

# Расписание уроков для 3 класса

Подготовила: Хидиятуллина  
Эльвина

# Количество часов по базисному учебному плану

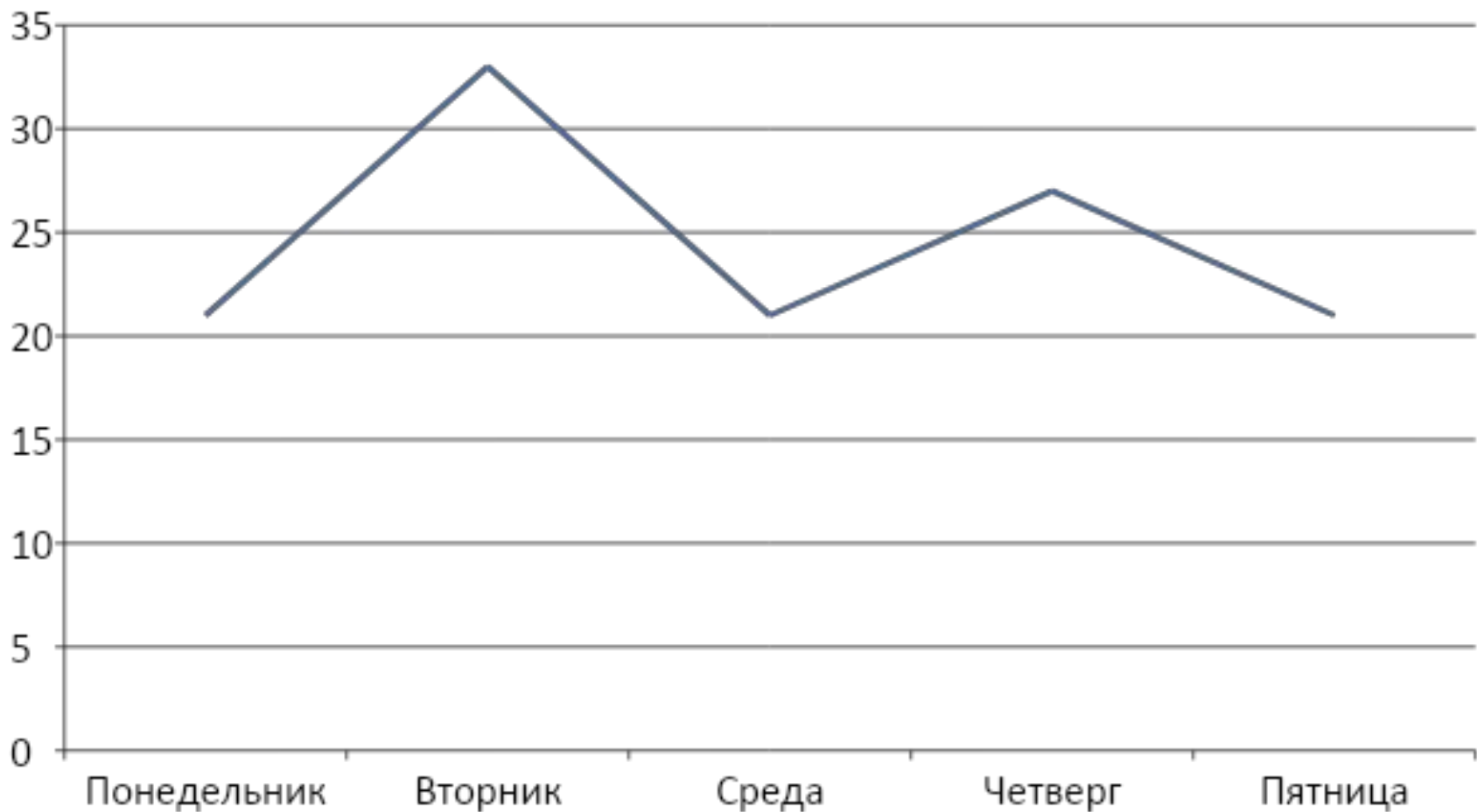
Учебные предметы	Количество часов в неделю
Русский язык	5
Литературное чтение	4
Иностранный язык	2
Математика	4
Окружающий мир	2
Музыка	1
Изобразительное искусство	1
Технология	1
Физическая культура	1
<b>Итого</b>	<b>23</b>

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1. Чтение 2. Математика 3. Русский язык 4. Физ. культура	1. Ин. язык 2. Математика 3. Русский язык 4. Чтение 5. Окружающий мир	1. ИЗО 2. Русский язык 3. Музыка 4. Физ. культура 5. Ин. язык	1. Чтение 2. Математика 3. Русский язык 4. Физ. культура 5. Окружающий мир	1. Чтение 2. Математика 3. Русский язык 4. Технология

# Шкала трудности по таблице К.Г. Сивкова

Название предмета	Количество баллов
Математика	8
Русский язык и иностранный язык	7
Окружающий и информатика	6
Литература	5
История	4
Рисование и музыка	3
Труд	2
Физическая культура	1

# График по шкале трудности



# Гигиенические рекомендации к расписанию уроков

- С 10-12 часов – эффективность усвоения материала при наименьших затратах организма
- Основные предметы на 2-3 уроках
- Неодинаковая умственная работоспособность обучающихся в разные дни учебной недели. Её уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (пн) и в конце (пт) недели.
- Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольшей её объем приходится на вт и (или) ср.
- Изложение нового материала, к/р следует проводить на 2-4-х уроках в середине учебной недели.
- Предметы, требующие больших затрат времени на домашнюю подготовку, не должны группироваться в один день.
- Занятия физической культурой рекомендуется предусматривать в числе последних уроков. После уроков физической культуры не проводятся уроки с письменным

## Расписание составлено в соответствии с нормативными документами:

- требования санитарных правил и норм СанПин 2.4.2 1178-02 МЗ РФ 28.11.02 №44
- инструктивно-методическое письмо КО от 7.05.01 №1052 ОК и ГС, МО РФ от 22.02.99 №220/11-12 о недопустимости перегрузок учащихся НОО
- БУП (базисный учебный план) на основе ФГОС
- таблица К.Г. Сивкова