

Рассмотрен
педагогическим советом
МБОУ «СШ№10»
28 августа 2026 года
Протокол № 10

УТВЕРЖДЕНО
Приказом и.о. директора
МБОУ «СШ№10»
Приказ № 279
от «31» августа 2026 г.

**Учебный план
основного общего образования
обучающихся с ЗПР по варианту ФАОП 7
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Средняя школа №10 с углубленным изучением отдельных предметов»
Вышневолоцкого муниципального округа Тверской области
на 2026-2027 учебный год**

Пояснительная записка

Учебный план МБОУ «Средняя школа №10 углубленным изучением отдельных предметов» (далее- школа), реализующий адаптированную основную общеобразовательную программу основного общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант7) (далее - АООП ООО ЗПР (вариант7)), обеспечивает достижение обучающимися планируемых результатов освоения основной общеобразовательной программы основного общего образования, установленных федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (далее - ФГОС ООО).

Учебный план утвержден с учетом мнения Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся школы, принят решением Педагогического совета школы.

Учебный план является частью АООП ООО ЗПР (вариант7) (пункт3.1, раздел 3).

Учебный план школы сформирован в соответствии с следующими нормативными документами:

- Федеральным Законом Российской Федерации “Об образовании в Российской Федерации” от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Приказом Министерством образования и науки Российской Федерации “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования” от 31.05.2021 № 287;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования” от 22.03.2021 №115;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации “Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья” от 24.11.2022 № 1025 (зарегистрировано в Минюсте России 21.03.2023 № 72653).
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации “Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 “Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи” от 28.09.2020 № 28 (далее СП 2.4.3648-20);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации “Об утверждении Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21
- «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания” от 28.01.2021 №2(далее СанПиН 1.2.3685-21);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации “Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 “Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)” № СП 3.1/2.4.3598-20, 16, 3.1/2.4.3598-20 от 30.06.2020;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации “Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников” от 26.06.2025 № 495;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации “Об утверждении перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования” от 09.06.2016 № 699;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации “О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования” от 09.10.2024 №704;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации “О внесении изменений в некоторые приказы Министерсва образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения

Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования” от 18.06.2025 № 467;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации “О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования” от 08.10.2025 №729;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации “О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования” от 10.11.2025 №808.

Учебный план АООП ООО ЗПР (вариант7):

- фиксирует максимальный объем учебной нагрузки обучающихся с ЗПР;

- определяет (регламентирует) перечень учебных предметов, курсов и время, отводимое на их освоение и организацию;

- распределяет учебные предметы, курсы, модули по классам и учебным годам.

Учебный план АООП ООО ЗПР (вариант 7) обеспечивает выполнение гигиенических требований к режиму образовательного процесса, установленных СП 2.4.3648-20 и предусматривает нормативный срок освоения АООП ООО ЗПР (вариант 7) 5 лет (5-9 классы).

Учебный год начинается 1 сентября, заканчивается 26 мая.

Учебный год условно делится на четверти, продолжительность которых устанавливается годовым календарным учебным графиком школы.

Продолжительность учебного года основного общего образования составляет 34 недели.

Учебный план обеспечивает реализацию АООП ООО ЗПР (вариант 7) на русском языке.

Для профилактики переутомления обучающихся, в годовом календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул, продолжительность которых составляет не менее 9 календарных дней.

Учебные занятия проводятся в первую смену пятидневной рабочей недели. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана,

состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не превышает величину недельной образовательной нагрузки, установленную СП 2.4.3648-20.

Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- Для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков,
- Для обучающихся 7-9 классов - не более 7 уроков. Начало занятий в 08 часов 30 минут.

Продолжительность урока составляет 40 минут.

Проведение нулевых уроков запрещено. Продолжительность перемен между уроками составляет 20 минут.

Расписание уроков в школе составляется с учетом кривой умственной работоспособности обучающихся в течение учебного дня и учебной недели с соблюдением режима ранжирования предметов по баллам. В течение учебного дня проводятся трудные и более легкие уроки для восприятия, что снижает утомляемость обучающихся и их перегрузку.

Для устранения перегрузки обучающихся во время урока в каждом классе проводятся физкультурные паузы гимнастика для глаз, предусмотренная СП 2.4.3648-20.

Объем домашних заданий (по всем предметам) предполагает затраты времени на его выполнение, не превышающие (в астрономических часах):

- В 5 классах - 2 ч.,
- В 6-8 классах - до 2,5 ч.
- В 9 классах – 3,5 часа.

Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут.

Коррекционно-развивающие занятия проводятся как в первую половину, так и во вторую половину дня с перерывом не менее 20-30 минут после последнего урока.

Таким образом, удается обеспечить достаточный отдых обучающихся, равномерно распределить в течение дня все необходимые учебные нагрузки.

Формы промежуточной аттестации

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация в школе проводятся в соответствии с Положением “О формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся”.

Текущий контроль успеваемости и промежуточная аттестация обучающихся являются объектом внутренней системы оценки качества образования в школе и отражают динамику достижения обучающимися планируемых результатов освоения адаптированных основных общеобразовательных программ основного общего образования.

Промежуточная аттестация проводится по итогам каждой учебной четверти, учебного года.

Фиксация результатов промежуточной аттестации обучающихся осуществляется по пятибалльной системе (минимальный балл - 2, максимальный балл - 5).

Промежуточная аттестация проводится по каждому учебному предмету, курсу, предусмотренному учебным планом.

Фиксация результатов промежуточной аттестации осуществляется в электронном журнале.

Отметка обучающемуся за четверть выставляется на основе результатов текущего контроля (не менее трех отметок в четверти) с учетом отметки, рекомендуемой АИСУ “Параграф”. В случае, если рекомендуемая отметка составляет 2.5, 3.5, 4.5 обучающемуся выставляется отметка с учетом правил математического округления (в пользу обучающегося).

Отметка обучающемуся за учебный год выставляется на основе результатов промежуточной аттестации по итогам всех учебных четвертей с учетом применения правил нахождения среднего арифметического: отметки по итогам учебных четвертей складываются и делятся на количество учебных периодов. В случае, если результат расчета составляет 2.5, 3.5, 4.5, обучающемуся выставляется отметка с учетом правил математического округления (в пользу обучающегося).

Школа при реализации АООП ООО ЗПР (вариант 7) выбирает:

- учебники из числа входящих в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.

- учебные пособия, выпущенные организациями, входящими в перечни организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.

Норма обеспеченности образовательной деятельности учебными изданиями определяется исходя из расчета:

- не менее одного учебника в печатной и (или) электронной форме, достаточного для освоения программы учебного предмета на каждого обучающегося по каждому учебному предмету, входящему в обязательную часть учебного плана основных общеобразовательных программ;

- не менее одного учебника в печатной и (или) электронной форме или учебного пособия, достаточного для освоения программы учебного предмета на каждого обучающегося по каждому учебному предмету, входящему в часть, формируемую участниками образовательных отношений, учебного плана основных общеобразовательных программ.

Учебный план может быть реализован с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования (Статья 16 Федерального закона “Об образовании в Российской Федерации” от 29.12.2012 № 273-ФЗ).

Реализация учебного плана с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий может осуществляться с применением мессенджера МАХ информационно-коммуникационной платформы “Сферум” и цифровой образовательной среды ФГИС “Моя школа”.

Учебный план состоит из двух частей — обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Обязательная часть учебного плана определяет состав учебных предметов обязательных предметных областей для всех имеющих государственную аккредитацию образовательных организаций, реализующих образовательную программу основного общего образования, и учебное время, отводимое на их изучение по классам (годам) обучения.

Часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений, определяет время, отводимое на изучение учебных предметов, учебных курсов, учебных модулей по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, с целью удовлетворения различных интересов, потребностей в физическом развитии и совершенствовании, а также учитывающие этнокультурные интересы, особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР на уровне основного общего образования.

В учебных планах количество часов в неделю на коррекционные курсы указано на одного обучающегося.

Учебный план предполагает изучение английского языка в рамках предмета «Иностранный язык».

В целях обеспечения эффективной адаптации обучающихся к новым условиям обучения на уровне основного общего образования из части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений в 5 - 6 классах выделяется 1 час в неделю для дополнительно изучения предмета «Биология».

В целях формирования фундаментальных представлений по предмету «География» в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений, в 5,6 и 8 классах в объеме 1 час в неделю введены учебные курсы «За страницами учебника географии» и «Занимательная география».

В целях дополнительной подготовки обучающихся к освоению предмета «Геометрия» в 9-м классе в часть, формируемую участниками образовательных отношений, введен курс «Решение геометрических задач».

Изучение учебного предмета «Труд (технология)» в 5-9 классах построено по модульному принципу и включает обязательные для изучения инвариантные модули, реализуемые в рамках, отведенных на учебный предмет часов («Производство и технологии», «Компьютерная графика. Черчение», «Робототехника», «3D-моделирование, прототипирование, макетирование»). При проведении уроков по предмету «Труд (технология)» обучающиеся делятся на группы.

При проведении занятий по иностранному языку, информатике, а также по физике и химии (во время проведения практических занятий) осуществляется деление классов на две группы с учетом норм по предельно допустимой наполняемости групп.

В учебном плане количество часов на изучение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» составляет 2 часа в неделю, третий час реализован образовательной организацией за счет часов внеурочной деятельности и (или) за счет посещения обучающимися спортивных секций. Так же введен модуль «Спортивные игры» в 5-м классе по 1 часу в неделю в первом полугодии, в 7,8 классах по 1 часу в неделю в течение года.

Внеурочная деятельность является обязательным компонентом учебного плана.

Коррекционно-развивающая область, согласно требованиям ФГОС ООО, является обязательной частью внеурочной деятельности и представлена групповыми и индивидуальными коррекционно-развивающими занятиями, направленными на коррекцию дефекта развития обучающихся с задержкой психического развития и формирование навыков адаптации личности в современных жизненных условиях.

Внеурочная деятельность формируется из часов, необходимых для обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся с ОВЗ и в сумме составляет 10 часов в неделю на каждый класс, из которых 5 часов предусматривается на реализацию обязательных занятий коррекционно-развивающей области, остальные часы – на внеурочную деятельность по другим направлениям.

Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия проводятся с одним обучающимся продолжительностью до 25 минут. Частота посещений индивидуальных коррекционно-развивающих занятий для каждого обучающегося определяется решением школьного психолого-медико-педагогического консилиума по результатам проведенной психолого-педагогической, логопедической, дефектологической диагностик. Групповые коррекционно-развивающие занятия с обучающимися проводятся в соответствии с расписанием занятий внеурочной деятельности.

Психолого-медико-педагогическое сопровождение обучающихся в процессе освоения АООП ООО ЗПР (вариант 7) реализуется в урочное и внеурочное время и осуществляется специалистами службы психолого-медико-педагогического сопровождения: педагогами-психологами, учителями-логопедами, учителями-дефектологами, медицинскими работниками. Учебный план сохраняет преемственность изучаемых учебных предметов на каждом уровне общего образования.

При реализации АООП ООО ЗПР (вариант 7) созданы специальные условия, обеспечивающие освоение обучающимися содержания образовательной программы в полном объеме с учетом их особых образовательных потребностей и особенностей здоровья.

Учебный план вступает в силу с 1 сентября 2026 года.

**Недельный учебный план основного общего образования
обучающихся с ЗПР (вариант 7)
на 2026-2027 учебный год**

Учебные предметы, курсы, модули	Количество часов					
	5	6	7	8	9	Всего
<i>Русский язык</i>	5	6	4	3	3	21
<i>Литература</i>	3	3	2	2	3	13
<i>Иностранный язык (английский)</i>	2	3	3	3	3	14
<i>Духовно-нравственная культура России</i>	0,5					0,5
<i>Математика</i>	5	5				10
<i>Алгебра</i>			3	3	3	9
<i>Геометрия</i>			2	2	2	6
<i>Информатика</i>			1	1	1	3
<i>Вероятность и статистика</i>			1	1	1	3
<i>История</i>	3	3	3	3	2	14
<i>Обществознание</i>					1	1
<i>География</i>	1	1	2	2	2	8
<i>Биология</i>	1	1	1	2	2	7
<i>Физика</i>			2	2	3	7
<i>Химия</i>				2	2	4
<i>Музыка</i>	1	1	1	1		4
<i>Изобразительное искусство</i>	1	1	1			3
<i>Труд (Технология)</i>	2	2	2	1	1	8
<i>Физическая культура</i>	2	2	2	2	2	10
<i>Основы безопасности и защиты Родины</i>				1	1	2
Всего часов в обязательной части	26,5	28	30	31	32	147,5
ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА						
Учебный курс «Практикум по геометрии»					1	1
Учебный курс «Лабораторный практикум по биологии»	1	1	1			3
Учебный курс «Карта - язык географии»	1	1				2
Учебный курс «Практикум по географии»				1		1
Учебный курс «Спортивные игры»	0,5		1	1		2,5
Всего часов в части, формируемой участниками образовательного процесса	2,5	2	2	2	1	9,5
ИТОГО ЧАСОВ	29	30	32	33	33	157
<i>Максимально допустимая учебная нагрузка</i>	<i>29</i>	<i>30</i>	<i>32</i>	<i>33</i>	<i>33</i>	<i>157</i>
<i>Учебные недели</i>	<i>34</i>	<i>34</i>	<i>34</i>	<i>34</i>	<i>34</i>	<i>170</i>
<i>Внеурочная деятельность (включая коррекционно- развивающую область)</i>		<i>10</i>				
Коррекционный курс: “Коррекционно-развивающие занятия: психокоррекционные (психологические и дефектологические)”		3				
Коррекционный курс: “Логопедические занятия”		2				
Другие направления внеурочной деятельности		5				

**Годовой учебный план основного общего образования
обучающихся с ЗПР (вариант 7)
на 2026-2027 учебный год**

Учебные предметы, курсы, модули	Количество часов					
	5	6	7	8	9	Всего
<i>Русский язык</i>	170	204	136	102	102	714
<i>Литература</i>	102	102	68	68	102	442
<i>Иностранный язык (английский)</i>	68	102	102	102	102	476
<i>Духовно-нравственная культура России</i>	0,5					17
<i>Математика</i>	170	170				340
<i>Алгебра</i>			102	102	102	306
<i>Геометрия</i>			68	68	68	204
<i>Информатика</i>			34	34	34	102
<i>Вероятность и статистика</i>			34	34	34	102
<i>История</i>	102	102	102	102	68	476
<i>Обществознание</i>					34	34
<i>География</i>	34	34	68	68	68	272
<i>Биология</i>	34	34	34	68	68	238
<i>Физика</i>			68	68	102	238
<i>Химия</i>				68	68	136
<i>Музыка</i>	34	34	34	34		136
<i>Изобразительное искусство</i>	34	34	34			102
<i>Труд (Технология)</i>	68	68	68	34	34	272
<i>Физическая культура</i>	68	68	68	68	68	340
<i>Основы безопасности и защиты Родины</i>				34	34	68
Всего часов в обязательной части	901	952	1020	1054	1088	5015
ЧАСТЬ, ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА						
Учебный курс «Практикум по геометрии»					34	34
Учебный курс «Лабораторный практикум по биологии»	34	34	34			102
Учебный курс «Карта - язык географии»	34	34				68
Учебный курс «Практикум по географии»				34		34
Учебный курс «Спортивные игры»	17		34	34		85
Всего часов в части, формируемой участниками образовательного процесса	85	68	68	68	34	323
ИТОГО ЧАСОВ	986	1020	1088	1122	1122	5338
<i>Максимально допустимая учебная нагрузка</i>	986	1020	1088	1122	1122	5338
<i>Учебные недели</i>	34	34	34	34	34	170
<i>Внеурочная деятельность (включая коррекционно-развивающую область)</i>		340				
Коррекционный курс: “Коррекционно-развивающие занятия: психокоррекционные (психологические и дефектологические)”		102				
Коррекционный курс: “Логопедические занятия”		68				
Другие направления внеурочной деятельности		170				

