

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 30.08.2023

**Учебный план адаптированной основной общеобразовательной программы
обучающихся с лёгкой степенью умственной отсталости
(интеллектуальными нарушениями) для 4,5,7 классов МБОУ «СОШ №175»
на 2023-2024 учебный год**

Зеленогорск 2023

Пояснительная записка к учебному плану на 2023 – 2024 учебный год
(извлечение из ФАООП образования, обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями),
(вариант 1)

Учебный план АООП УО (вариант 1), фиксирует общий объем нагрузки, максимальный объем аудиторной нагрузки обучающихся, состав и структуру обязательных предметных областей, распределяет учебное время, отводимое на их освоение по классам и учебным предметам.

Учебный план определяет общие рамки принимаемых решений при разработке содержания образования, требований к его усвоению и организации образовательного процесса, а также выступает в качестве одного из основных механизмов его реализации.

Учебный план МБОУ «СОШ № 175» разработан в соответствии с действующим законодательством РФ в области общего образования и образования лиц с особыми нуждами.

Учебный план составлен на основе следующих нормативно-правовых документов:

- – Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- – Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом МО РФ от 19.12.2014 г. №1599);
- – Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 24 ноября 2022 г. №1026;
- – Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) от 24 ноября 2022г. №1026;
- – Приказ 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;
- – Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115» от 11.02.2022 № 69;

• – Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 г. N 26 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" с 01.09.2016

• – Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 3 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Учебный план определяет общие рамки принимаемых решений при разработке содержания образования, требований к его усвоению и организации образовательного процесса, а также выступает в качестве одного из основных механизмов его реализации.

Продолжительность учебного года при получении начального общего образования составляет 34 недели, в 1 классе — 33 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом — 13 недель.

Обучение в первых классах осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований: учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену; использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии:

- в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый,
- в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый;
- в январе-мае – по 4 урока в день по 40 минут каждый.

Рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 30 минут; обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий.

Использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии осуществляется следующим образом. В сентябре-октябре четвертый урок и один раз в неделю пятый урок следует проводить в нетрадиционной форме: целевые прогулки, экскурсии, уроки-театрализации, уроки-игры. Содержание нетрадиционных уроков должно быть направлено на развитие и совершенствование движения обучающихся. Уроки в нетрадиционной форме распределяются в соответствии с рабочими программами учителей.

Для обучающихся вторых-третьих классов объем аудиторной недельной нагрузки в течение дня не более 5 уроков по 40 минут каждый. Организована работа в группах продлённого дня с учетом расписания уроков первой половины дня.

Для обучающихся с ОВЗ продолжительность урока определяется с учётом индивидуальных особенностей, поэтому с целью профилактики перегрузок проводятся динамические, физкультурные, игровые паузы, т.е. устанавливается особый здоровьесберегающий режим. Снижению утомляемости способствует активный двигательный режим, наличие двух динамичных перемен продолжительностью 20 минут.

Факультативные занятия начинаются с 14.00 часов в начальных классах, в 16.00 в средних и старших классах. Между началом факультативных и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью не менее 50 минут.

Максимально допустимая недельная нагрузка не превышает: в 1-х классах 21 час в неделю, во 2-4 классах – 23 часа.

В 1-х классах обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий. Объем домашних заданий (по всем предметам) такой, что затраты времени на его выполнение не превышают (в астрономических часах): во 2 - 3 классах - 1,5 ч, в 4 классах - 2 ч.

Для обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разрабатывается специальная индивидуальная программа развития (СИПР), разрабатываемая образовательной организацией на основе АООП, и которая включает индивидуальный учебный план (ИУП), содержащий предметные области, предметы и коррекционные курсы, которые соответствуют особым образовательным возможностям и потребностям конкретного обучающегося. Общий объем нагрузки, включенной в ИУП, не может превышать объем, предусмотренный учебным планом АООП.

В обязательную часть включены образовательные области и соответствующие им учебные предметы, наиболее важные для развития и коррекции, познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью от младшего школьного возраста до юношеского (10 - 11 кл.). В этой части особое внимание уделяется развитию связной устной и письменной речи, усвоению элементарных основ математики, предметов из естественноведческого и обществоведческого циклов.

Часть, формируемая участниками образовательного процесса представлена коррекционными технологиями, обязательные для преодоления (сглаживания) специфических нарушений у обучающихся: ЛФК, ритмика, логопедическая коррекция, развития психомоторики и сенсорных процессов, для увеличения учебных часов.

Часть учебного плана, во 2-4 классах представлена следующим образом:

- увеличением на 1 час учебных часов предмета «Русский язык» для изучения предмета в полном объеме;
- увеличением на 1 час учебных часов предмета «Мир природы и человека» для изучения предмета в полном объеме;
- увеличением на 1 час учебных часов предмета «Ручной труд» для изучения предмета в полном объеме.

Внеурочной деятельностью.

Специфика интеллектуального и личностного недоразвития обучающихся требует направленной коррекции не только учебной деятельности, не менее важно развитие коммуникативных умений, навыков содержательного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, регуляции эмоциональных, нравственно - поведенческих и других свойств психики.

Содержание коррекционно-развивающей области представлено следующими обязательными коррекционными занятиями: «Логопедические занятия» (1-5 классы), «Психокоррекционные занятия» (1-7 классы), «Физкультурно- оздоровительные занятия» (1-7 классы), «Ритмика» (1-5 классы),

Цель логопедических занятий состоит в диагностике, коррекции и развитии всех сторон речи (фонетико-фонематической, лексико-грамматической, синтаксической), связной речи; формировании навыков вербальной коммуникации. Основными **направлениями** логопедической работы является:

-диагностика и коррекция звукопроизношения (постановка, автоматизация и дифференциация звуков речи); диагностика и коррекция лексической стороны речи;

-диагностика и коррекция грамматического строя речи (синтаксической структуры речевых высказываний, словоизменения и словообразования); коррекция диалогической и формирование монологической форм речи;

- развитие коммуникативной функции речи; коррекция нарушений чтения и письма; расширение представлений об окружающей действительности; развитие познавательной сферы (мышления, памяти, внимания).

Психокоррекционные занятия

Цель психокоррекционных занятий заключается в применении разных форм взаимодействия с обучающимися, направленными на преодоление или ослабление проблем в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений учащихся; формирование навыков адекватного поведения.

Основные направления работы:

диагностика и развитие познавательной сферы (формирование учебной мотивации, активизация сенсорно-перцептивной, мнемической и мыслительной деятельности); диагностика и развитие эмоционально-личностной сферы (гармонизация психэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля); диагностика и развитие коммуникативной сферы и социальная интеграции

(развитие способности к эмпатии, сопереживанию); формирование продуктивных видов взаимодействия с окружающими (в семье, классе), повышение социального статуса ребенка в коллективе, формирование и развитие навыков социального поведения).

«Ритмика»

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности.

Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмикогимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

Другие направления внеурочной деятельности представлены нравственным, социальным, общекультурным, спортивно-оздоровительным направлениями (общее количество часов в учебном плане 4 часа в неделю). Основными целями внеурочной деятельности являются создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, всестороннего развития и социализации каждого обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов учащихся в свободное время.

Образовательное учреждение предоставляет обучающимся возможность выбора широкого спектра занятий, направленных на их развитие.

Начальная школа включает пропедевтико - диагностический период, основная школа (5 - 9 кл.) получает возможность дальнейшего пролонгированного обучения с усилением социокультурной и трудовой подготовки обучающихся в 10 – 11 кл.

Содержание обучения на каждой ступени строится на основе общих закономерностей развития психики ребенка и новообразований, возникающих благодаря коррекционному обучению и социальному развитию.

Каждая образовательная область учебного плана реализуется системой предметов, неразрывных по своему содержанию и преемственно продолжающихся от начальной до старшей школы.

Такой же принцип действует между предметами из области: технологии и искусство, язык и речь, математика, что позволяет практически осуществлять системную, комплексную работу по развитию умственно отсталого обучающегося средствами образования с учетом его возрастной динамики.

Учебный план позволяет широко использовать инновации в виде авторских программ, разработанных с учетом региональной специфики, внедрение новых организационных форм обучения в старших классах: деловые игры, практикумы, уроки - экскурсии, интегрированные уроки и др.

Первая ступень образования - начальная школа (1-4)

Основными задачами начального обучения в 1 - 4 кл. являются:

*формирование основ учебной деятельности, элементарного усвоения образовательных областей: язык и речь, математика, живой мир и других - в соответствии с психофизическими возможностями обучающегося;

*реализация коррекционных мероприятий по физическому и психическому оздоровлению обучающихся, устранению или сглаживанию специфических, индивидуальных нарушений в доступных видах деятельности.

Этап начального обучения может начинаться с 1-го класса, т.к. для отдельных групп обучающихся 1-ый дополнительный класс не обязателен.

Вторая ступень образования - основная школа (5 - 9 (10) классы).

Названная ступень является продолжением начальной школы, но в отличие от нее расширяет и углубляет понятийную и практическую основу образовательных областей, закрепляет навыки самостоятельной учебной деятельности, завершает подготовку по общеобразовательным предметам в соответствии с индивидуальными показаниями учебных возможностей обучающихся специального (коррекционного) учреждения.

Особое внимание на второй ступени уделяется новому виду деятельности - трудовому обучению, оно начинается с пропедевтического периода в 5 классе и на последующих годах преобразуется в доступный обучающимся профильный (полипрофильный) труд.

Трудовое обучение - важная составляющая часть всего учебно - воспитательного процесса, поэтому обучение обучающихся разнообразным профилям труда необходимо рассматривать в неразрывной связи с общеобразовательной подготовкой, стратегией жизнедеятельности выпускников, их дальнейшей самостоятельной жизни, с учетом ресурсных возможностей региона, ближайшего социального окружения обучающихся. Трудовая подготовка представлена в региональной части учебного плана, что дает возможность учреждению изучать перспективы дальнейшего трудоустройства обучающихся и в соответствии с ними разрабатывать учебные программы, создавать необходимую методическую и материально - производственную базу.

К региональной части на этой ступени отнесены образовательные области искусства (музыка, пение, танец), физкультура, что дает возможность учреждению максимально использовать традиции и культуру (этнокультуру) региона.

Федеральный компонент включает следующие области:

- 1. Язык и речевая практика ;**
- 2. Математика;**
- 3. Естествознание;**
- 4. Человек и общество;**
- 5. Искусство;**
- 6. Физическая культура;**
- 7. Технологии (профильный труд).**

Обучение русскому языку и чтению осуществляется в двух направлениях: письмо и развитие речи, чтение и развитие речи с целью формирования навыков правильного, беглого и выразительного чтения произведений, доступных пониманию обучающихся, формирования умений правильно и последовательно излагать свои мысли в устной и письменной форме, социально адаптации в плане общего развития и формирования нравственных качеств.

Образовательная область "Язык и речевая практика" представлена в 5 - 9 кл. предметами русский язык и чтение, в 10- 11 классах предметами чтение и деловое и творческое письмо.

Содержание обучения русскому языку строится на новых принципах коммуникативного подхода, который направлен на развитие контекстной устной и письменной речи, где орфография обеспечивает самостоятельное связное высказывание в его устной или письменной форме.

Коммуникативный подход в большей мере соответствует специфическим особенностям интеллектуальной деятельности умственно-отсталых обучающихся, которым трудно освоить логику построения языка на основе анализа, запоминания и воспроизведения грамматических правил и категорий.

Изучение языка в контексте монологической, диалогической и других видов речи, лексики на уроках русского языка и чтения позволяет преодолеть характерный речевой негативизм, стереотипность, бедность оборотов речи, приблизить обучающихся к знаниям о культуре, истории, к освоению нравственных норм социального поведения на образцах доступных литературных жанров.

Образовательная область "Математика" представлена элементарной математикой и в ее структуре - геометрическими понятиями.

Математика имеет выраженную практическую направленность с целью обеспечения жизненно важных умений обучающихся по ведению домашнего хозяйства, их деятельности в доступных профилях (профессиях) по труду. Математика вносит существенный вклад в развитие и коррекцию мышления и речи, она значительно продвигает большую часть обучающихся на пути освоения ими элементов логического мышления.

Математические знания реализуются и при изучении других дисциплин учебного плана: домоводства, истории, географии, естествознания, физкультуры, ИЗО и др.

Образовательная область "Естествознание" реализуется предметами «Мир природы и человека» (1-4 кл.)

«Природоведение» (5 кл.)

«Естествознание» с соответствующими разделами: «Растения», «Животные», «Человек» (6 – 9 (10) кл.).

Естественнонаучное образование обучающихся с умственной отсталостью строится на основе психологических особенностей восприятия и анализа окружающего мира. Основной коррекционной задачей является преодоление инертности психических функций, расширение представлений о многообразии форм жизни окружающей среды.

Образовательная область "Физкультура" направлена на коррекцию психофизического развития обучающихся, выполняет общеразвивающую функцию, включает (для основной группы обучающихся) элементы спортивной подготовки и национальных видов спорта.

Коррекционно-развивающая область.

Содержание коррекционно-развивающей области учебного плана представлено коррекционными занятиями по логопедии, ЛФК, развитию психомоторики и сенсорных процессов и ритмикой. На долю каждого обучающегося приходится в неделю от 15 до 25 минут учебного времени. На эти занятия использовано 6 часов в неделю на класс-комплект.

Выбор коррекционных индивидуальных и групповых занятий, осуществлён на основании рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии. Время, отведенное на реализацию коррекционно-развивающей области, не учитывается при определении максимально допустимой недельной нагрузки, но учитывается при определении объемов финансирования.

Для обучения детей по АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) используют учебники для специальной (коррекционной) школы, включенные в утвержденный федеральный перечень учебников.

Внеурочная деятельность является обязательным компонентом учебного плана.

Внеурочная деятельность ориентирована на создание условий для:

- *расширения опыта поведения, деятельности и общения;
- *творческой самореализации обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в комфортной развивающей среде, стимулирующей возникновение личностного интереса к различным аспектам жизнедеятельности;
- *позитивного отношения к окружающей действительности;
- *социального становления обучающегося в процессе общения и совместной деятельности в детском сообществе, активного взаимодействия со сверстниками и педагогами;
- *профессионального самоопределения, необходимого для успешной реализации дальнейших жизненных планов обучающихся.

Основные задачи:

коррекция всех компонентов психофизического, интеллектуального, личностного развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей;

С 1-5 классы согласно ФГОС учебный план включает следующие направления внеурочной деятельности:

- ***нравственное,**
- ***общекультурное,**
- * **социальное**
- * **спортивно-оздоровительное**

С 6 -11 классы учебный план включает следующие направления внеурочной деятельности:

- ***психологический практикум** (2 часа в неделю);
- ***факультативные занятия** (2 часа в неделю).

Таким образом, учебный план способствует:

- *оптимизации учебно-воспитательного процесса с учётом современных требований;
- *чёткому определению форм учебно-познавательной деятельности с учетом методов, принципов и задач обучения;
- * осуществить максимальное преодоление недостатков познавательной деятельности и эмоционально-волевой сферы школьников с нарушением интеллекта;
- * на протяжении всего процесса обучения создать благоприятные и щадящие условия для умственно отсталого ребенка, предупреждают нервно-психические перенапряжения;
- * реализовать на уроке все дидактические принципы;
- * создать условия для продуктивной деятельности учителя и учащихся;
- * формированию необходимых знаний, умений и навыков;
- * социальной адаптации обучающихся воспитанников в условиях современного общества.

Учебный план Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

МБОУ «СОШ №175», 4 класс

Предметные области	Классы Учебные предметы	Количество часов в неделю	Всего
Обязательная часть			
1. Язык и речевая практика	1.1.Русский язык	3	3
	1.2.Чтение	4	4
	1.3.Речевая практика	2	2
2. Математика	2.1.Математика	4	4
3. Естествознание	3.1.Мир природы и человека	1	1
4. Искусство	4.1. Музыка	1	1
	4.2. Изобразительное искусство	1	1
5. Физическая культура	5.1. Адаптивная физическая культура	3	3
6. Технологии	6.1. Ручной труд	1	1
Итого		20	20
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Русский язык	1	1
	Ручной труд	1	1
	Мир природы и человека	1	1
Максимально допустимая годовая нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)		23	23
Коррекционно-развивающая область (коррекционные занятия и ритмика):		6	6
Внеурочная деятельность		4	2
Всего к финансированию		33	31

Учебный план Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)
МБОУ «СОШ №175», 5 класс

Предметные области	Классы Учебные предметы	Количество часов в неделю	Всего
Обязательная часть			
1. Язык и речевая практика	1.1.Русский язык	4	4
	1.2.Чтение	4	4
2. Математика	2.1.Математика	4	4
3. Естествознание	3.1.Природоведение	2	2
4. Человек и общество	4.1.Основы социальной жизни	2	1
5. Искусство	4.1. Музыка	1	1
	4.2. Изобразительное искусство	2	2
6. Физическая культура	5.1. Адаптивная физическая культура	2	3
7. Технологии	7.1. Профильный труд	6	6
Итого		27	27
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	Русский язык	1	1
	Математика	1	1

<i>отношений</i>			
Максимально допустимая годовая нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)		29	29
Коррекционно-развивающая область (коррекционные занятия):		6	6
Внеурочная деятельность		4	4
Всего к финансированию		39	39

Недельный учебный план ФАООП УО (вариант 1)
МБОУ «СОШ №175», 7класс

Предметные области	Классы	Количество часов в неделю	Всего
	Учебные предметы		
Обязательная часть			
1. Язык и речевая практика	1.1.Русский язык	4	4
	1.2.Чтение	4	4
2. Математика	2.1.Математика	3	4
	2.2.Информатика	1	1
3. Естествознание	3.1.Биология	2	2
	3.2.География	2	2
4. Человек и общество	4.1.Основы социальной жизни	2	2
	4.2.История Отечества	2	2
5. Искусство	5.1. Музыка	-	
	5.2. Рисование (Изобразительное искусство)	-	
6. Физическая культура	5.1. Адаптивная физическая культура	2	2
7. Технологии	7.1. Профильный труд	7	7
Итого		29	29
Часть, формируемая участниками образовательных отношений		Математика	1
			1
Максимально допустимая годовая нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)		30	30
Коррекционно-развивающая область (коррекционные занятия):		6	6
Внеурочная деятельность		4	4
Всего к финансированию		40	40

Промежуточная аттестация обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проводится в конце учебного года по русскому языку и математике. Форма проведения: диктант, контрольное списывание, тест, контрольная работа по математике.