

Утверждаю  
Директор школы

---

Е.И. Ануфриев  
Приказ № УК-3  
от « 30 » 08 2024г

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**по адаптированной основной**  
**общеобразовательной программе начального общего образования**  
**для обучающихся с умеренной умственной отсталостью**  
**(интеллектуальными отклонениями)**  
**(индивидуальное обучение на дому)**  
**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**  
**«Новомитропольская средняя школа»**  
**На 2024-2025 учебный год**  
**Пояснительная записка**

В соответствии с пунктом 5 статьи 12 Федерального закона «Об образовании в РФ»: «образовательные программы самостоятельно разрабатываются и утверждаются организацией, осуществляющей образовательную деятельность, если настоящим Федеральным законом не установлено иное». Следовательно, образовательная организация самостоятельна в разработке и утверждении учебного плана как составной части адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью. Нормативные правовые основания формирования учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (с 01.09.2016 г.):

- приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 (пункт 2.9.3 основного текста и приложения, пункт 2.9.10 приложения) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Федеральной адаптированной образовательной программой обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее - ФАООП УО)

Учебный план АООП (вариант 2) для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с тяжелыми и множественными нарушениями развития (далее – учебный план) обеспечивает введение в действие и реализацию требований Стандарта, определяет общий объем нагрузки и максимальный объем учебной нагрузки обучающихся, состав и структуру образовательных областей, учебных предметов по годам обучения.

Представленный учебный план образовательной организации МБОУ «Новомитропольская средняя школа», реализующей адаптированные основные общеобразовательные программы для обучающихся с умственной отсталостью, ориентирован на обучающихся 1-4 классов с умеренной, тяжелой и глубокой умственной

отсталостью. Данный документ является составной частью организационного раздела адаптированной основной общеобразовательной программы школы (вариант 2), фиксирует общий объем нагрузки, максимальный объём аудиторной нагрузки, состав и структуру обязательных предметных областей, распределяет учебное время, отводимое на их освоение по учебным предметам для 1-4 классов обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью.

Учебный план имеет обязательную часть, часть, формируемую участниками образовательных отношений, коррекционно-развивающую область, внеурочную деятельность.

Данный учебный план для обучающихся 1-4-х классов составлен с учётом максимальной величины недельной образовательной нагрузки при 5-дневной учебной неделе в соответствии с СП 2.4.3648-20. Продолжительность каникул в течение учебного года для всех обучающихся составляет около 30 календарных дней, летом — не менее 8 недель. Продолжительность учебного года для обучающихся 1 класса составляет 33 учебных недели, так как для профилактики переутомления в годовом календарном учебном графике предусмотрены дополнительные каникулы недельной продолжительности.

Продолжительность учебных занятий в 1 классе составляет до 35 минут, продолжительность перемен между уроками – не менее 10 минут. Имеются 2 перемены по 20 минут каждая, кроме того для обучающихся 1 класса предусмотрено проведение ежедневной динамической паузы за счет увеличения продолжительности перемены после третьего урока не менее 45 минут, из которых не менее 30 минут отводится на организацию двигательного-активных видов деятельности обучающихся.

Основное направление работы с каждым обучающимся 1 класса в начале обучения - это уточнение его образовательного маршрута в процессе учебной деятельности, определение адекватности форм организации его обучения и воспитания.

Обучающиеся 1-4 классов с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР характеризуются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается своеобразное нарушение всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического; затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи, что требует для большей части обучающихся использование разнообразных средств невербальной коммуникации.

Внимание отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, неустойчивости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий. У части детей с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, рассогласованность, неловкость движений. У других – повышенная возбудимость сочетается с хаотичной нецеленаправленной деятельностью.

Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков и др.

Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с незрелостью волевых процессов дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Учет типологических особенностей с позиции специальной психологии и педагогики позволяет решать задачи организации условий обучения и воспитания детей в образовательной организации путем введения специальных учебных предметов и коррекционных курсов.

Учебный план документом и разработан с учётом выбора родителей (часть, формируемая участниками образовательных отношений, раздел внеурочной деятельности), коррекционно-развивающая область формировалась с учётом рекомендаций ППК.

Учебный план для обучающихся 1-4 классов включает следующие **предметы:**

#### ***Речь и альтернативная коммуникация***

Цель обучения – формирование коммуникативных и речевых навыков с использованием средств вербальной и невербальной коммуникации, умения пользоваться ими в процессе социального взаимодействия. Смысл поэтапное планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов в доступных для ребенка пределах. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 4 класс по 1 часу в неделю.

#### ***Математические представления***

Основная задача - обучение элементарным математическим представлениям о форме, величине; формирование количественных (дочисловых), пространственных, временных представлений, учить различать и сравнивать предметы по форме, величине, удаленности. Формировать представления о количестве, числе, знакомить с цифрами, составом числа в доступных ребенку пределах. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 4 класс по 1 часу в неделю.

#### ***Окружающий природный мир***

Основными задачами программы являются: формирование представлений об объектах и явлениях неживой природы, формирование временных представлений, формирование представлений о растительном и животном мире. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 4 класс по 1 часу в неделю.

#### ***Человек***

Содержание обучения в рамках указанного предмета включает формирование представлений о себе как «Я», и своем ближайшем окружении, осознание общности и различий «Я» от других. Формирование умений решать каждодневные жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей, способствуя повышению уровня самостоятельности в процессе самообслуживания. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 4 класс по 1 часу в неделю.

#### ***Окружающий социальный мир***

Цель обучения: формировать представления о мире, созданном руками человека, вызывая интерес к объектам, созданным человеком; представления об окружающих людях, о социальной жизни, о профессиональных и социальных ролях людей. Развивать межличностные и групповые отношения, способствуя накоплению положительного опыта ребенка. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 4 класс по 1 часу в неделю.

#### ***Музыка и движение***

Педагогическая работа с ребенком с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и с ТМНР направлена на его социализацию и интеграцию в общество. Одним из важнейших средств в этом процессе является музыка. Физические недостатки могут

ограничивать желание и умение танцевать, но музыка побуждает ребенка двигаться иными способами. У человека может отсутствовать речь, но он, возможно, будет стремиться к подражанию и воспроизведению мелодии доступными ему средствами. Задача педагога состоит в том, чтобы музыкальными средствами помочь ребенку научиться воспринимать звуки окружающего его мира, сделать его отзывчивым на музыкальный ритм, мелодику звучания разных жанровых произведений. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 4 класс по 0,5 часа в неделю.

### ***Изобразительная деятельность***

Педагог работает над освоением обучающимися доступных средств изобразительной деятельности на занятиях лепкой, аппликацией, рисованием, предлагая использование различных изобразительных технологий. У обучающихся воспитывается эмоциональное отношение к миру, формируются восприятие, воображение, память, зрительно-двигательная координация. На занятиях по аппликации, лепке, рисованию дети имеют возможность выразить себя как личность, проявить интерес к деятельности или к предмету изображения, доступными для них способами осуществить выбор изобразительных средств. Многообразие используемых в изобразительной деятельности материалов и техник позволяет включать в этот вид деятельности всех детей без исключения. Разнообразие используемых техник делает работы детей выразительнее, богаче по содержанию, доставляет им много положительных эмоций. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 2 класс по 1 часу в неделю, с 3-4 класса по 0,5 часа в неделю.

### ***Адаптивная физкультура***

Учитель обучает восприятию собственного тела, осознанию своих физических возможностей и ограничений, способствует освоению доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств). Развивает двигательные умения обучающихся, координацию, последовательность движений; учит определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др., повышая уровень самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений. Срок реализации программы 4 года. С 1 по 4 класс по 0,5 часа в неделю.

## **Коррекционно-развивающая область**

### ***Сенсорное развитие***

Сенсорное развитие направлено на формирование полноценного восприятия окружающей действительности. Первой ступенью познания мира является чувственный опыт человека. Успешность умственного, физического, эстетического воспитания в значительной степени зависит от качества сенсорного опыта детей, т.е. от того, насколько полно ребенок воспринимает окружающий мир. У детей с ТМНР сенсорный опыт спонтанно не формируется. Чем тяжелее нарушения у ребенка, тем значительнее роль развития чувственного опыта: ощущений и восприятий. Дети с ТМНР наиболее чувствительны к воздействиям на сохранные анализаторы, поэтому педагогически продуманный выбор средств и способов сенсорного воздействия будет благоприятствовать их дальнейшему психическому и физическому развитию.

### ***Предметно-практические действия***

Вследствие органического поражения ЦНС у детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР процессы восприятия, памяти, мышления, речи, двигательных и других функций нарушены или искажены, поэтому формирование предметных действий происходит со значительной задержкой. У многих детей с ТМНР, достигших школьного возраста, действия с предметами остаются на уровне неспецифических манипуляций. В этой связи ребенку необходима специальная обучающая помощь, направленная на формирование разнообразных видов предметно-практической деятельности. Обучение начинается с формирования элементарных

специфических манипуляций, которые со временем преобразуются в произвольные целенаправленные действия с различными предметами и материалами.

### ***Двигательное развитие***

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. У большинства детей с ТМНР имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому работа по обогащению сенсомоторного опыта, поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков является целью занятий.

### ***Альтернативная коммуникация***

Развитие личности, формирование общей культуры, соответствующей общепринятым нравственным и социокультурным ценностям, формирование необходимых для самореализации и жизни в обществе практических представлений, учений и навыков, позволяющих достичь обучающимся максимально возможной самостоятельности и независимости в повседневной жизни.

Организация занятий **по направлениям внеурочной деятельности** является неотъемлемой частью образовательного процесса в общеобразовательной организации. Образовательные организации предоставляют обучающимся возможность выбора широкого спектра занятий, направленных на их развитие. Выбор направлений внеурочной деятельности и распределение на них часов самостоятельно осуществляется общеобразовательной организацией в рамках общего количества часов, предусмотренных учебным планом.

**Внеурочная деятельность** для обучающихся 1-4 классов с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, ТМНР в МБОУ «Новомитропольская средняя школа» реализуется через организацию работы с детьми учителями классными руководителями:

Основной целью внеурочной деятельности является создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для социализации каждого обучающегося с умственной отсталостью.

Реализация учебного плана предполагает овладение обучающимися знаниями, умениями и навыками в различных образовательных областях («академический» компонент), накопление доступных навыков коммуникации, самообслуживания, бытовой и доступной трудовой деятельности, а также перенос сформированных представлений и умений в собственную деятельность (компонент «жизненной компетенции»), подготовит обучающегося к использованию приобретенных в процессе образования умений для активной жизни в семье и обществе.

Итогом образования человека с умственной отсталостью, с ТМНР является нормализация его жизни. Под нормализацией понимается такой образ жизни, который является привычным и необходимым для подавляющего большинства людей: жить в семье, решать вопросы повседневной жизнедеятельности, выполнять полезную трудовую деятельность.

Представленный учебный план является основой для составления индивидуального учебного плана для каждого обучающегося на дому ребенка 1-4 класса с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР. На основании заключения врачебной комиссии и заявления родителей образовательное учреждение решает вопрос об организации образования конкретного ребенка на дому. Вопросы организации и содержания индивидуального обучения детей на дому регламентированы следующими нормативными документами:

- федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- устав школы;

- положение школы «Об организации индивидуального обучения на дому в МБОУ «Новомитропольская средняя школа».

На основе представленного учебного плана образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, ТМНР разрабатываются индивидуальные учебные планы для каждого обучаемого на дому с учетом его психофизических и индивидуальных особенностей (сопровождается характерной пояснительной запиской). Распределение количества часов индивидуального учебного плана по предметам осуществляется по согласованию с родителями (законными представителями) из расчета 8 учебных часов в неделю для каждого обучаемого.

При организации образования на основе СИПР, индивидуальная недельная нагрузка обучающегося может варьироваться. Так, с учетом примерного учебного плана организация, реализующая вариант 2 АООП, составляет ИУП для каждого обучающегося, в котором определен индивидуальный набор учебных предметов и коррекционных курсов с указанием объема учебной нагрузки. Различия в индивидуальных учебных планах объясняются разнообразием образовательных потребностей, индивидуальных возможностей и особенностей развития обучающихся.

В индивидуальных учебных планах детей с наиболее тяжелыми нарушениями развития, как правило, преобладают занятия коррекционной направленности, у детей с менее выраженными нарушениями развития больший объем учебной нагрузки распределится на предметные области. Некоторые дети, испытывающие трудности адаптации к условиям обучения в группе, могут находиться в организации ограниченное время, объем их нагрузки также лимитируется индивидуальным учебным планом и отражается в расписании занятий.

Чередование учебной и внеурочной деятельности в рамках реализации АООП и СИПР определяет образовательная организация.

Коррекционные курсы реализуются, как правило, в форме индивидуальных занятий. Выбор дисциплин коррекционно-развивающей направленности для индивидуальных и групповых занятий, их количественное соотношение может осуществляться образовательной организацией самостоятельно, исходя из особенностей развития обучающихся с умственной отсталостью и на основании рекомендаций ОТПМПК, ППк и индивидуальной программы реабилитации инвалида. Продолжительность коррекционного занятия варьируется с учетом психофизического состояния ребенка до 25 минут.

**Недельный план общего образования обучающихся  
с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью  
ФГОС ОУО (вариант II) (1- 4 классы)  
на 2024-2025 учебный год**

Предметные области	Учебные предметы	Кол-во часов в неделю по классам				
		1 2022- 2023	2 2023 - 2024	3 2024 - 2025	4 2025- 2026	Всего
<b><i>I. Обязательная часть</i></b>						
<b>1. Язык и речевая практика</b>	1.1.Речь и альтернативная коммуникация	1	1	1	1	4
<b>2. Математика</b>	2.1.Математические представления	1	1	1	1	4
<b>3. Окружающий мир</b>	3.1.Окружающий природный мир	1	1	1	1	4
	3.2 Человек	1	1	1	1	4
	3.3 Домоводство	-	-	0,5	0,5	1
	3.4 Окружающий социальный мир	1	1	1	1	4
<b>4. Искусство</b>	4.1 Музыка и движение	0,5	0,5	0,5	0,5	2
	4.2 Изобразительная деятельность	1	1	0,5	0,5	3
<b>5. Физическая культура</b>	5.1 Адаптированная физкультура	0,5	0,5	0,5	0,5	2
<b>ИТОГО:</b>		<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>28</b>
<b><i>II. Часть, формируемая участниками образовательных отношений</i></b>						
Коррекционно-развивающие занятия		1	1	1	1	4
<b>ИТОГО:</b>		<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>
<b>Максимально допустимая учебная нагрузка (по пятидневной учебной неделе)</b>		<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>32</b>
<b><i>Внеурочная деятельность</i></b>						
Сенсорное развитие			0,25	0,25	0,25	0,75
Предметно-практические действия			0,25	0,25	0,25	0,75
Двигательное развитие			0,25	0,25	0,25	0,75
Альтернативная коммуникация			0,25	0,25	0,25	0,75
<b>ИТОГО:</b>			<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>3</b>

3 класс

Предметные области	Учебные предметы	Изучаемые на дому с учителем	Самостоятельное изучение	Всего
<b><i>I. Обязательная часть</i></b>				
<b>1. Язык и речевая практика</b>	1.1. Речь и альтернативная коммуникация	1	1	2
<b>2. Математика</b>	2.1. Математические представления	1	1	2
<b>3. Окружающий мир</b>	3.1. Окружающий природный мир	1	1	2
	3.2. Человек	1	1	2
	3.3. Домоводство	0,5	0,5	1
	3.4. Окружающий социальный мир	1		1
<b>4. Искусство</b>	4.1. Музыка и движение	0,5	1,5	2
	4.2. Изобразительная деятельность	0,5	2,5	3
<b>5. Физическая культура</b>	5.1. Адаптированная физкультура	0,5	1,5	2
<b>ИТОГО:</b>		<b>7</b>	<b>10</b>	<b>17</b>
<b><i>II. Часть, формируемая участниками образовательных отношений</i></b>				
<b>Коррекционно-развивающие занятия</b>		1	0	1
<b>ИТОГО:</b>		<b>1</b>	<b>0</b>	<b>1</b>
<b>Максимально допустимая учебная нагрузка (по пятидневной учебной неделе)</b>		<b>8</b>		
<b><i>Внеурочная деятельность</i></b>				
Сенсорное развитие		0,25	1,75	2
Предметно-практические действия		0,25	0,75	1
Двигательное развитие		0,25	0,75	1
Альтернативная коммуникация		0,25	1,75	2
<b>ИТОГО:</b>		<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>