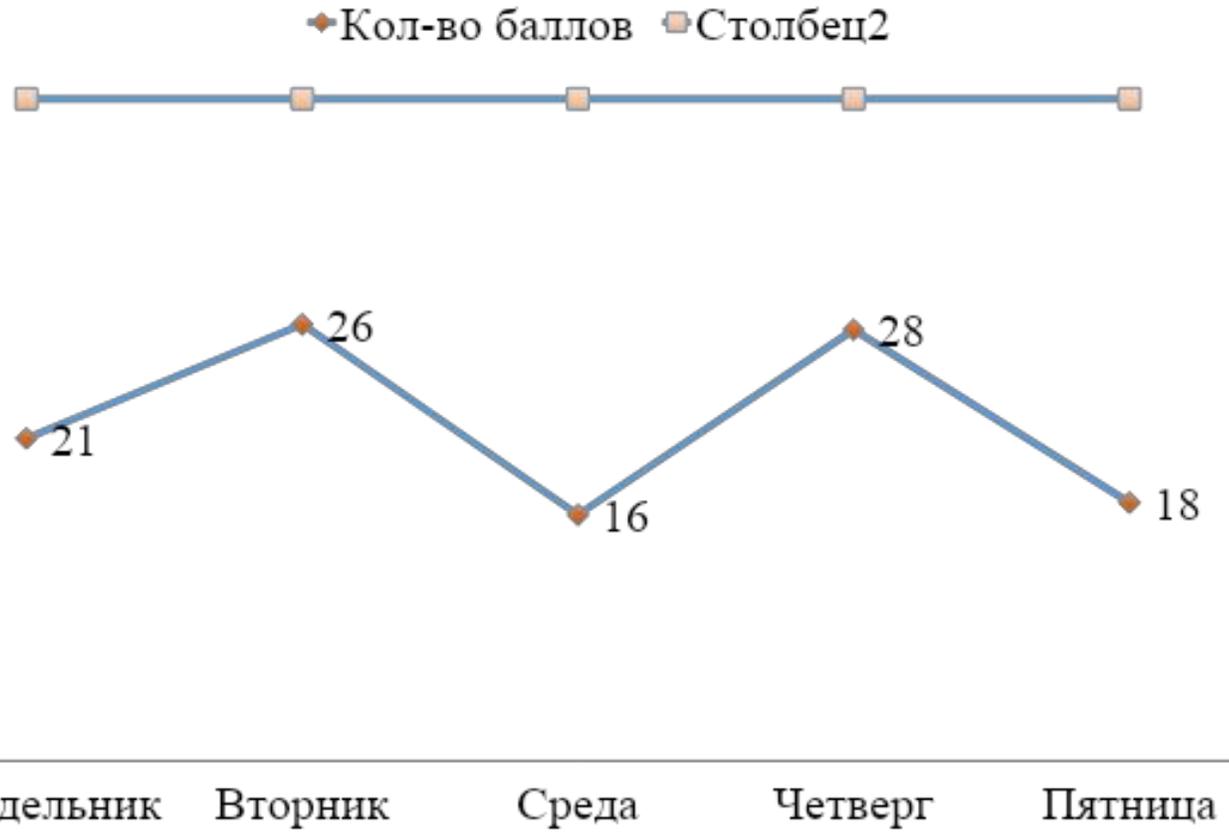
Гигиенические рекомендации

1. Основные предметы стоят 2,3,4 уроком;
2. Во вторник и четверг наибольшая нагрузка;
3. Физкультура последним уроком
4. Наибольшее количество баллов в соответствии со шкалой трудностей Сивкова за день приходится на Вт и Чт.

Таблица трудностей Сивкова

| предмет | кол-во баллов по трудности |
|---------------------|----------------------------|
| математика | 8 |
| русский язык | 7 |
| иностраннный язык | 7 |
| природоведение | 6 |
| ИКТ | 6 |
| литературное чтение | 5 |
| история | 4 |
| ИЗО | 3 |
| музыка | 3 |
| труд | 2 |
| физическая культура | 1 |

| | |
|-----------|------------------------------------|
| ПН | $5+8+7+1 = 21$ |
| ВТ | $6+8+3+7+2 = 26$ |
| СР | $5+7+3+1 = 16$ |
| ЧТ | $5+7+1+8+7 = 28$ |
| ПТ | $5+7+1+8+7 = 28$ |



Расписание составлено в соответствии с:

1. Требованиями санитарных правил и норм СанПин 2.4.2. 1178-02 МЗ РФ 28.11.02 № 44;
2. Инструктивно-методическим письмом КО от 7.05.01 № 1052 ОК и ГС, МО РФ от 22.02.99 № 220 11-12 о недопустимости перегрузок учащихся начальной школы;
3. Базисным учебным планом.
4. В соответствии с таблицей трудностей Сивкова.