

ПРИНЯТО
Педагогическим Советом
ГБОУ школа №354
Протокол №1 от «31» августа 2026
Председатель
_____/Кашенова И.Э.

УЧТЕНО
Мнение Совета родителей
ГБОУ школа №354
Протокол №1 от «31» августа 2026

УТВЕРЖДЕНО
Приказом и.о. директора ГБОУ школа №354
№239-ОД от «31» августа 2026
_____/Кашенова И.Э.

УЧТЕНО
Мнение Совета обучающихся
ГБОУ школа №354
Протокол №1 от «31» августа 2026

Кашенова
Инеcса
Эрвиновна

Подписано
цифровой
подписью:
Кашенова Инеcса
Эрвиновна
Дата: 2026.09.10
09:40:20 +03'00'

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра вариант 8.1.

Санкт-Петербург
2026

Пояснительная записка

1. Общие положения.

1.1. Учебный план – документ, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и формы промежуточной аттестации обучающихся.

1.2. Учебный план ГБОУ школа № 354, реализующего адаптированную основную общеобразовательную программу начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра, сформирован в соответствии с требованиями, изложенными в следующих документах:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной общеобразовательной начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Приказ Минпросвещения России № 254 от 20.05.2020 года «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2015 г. N 1309 "Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи";
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требованиями к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденные Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020. № 28
- Санитарные правила и нормы СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021. № 2;
- Распоряжение Комитета по образованию от 15.04.2022 № 801-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2022-2023 учебном году»;
- Устав Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ школа № 354 Московского района Санкт-Петербурга
- Примерная основная образовательная программа начального общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 08 апреля 2015 г. № 1/15)

1.3. Учебный план фиксирует максимальный объем учебной нагрузки обучающихся, состав учебных предметов федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования; определяет часть, формируемую участниками образовательных отношений; распределяет учебное время, отводимое на освоение содержания образования по классам и учебным предметам. Учебный план является компонентом адаптированной основной образовательной программы начального общего образования (далее - ФАОП НОО).

2. Режим функционирования.

Учебный план обеспечивает выполнение гигиенических требований к режиму образовательного процесса, установленных СанПиН 1.2.3685-21, и предусматривает 4-летний нормативный срок освоения образовательных программ начального общего образования для I-IV классов.

2.1 Организация обучения в 1-ом классе:

- продолжительность учебного года составляет 34 недели, продолжительность учебной недели – 5 дней, максимальный объём аудиторной нагрузки обучающихся – 20 час.

с целью реализации «ступенчатого» режима обучения в 1 полугодии 1 класса и дополнительного первого класса происходит постепенное наращивание учебной нагрузки, а именно: в сентябре-октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый, 4-ые уроки окружающего мира, музыки, ИЗО и физкультуры проводятся в виде игровых уроков, экскурсий, динамических пауз ; в ноябре-декабре – 4 урока по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый;

- со второго полугодия продолжительность урока составляет 35 минут, количество уроков для обучающихся с ОВЗ 1-х классов не должно превышать 4-х уроков (1 раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры).

2.2. Организация обучения во 2 – 4-х классах:

- во 2 – 4-х классах продолжительность учебного года составляет 34 недели, продолжительность учебной недели – 5 дней, не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры, максимальный объём аудиторной нагрузки обучающихся – 23 часа.

- продолжительность урока – не более 40 минут.

2.3. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 20 - 30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 20 - 30 минут.

2.4. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 30 календарных дней, летом - не менее 8 недель. Для обучающихся 1-х классов устанавливаются дополнительные каникулы в размере 1 недели. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

2.5. Занятия начинаются не ранее 8 часов утра и заканчиваются не позднее 19 часов.

2.6. . С целью реализации "ступенчатого" метода постепенного наращивания учебной нагрузки в первом классе обеспечивается организация адаптационного периода. В первом классе каждый день проводится 3 урока. Домашние задания даются с учетом индивидуальных возможностей обучающихся. В первом классе обучение осуществляется без обязательных домашних заданий, следовательно, без записей в классном журнале. Допустимо предлагать первоклассникам только творческие задания познавательного характера, выполняемые исключительно по желанию обучающихся. Цель таких заданий - формирование у обучающихся внешних и внутренних стимулов к самостоятельной домашней работе. В 1-й четверти возможны только задания организационного характера (приготовить и принести завтра к уроку спортивную форму, природный материал). Во 2-й четверти - познавательные задания, для выполнения которых не требуется специально организованного рабочего места. С 3-й четверти допустимо завершение в домашних условиях работы, начатой в классе. Общее время на их выполнение не должно превышать 15 минут.

Со второго класса задания по предметам рекомендуется предлагать по принципу "минимум": часть задания по предмету обязательна для выполнения, часть - по желанию обучающегося. Время выполнения домашнего задания не должно превышать границ, которые предусмотрены Гигиеническими [нормативами](#) и Санитарно-эпидемиологическими [требованиями](#). Общее время выполнения заданий по всем учебным предметам (вместе с чтением) в 3-м классе - до 1,5 часов (90 минут), в 4 - 5-м - до 2 часов (120 минут).

2.7. Время выполнения домашнего задания не должно превышать границ, обозначенных действующим СанПиН 1.2.3685-21, Общее время выполнения заданий во 2-3-х классах-до 1,5 часов, в 4-м классе-до 2 часов.

2.8. Расписание уроков составляется отдельно для обязательной и внеурочной деятельности, в том числе коррекционно-развивающей области.

2.9. Продолжительность группового коррекционного занятия составляет в 1 классе - 35 минут, во 2 - 4 классах - 40 минут. Продолжительность индивидуального коррекционного занятия составляет 20 минут.

3. Специфика реализации обязательных предметных областей.

Учебный план состоит из двух частей — обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса.

3.1. Обязательная часть учебного плана определяет состав учебных предметов обязательных предметных областей, которые должны быть реализованы в соответствии с ФАОП НОО обучающихся с РАС (Вариант 8.1).

Обязательная часть учебного плана отражает содержание образования, которое обеспечивает достижение важнейших целей современного образования обучающихся с РАС:

- формирование жизненных компетенций, обеспечивающих овладение системой социальных отношений, и социальное развитие обучающегося, а также его интеграцию в социальное окружение;
- формирование основ духовно-нравственного развития обучающихся, приобщение их к общекультурным, национальным и этнокультурным ценностям;
- формирование здорового образа жизни, элементарных правил поведения в экстремальных ситуациях.

Русский язык -5 часов в неделю (3-4 класс за счет часов части формируемой участниками образовательного процесса). **Литературное чтение**-4 часа в неделю в 1-4 классах (4 класс за счет часов части формируемой участниками образовательного процесса) и Основные задачи реализации содержания предметов «Русский язык и литературное чтение»: формирование первоначальных представлений о единстве и многообразии языкового и культурного пространства России, о языке как основе национального самосознания, развитие диалогической и монологической устной и письменной речи, коммуникативных умений, нравственных и эстетических чувств, способностей к творческой деятельности.

Иностранный язык- 1 час в неделю, начиная со 2 класса (в том числе за счет часов части формируемой участниками образовательного процесса).

Математика – 4 часа в неделю 1,4 классе; 5 часов во 2, 3 классе (за счет часов части формируемой участниками образовательного процесса). Изучение учебного курса Математика способствует формированию начальных представлений о математических взаимоотношениях объектов окружающего мира, выраженных числом, формой, временем, пространством и др. У школьников с РАС развивается логическое и символическое мышление, математическая речь, пространственное воображение; формируются интеллектуальные познавательные учебные действия, которые постепенно принимают характер универсальных (сопоставление, классификация, рассуждение, доказательство и др.). В рамках предмета осуществляется интегративное освоение математических разделов информатики. Эти разделы содействуют, помимо непосредственного предметного содержания, расширению предметного контекста математики, развитию коммуникативной компетентности и общеинтеллектуальных способностей.

Окружающий мир в объёме 2 часа в неделю. Его изучение способствует осознанию обучающимися целостности и многообразия мира, формированию у школьников с РАС системы нравственно-ценностных отношений к окружающей природе, общественным событиям, людям, культуре и истории родной страны. Осваиваются правила безопасного поведения с учетом изменяющейся среды обитания. На уроках «Окружающий мир» преобладают предметно-практическая и исследовательская деятельность. Кроме этого, содержание данного предмета пронизывает все остальные учебные области, создавая тем самым образовательную среду, в рамках которой у школьников с РАС формируется целостная картина мира и развиваются способности к обобщению, систематизации и переносу знаний, умений и навыков.

В 4-ом классе введён учебный предмет «**Основы религиозных культур и светской этики**» в количестве 1 час в неделю. Данный предмет предоставляет возможность погрузить учащихся с РАС в традиции и культуру родного города, страны с целью их социализации.

Изобразительное искусство (1 час в неделю) и **Музыка** (1 час в неделю) предполагают овладение школьниками с РАС элементарными основами следующих видов деятельности: навыками рисования, слушания музыки и пения. В процессе занятий по этим предметам осуществляется всестороннее развитие, обучение и воспитание детей – сенсорное,

умственное, эстетическое, нравственное, трудовое.

Технология изучается в 1 – 4-х классах 1 час в неделю. Основная цель его изучения – формирование опыта практической деятельности по преобразованию, моделированию, самостоятельному созданию объектов. Учащиеся с РАС получают первоначальные навыки созидательного труда, развиваются универсальные учебные действия – планировать, контролировать и оценивать свою деятельность.

Физическая культура - 2 часа в неделю с 1 по 4 классы. Основной целью данного предмета является коррекция психофизического развития учащихся с РАС. Основные задачи реализации содержания предмета «Физическая культура»: укрепление здоровья школьников с РАС посредством развития физических качеств; формирование правильной осанки, совершенствование двигательных качеств (сила, быстрота, ловкость, выносливость и др.) посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям; формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья; воспитание гигиенических навыков. На уроках физической культуры укрепляется здоровье школьников, закаливается организм, формируется правильная осанка, совершенствуются двигательные качества (сила, быстрота, ловкость, выносливость и др.), воспитываются гигиенические навыки.

Часы **коррекционно-развивающей области** представлены групповыми и индивидуальными коррекционными занятиями, направленными на коррекцию недостатков психофизического развития обучающихся, коррекцию навыков социализации, развитие коммуникативных умений, навыков социального взаимодействия со сверстниками и взрослыми, коррекцию психических функций, дезадаптивных форм поведения. Данная работа обеспечивает успешное усвоение образовательной программы.

Коррекционные занятия проводятся в течение учебного дня и во внеурочное время. На индивидуальные коррекционные занятия отводится 30 мин., на групповые занятия – в 1 классе - 35 минут, во 2-4 классах - 40 минут в зависимости от индивидуальных возможностей обучающихся.

Организация занятий по направлениям **внеурочной деятельности** является неотъемлемой частью образовательного процесса ГБОУ школа № 354. 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 РАС, создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие интересов учащихся в свободное время.

3.2. Часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений, обеспечивает реализацию индивидуальных потребностей обучающихся. Время, отводимое на данную часть учебного плана внутри максимально допустимой недельной нагрузки обучающихся, использовано:

1 час в неделю в II-III классах используется дополнительно на изучение учебного предмета «Математика».

Годовой учебный план начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.1.) (вариант 1 -5 лет)						
	Классы	Количество часов в год				Всего
	Учебные предметы	I	II	III	IV	
Обязательная часть						
Русский язык		165	170	170	170	675
Литературное чтение		132	136	136	136	540
Иностранный язык		-	68	68	68	204
Математика		132	136	136	136	540
Окружающий мир		66	68	68	68	270

Основы религиозных культур и светской этики	—	—	-	34	34	
Музыка Изобразительное искусство	33	34	34	34	135	
	33	34	34	34	135	
Технология	33	34	34	34	135	
Физическая культура	66	68	68	68	270	
Итого	660	748	748	782	2938	
Часть, формируемая участниками образовательного процесса						
Математика		34	34		68	
Максимально допустимая годовая нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)	660	782	782	782	3006	
Внеурочная деятельность (включая коррекционно-развивающую работу):	297	306	306	340	1249	
Коррекционно-развивающая работа	231	238	238	170	877	
коррекционно-развивающие занятия	198	204	204	136	810	
Адаптивная гимнастика	33	34	34	34	135	
Другие направления внеурочной деятельности	66	68	68	170	372	
Всего	957	1088	1088	1122	4255	
Недельный учебный план начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.1.) (вариант 1 -5 лет)						
	Классы Учебные предметы	Количество часов в неделю				Всего
		I	II	III	IV	
Обязательная часть						
Русский язык	Литературное чтение	5	5	5	5	20
		4	4	4	4	16
Иностранный язык		-	2	2	2	6
Математика		4	4	4	4	16
Окружающий мир		2	2	2	2	8
Основы религиозных культур и светской этики		—	—	—	1	1
Музыка	Изобразительное искусство	1	1	1	1	4
		1	1	1	1	4
Технология		1	1	1	1	4
Физическая культура (Адаптивная физическая культура)		2	2	2	2	8
Итого		20	22	22	23	87
Часть, формируемая участниками образовательного процесса						
Математика			1	1		2
Максимально допустимая недельная нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)	20	23	23	23		89
Внеурочная деятельность (включая коррекционно-развивающую работу)	9	9	9	10		37
Коррекционно-развивающая работа	7	7	7	5		26
коррекционно-развивающие занятия	6	6	6	4		22
адаптивная гимнастика	1	1	1	1		4
Другие направления внеурочной	2	2	2	5		9

<i>деятельности</i>					
<i>Всего</i>	<i>29</i>	<i>32</i>	<i>32</i>	<i>33</i>	<i>126</i>