

Пример расписания уроков для обучающихся основного общего образования (пятидневная неделя)

День недели	Урок	5 класс		6 класс		7 класс		8 класс		9 класс	
		Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл	Предмет	Балл
Понедельник	1	История	5	Литература	6	География	6	Обществознание	5	Русский язык	6
	2	Математика	10	Математика	13	Алгебра	10	Геометрия	10	Химия	12
	3	Иностранный язык	9	Иностранный язык	11	Физика	8	Русский язык	7	Иностранный язык	9
	4	Русский язык	8	Русский язык	12	Русский язык	11	История	8	Алгебра	7
	5	Технология	4	ФК	4	ИЗО	1	Технология	1	ФК	2
	6	-	-	-	-	ФК	2	ФК	2	-	-
Сумма баллов за учебный день			36		46		38		33		36
Вторник	1	География	7	Литература	6	Биология	7	Биология	7	Обществознание	5
	2	Математика	10	Математика	13	Геометрия	12	Геометрия	10	Физика	13
	3	Русский язык	8	Русский язык	12	Русский язык	11	Физика	9	Иностранный язык	9
	4	Музыка	2	Обществознание	9	Физика	8	Иностранный	8	История	10

								язык			
	5	Иностранный язык	9	ФК	4	Иностранный язык	10	Русский язык	7	Русский язык	6
	6	ФК	3	История	8	ФК	2	Информатика	7	Литература	7
	7	-	-	-	-	-	-	ФК	2	Технология	4
Сумма баллов за учебный день			39		52		50		50		54
Среда	1	История	5	Биология	8	История	6	География	6	География	5
	2	Математика	10	Математика	13	Алгебра	10	Химия	10	Физика	13
	3	Русский язык	8	Русский язык	12	Русский язык	11	Алгебра	9	История	10
	4	Литература	4	Русский язык	12	Обществознание	9	Иностранный язык	8	Химия	12
	5	Иностранный язык	9	Технология	3	Биология	7	Русский язык	7	Геометрия	8
	6	ФК	3	География	7	Литература	4	ОБЖ	3	ФК	2
	7	-	-	-	-	Технология	2	-	-	-	-
Сумма баллов за учебный день			39		55		49		43		57
Четверг	1	Литература	4	История	8	Литература	4	Литература	4	Биология	7

	2	Математика	10	Русский язык	12	Геометрия	12	Физика	9	Геометрия	8
	3	Русский язык	8	Математика	13	Русский язык	11	Иностранный язык	8	Алгебра	7
	4	Изобразительное искусство	3	Иностранный язык	11	Иностранный язык	10	Алгебра	9	Информатика	7
	5	Технология	4	Технология	3	ФК	2	Биология	7	Литература	7
	6	-	-	ФК	4	-		ФК	2	ОБЖ	3
Сумма баллов за учебный день			29		51		39		39		39
Пятница	1	Литература	4	Музыка	1	История	6	География	6	География	5
	2	Биология	10	Русский язык	12	Алгебра	10	Химия	10	Иностранный язык	9
	3	Математика	10	Математика	13	Иностранный язык	10	Алгебра	9	Алгебра	7
	4	Русский язык	8	Иностранный язык	11	География	6	История	8	Русский язык	6
	5	ФК	3	Литература	6	Информатика	4	Технология	1	Биология	7
	6	-	-	ИЗО	3	Технология	2	Литература	4	Литература	7
	7	-	-	-	-	Музыка	1	Музыка	1	ФК	2

Сумма баллов за учебный день	35		46		39		39		43
Примечание: <*> - балл - балл трудности; ФК - физическая культура; ИЗО - изобразительное искусство.									