

Министерство просвещения Российской Федерации

**Федеральное государственное бюджетное научное учреждение
«Институт развития, здоровья и адаптации ребенка»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ВАРИАНТАМ РАСПИСАНИЙ
УРОКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО, ОСНОВНОГО
ОБЩЕГО И СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Москва, 2025

Методические рекомендации к вариантам расписаний уроков для обучающихся начального общего, основного общего и среднего общего образования / Составители: О.Н. Адамовская, А.А. Володин, И.В. Ермакова, Т.М. Параничева. – М.: ФГБНУ «ИРЗАР», 2025. – 12 с.

В методических рекомендациях рассмотрены принципы эффективного составления расписания уроков согласно дневной и недельной кривой работоспособности обучающихся для предупреждения их переутомления.

1. Введение

Основная цель расписаний уроков – создание условий обучения, соответствующих: санитарным нормам, динамике умственной работоспособности обучающихся в течение учебного дня и недели, равномерному распределению учебной нагрузки на обучающихся и снижению их перегрузки.

Варианты расписаний разработаны для следующих уровней общего образования:

- 1) начальное общее образование (1-4 классы);
- 2) основное общее образование (5-9 классы);
- 3) среднее общее образование (10-11 классы).

Внедрение вариантов расписаний уроков позволит:

оптимизировать учебную нагрузку на обучающихся в период их пребывания в школе за счет рационального распределения учебных предметов в соответствии с дневной и недельной кривой работоспособности обучающихся и с учетом шкал трудности учебных предметов;

снизить уровень стресса у школьников за счет установления в расписании уроков предельного объема учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур (до 10% от всего объема учебного времени, отводимого на изучение данного учебного предмета в данном классе в текущем учебном году, согласно приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 9 октября 2024 г. № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования»);

упростить перевод обучающихся из одной школы в другую. При переводе в другую школу обучающиеся легко адаптируются и не потеряют темп обучения.

2. Нормативные ссылки

Варианты расписаний уроков составлены согласно нормативным документам:

Федеральному закону от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон № 273-ФЗ);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (далее – приказ Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 287);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

Приказу Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;

Приказу Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (далее – ФГОС НОО ОВЗ);

Приказу Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (далее – ФГОС УО (ИН));

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 12 августа 2022 г. № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования» (далее – приказ Минпросвещения России от 12 августа 2022 г. № 732);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (далее – ФОП ООО);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» (далее – ФОП СОО);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (далее – ФОП НОО);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (далее – ФАОП НОО);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (далее – ФАОП ООО);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (далее – ФАООП УО (ИН));

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 22 января 2024 г. № 31 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования» (далее – приказ Минпросвещения России от 22 января 2024 г. № 31);

Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 9 октября 2024 г. № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования» (далее – приказ Минпросвещения России от 9 октября 2024 г. № 704);

Постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СП 2.4.3648-20);

Постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «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» (далее – СанПиН 1.2.3685-21);

Методическим рекомендациям МР 2.4.0331-23 по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях, утвержденным Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека 10 ноября 2023 г. (далее – МР 2.4.0331-23);

Письму Минпросвещения России от 1 июля 2025 г. № 03-1326 «О направлении информации» (вместе с методическими рекомендациями по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период) (далее – письмо Минпросвещения России от 1 июля 2025 г. № 03-1326).

3. Варианты расписаний уроков

Федеральные основные общеобразовательные программы предусматривают несколько вариантов учебного плана:

в ФОП НОО представлено 5 вариантов федерального учебного плана (5 вариантов расписаний, учитывающих 5-дневную или 6-дневную учебные недели);

в ФОП ООО представлено 6 вариантов федерального учебного плана (6 вариантов расписаний, учитывающих 5-дневную или 6-дневную учебные недели);

в ФОП СОО представлено 19 вариантов федерального учебного плана (19 вариантов расписаний, учитывающих 5-дневную или 6-дневную учебные недели, включая углубленное изучение отдельных учебных предметов).

Федеральный учебный план состоит из двух частей: обязательной и формируемой участниками образовательных отношений. Обязательная часть определяет состав учебных предметов и учебное время, отводимое на их изучение, обязательных для всех имеющих по данной программе государственную аккредитацию образовательных организаций. Обязательная часть учебного плана определяет состав учебных предметов, которые должны изучать все обучающиеся параллели. Часть, формируемая участниками образовательных отношений, определяет время, отводимое на изучение учебных предметов, учебных курсов,

учебных модулей по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие углубленное изучение учебных предметов.

Варианты расписаний уроков разработаны в соответствии с обязательной частью федерального учебного плана федеральных основных общеобразовательных программ, динамикой дневной и недельной кривой работоспособности обучающихся и учитывают их биоритмы.

Групповые и (или) индивидуальные учебные исследования и проекты (далее вместе – проект) выполняются обучающимся в рамках одного из учебных предметов или на межпредметной основе с целью продемонстрировать свои достижения в самостоятельном освоении содержания избранных областей знаний и (или) видов деятельности и способность проектировать и осуществлять целесообразную и результативную деятельность (учебно-познавательную, конструкторскую, социальную, художественно-творческую и другие) (п. 18.20. ФООП ООО и ФООП СОО).

При этом индивидуальный проект, который относится к обязательной части федерального учебного плана на уровне среднего общего образования, не включен в представленные варианты расписаний. Индивидуальный проект выполняется обучающимся самостоятельно под руководством учителя по выбранной теме в рамках одного или нескольких изучаемых учебных предметов, курсов в любой избранной области деятельности: познавательной, практической, учебно-исследовательской, социальной, художественно-творческой, иной (п. 131.15. ФООП СОО). Его следует планировать на дни, с наименьшим количеством уроков и/или меньшей суммарной балльной трудностью учебных предметов.

4. Адаптация вариантов расписания к условиям общеобразовательной организации

Образовательная организация обладает автономией в разработке и принятии локальных нормативных актов, к компетенции образовательной организации относится, в том числе разработка и принятие правил внутреннего распорядка обучающихся (ч. 2, 3 ст. 28 Федерального закона № 273-ФЗ). Так, образовательная организация принимает локальные нормативные акты по основным вопросам организации и осуществления образовательной деятельности, в том числе регламентирующие режим занятий обучающихся (ч. 2 ст. 30 Федерального закона № 273-ФЗ).

При составлении расписания образовательной организации целесообразно учитывать ее ресурсное обеспечение, в том числе кадровое и материально-техническое, а также контингент обучающихся.

Общеобразовательная организация может адаптировать выбранный вариант единого расписания уроков, исходя из имеющихся условий. Адаптация вариантов расписания уроков необходима:

в случае включения в часть, формируемую участниками образовательных отношений, учебных предметов, которые затем вносятся в адаптированное расписание уроков;

для обучающихся 1-х классов в первые месяцы адаптационного периода (сентябрь-октябрь), когда должна быть снижена образовательная нагрузка в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями (СП 2.4.3648-20) с учетом письма Минпросвещения России от 01.07.2025 № 03-1326);

для обучающихся во вторую смену;

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов;

при работе общеобразовательной организации в режиме полного дня;

при реализации сетевой формы реализации образовательных программ (ст. 15 Федерального закона № 273-ФЗ);

в иных случаях по усмотрению общеобразовательной организации.

Адаптация единых расписаний к условиям общеобразовательной организации проводится с учетом требований к составлению расписания уроков (СП 2.4.3648-20), шкалы трудности учебных предметов (СанПиН 1.2.3685-21) и рекомендаций по составлению расписания уроков (МР 2.4.0331-23).

С целью учета особенностей организации учебного процесса для обучающихся 1-х классов в первые месяцы их обучения в расписании уроков предусмотрен адаптационный период (сентябрь-октябрь) (письмо Минпросвещения России от 1 июля 2025 г. № 03-1326).

В течение сентября и октября учебная нагрузка первоклассников не должна превышать 15 часов в неделю. Это означает, что в день допускается не более 3 уроков продолжительностью по 35 минут каждый. Важно предусмотреть облегченный учебный день – предпочтительно в среду или четверг – с меньшей интеллектуальной нагрузкой, чтобы предупредить переутомление и способствовать мягкой адаптации детей к школьной среде.

Расписание уроков должно быть организовано ступенчато: с меньшим числом уроков в сентябре – октябре и последующим увеличением нагрузки в ноябре – декабре, когда возможно проведение 4-х уроков в день. В адаптационный период распределение учебных предметов осуществляется с учетом их сложности и степени восприимчивости детьми младшего школьного возраста.

Примерное распределение учебных часов по федеральному учебному плану предусматривает, что в первую и третью недели обучающиеся проходят: 4 часа русского языка, 4 часа литературного чтения, 3 часа математики, 1 час окружающего мира, по 0,5 часа музыки и изобразительного искусства, 2 часа физической культуры. Уроки по труду (технологии) в эти недели не проводятся. Во вторую и четвертую недели количество часов по русскому языку остается прежним – 4, по литературному чтению – 3, по математике – 3, по окружающему миру – 1. Также по 0,5 часа отводится на музыку и изобразительное искусство, 1 час – на труд (технологии) и 2 часа – на физическую культуру. Общая недельная нагрузка при этом не превышает 15 часов (письмо Минпросвещения России от 1 июля 2025 г. № 03-1326).

При необходимости сокращения часов в адаптационный период в первую очередь уменьшается количество занятий по наиболее трудным учебным предметам – русскому языку, математике, литературному чтению и окружающему миру. Однако допустимо снижение не более чем на 1 час в неделю по каждому

из этих учебных предметов. Также допускается сокращение количества уроков труда (технологии) до 1 урока в 2 недели.

Важной составляющей расписания уроков в этот период является обеспечение физической активности. После второго и третьего уроков рекомендуется проводить по две перемены длительностью 20 минут. В середине учебного дня должна быть организована динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут, предпочтительно на свежем воздухе. На каждом уроке проводятся обязательные физкультминутки.

При наличии в общеобразовательных организациях учебного процесса во вторую смену, необходимо предусмотреть выполнение ряда условий:

не допускается обучение во вторую смену обучающихся первых, пятых, девярых, десятых и одиннадцатых классов, а также всех классов, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья. На основании этого положения организация учебного процесса во вторую смену возможна исключительно для учащихся вторых, третьих, четвертых, шестых, седьмых и восьмых классов;

учебные занятия во вторую смену должны завершаться не позднее 19:00. Проведение нулевых уроков не допускается. Также не допускается обучение в три смены (п. 3.4.15 СП 2.4.3648-20).

При нахождении детей в школе более четырех часов необходимо обеспечить возможность получения горячего питания (п. 1.9 СП 2.4.3648-20). При составлении расписания следует предусматривать большую перемену, достаточную по продолжительности для организации полноценного питания обучающихся. Также необходимо учитывать пропускную способность столовой в общеобразовательной организации, чтобы избежать перегрузки и обеспечить равномерное распределение обучающихся в течение учебного дня.

Вариант расписания адаптируется к условиям общеобразовательной организации также в случае обучения в ней обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Так, федеральные адаптированные образовательные программы предусматривают отдельные варианты учебных планов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в зависимости от варианта федеральной адаптированной образовательной программы.

При этом, образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано по индивидуальному учебному плану, в соответствии с которым часть расписания учебных предметов может совпадать с предложенным, а часть – быть индивидуальным.

Кроме того, урочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5-дневной учебной неделе, в субботу возможна организация проведения внеурочной деятельности.

Не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны отводиться на обязательные занятия коррекционно-развивающей области, включая обязательные коррекционные курсы, предусмотренные федеральными адаптированными образовательными программами.

Таким образом, при формировании расписания уроков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в том числе с нарушением интеллекта,

целесообразно использовать варианты расписаний уроков с учетом предусмотренных СП 2.4.3648-20, ФГОС НОО ОВЗ, ФГОС УО (ИН), ФАОП НОО, ФАОП ООО, ФАООП УО (ИН) и иных требований.

Так, при составлении расписания уроков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья необходимо учитывать требования санитарных правил и норм СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21, в соответствии с которыми продолжительность уроков во 2-11(12)-х классах составляет не более 40 минут, а максимально допустимая аудиторная нагрузка в течение дня для обучающихся 2-4-х классов составляет 5 уроков, а для обучающихся 5-11(12)-х классов – 6 уроков.

Кроме того, рекомендуется:

для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) на уровне начального общего образования не рекомендуется включать в расписание последним уроком учебный предмет «Русский язык», так как этот предмет для указанных обучающихся является сопряженным с определенным набором специальных учебных дисциплин на разных годах обучения;

для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи на уровне начального общего образования (в 4 классе) рекомендуется 1 раз в неделю предусмотреть последовательные уроки «Русский язык» и «Литературное чтение» для работы над письменной связной речью (сочинения, изложения, другие виды деятельности с художественными или научно-популярными текстами);

для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи на уровне основного общего образования при составлении расписания рекомендуется уроки по учебному предмету «Развитие речи» размещать перед учебным предметом «Русского языка» для обеспечения преемственности практического освоения языковых и речевых средств и их теоретического изучения;

для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) на уровне основного общего образования в расписание не рекомендуется включать два урока подряд по одному учебному предмету.

Рекомендации по адаптации расписания к условиям общеобразовательной организации в случае обучения в ней обучающихся с ограниченными возможностями здоровья представлены в приложении 1 к настоящим методическим рекомендациям.

4.1. Шкала трудности учебных предметов

При адаптации варианта расписания уроков используются шкалы трудности учебных предметов, определенные в таблицах 6.9, 6.10, 6.11 СанПиН 1.2.3685-21, в которых трудность каждого учебного предмета установлена в баллах. Трудность учебного предмета «Основы религиозных культур и светской этики» (ОРКСЭ) – 6 баллов – определена разработчиками вариантов расписания.

За истекший с даты утверждения СанПиН 1.2.3685-21 период времени ряд учебных предметов претерпел изменения, определенные нормативными

правовыми актами. Так, приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 287 введен учебный курс «Вероятность и статистика»; приказом Минпросвещения России от 12 августа 2022 г. № 732 учебный предмет «Информатика и ИКТ» переименован в «Информатика»; Федеральным законом № 618-ФЗ введен учебный предмет «Основы безопасности и защиты Родины»; приказом Минпросвещения России от 22 января 2024 г. № 31 учебный предмет «Технология» переименован в «Труд (технология)».

В связи с этим устанавливать конкретное значение балла трудности для внесенных в варианты расписаний учебных предметов, отсутствующих в таблицах 1-3, следует на основе сходства содержания учебных предметов. Например, для учебного предмета «Труд (технология)», с учетом его сходства по содержанию с учебным предметом «Технология», рекомендуется устанавливать балл трудности для 1-4-х классов со значением – 2 (см. таблица 1); для учебного предмета «Информатика», с учетом его сходства по содержанию с учебным предметом «Информатика и ИКТ», рекомендуется устанавливать балл трудности для 6 класса со значением – 10, а для 7 класса со значением – 4 (см. таблица 2).

4.2. Распределение учебной нагрузки

Учебную нагрузку в течение **учебного дня** следует распределять с учетом дневной кривой работоспособности обучающихся (рис. 1): оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста приходится на интервал от 10 до 12 часов.

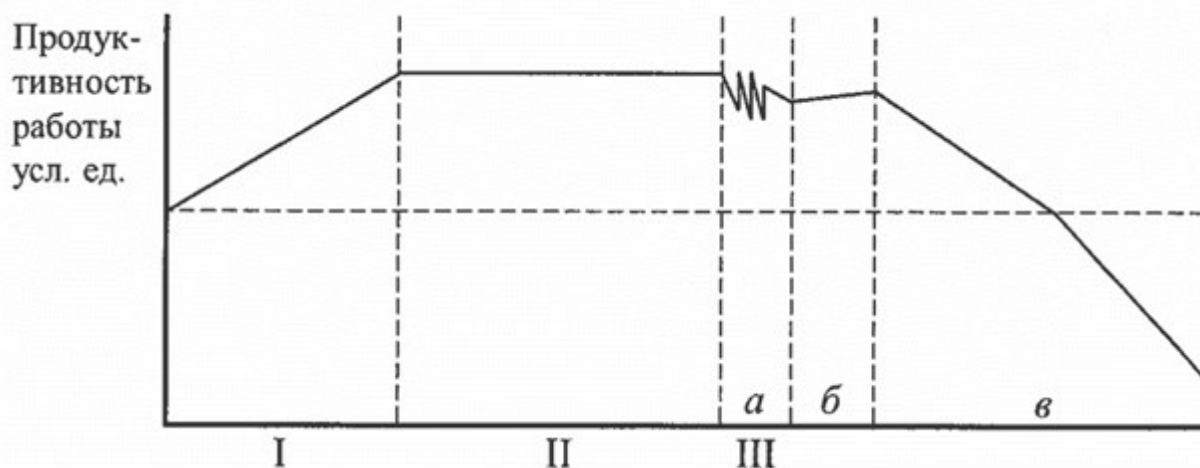


Рис. 1. Динамика дневной и недельной кривой работоспособности обучающихся.

Примечание: I – период вработывания; II – период высокой и устойчивой работоспособности;

III – период снижения работоспособности; а – зона неполной компенсации;

б – зона «конечного порыва»; в – зона прогрессивного падения (МР 2.4.0331-23).

Следовательно, в расписании уроков для обучающихся начального общего образования учебные предметы, наиболее сложные по школе трудности, должны проводиться на 2-3 уроках, а для обучающихся основного общего и среднего общего образования – на 2-4 уроках (МР 2.4.0331-23). Изложение нового материала,

проверочные и контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках в середине учебной недели.

Учебная нагрузка в течение **учебной недели** (рис. 1) может быть распределена с учетом 2-х вариантов:

1 вариант: низкий уровень в понедельник и пятницу при 5-дневной учебной неделе; пятницу и субботу при 6-дневной учебной неделе: с нарастанием нагрузки к середине недели;

2 вариант: при варианте с «облегченным» днем в середине недели наиболее высокие баллы приходятся на вторник и четверг при 5-дневной учебной неделе, либо среду и пятницу при 6-дневной учебной неделе (МР 2.4.0331-23).

Таблица 4. Распределение трудности учебных предметов по дням недели при 5-дневной неделе

Диапазон баллов трудности учебных предметов, %				
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<i>1-й вариант</i> *				
18 и менее	19 - 20	21 - 24	19 - 20	18 и менее
<i>2-й вариант</i> **				
17 и менее	21 - 24	17 - 18	21 - 24	17 и менее

Примечание: за 100 % принимается суммарная трудность учебных предметов за всю неделю.

* - постепенное повышение суммарной трудности учебных предметов к середине недели с постепенным ее снижением к концу недели;

** - распределение трудности учебных предметов с организацией облегченного дня в середине недели.

Таблица 5. Распределение трудности учебных предметов по дням недели при 6-дневной неделе

Диапазон баллов трудности учебных предметов, %					
понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота
<i>1-й вариант</i> *					
15 и менее	17 - 18	19 - 20	19 - 20	16 - 17	14 и менее
<i>2-й вариант</i> **					
15 и менее	17 - 18	20 - 21	16 - 17	18 - 19	14 и менее

Примечание: за 100 % принимается суммарная трудность учебных предметов за всю неделю.

* - постепенное повышение суммарной трудности учебных предметов к середине недели с постепенным ее снижением к концу недели;

** - распределение трудности учебных предметов с организацией облегченного дня в середине недели.

Объем максимально допустимой недельной нагрузки в течение дня для обучающихся:

В адаптационный период:

1-х классов 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 остальные периоды:

1-х классов в январе-мае – по 4 урока в день (по 40 минут каждый) и один раз в неделю может быть 5 уроков (за счет включения в расписание урока физической культуры);

2-4-х классов – 5 уроков и один раз в неделю может быть 6 уроков (за счет включения в расписание урока физической культуры);

5-6-х классов – 6 уроков;

7-11-х классов – 7 уроков.

4.3. Продолжительность уроков и перемен

Продолжительность уроков в течение учебного года не должна превышать в:

1-м классе – 35 минут (в сентябре-декабре) и 40 минут (в январе-мае);

2-11-х классах – 45 минут;

классах, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья – 40 минут.

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

5. Проверка адаптированных вариантов расписаний

Общеобразовательная организация для составления расписания уроков и его оценки на предмет соответствия требованиям к составлению расписания может использовать автоматизированные программы, которые учитывают санитарно-эпидемиологические требования к составлению расписания.

Рекомендации по адаптации расписания к условиям общеобразовательной организации в случае обучения в ней обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

1. При составлении расписания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих образование на уровне начального общего образования, целесообразно в качестве основы использовать примерное расписание уроков по Федеральному учебному плану начального общего образования (Вариант 1. 5 – дневная учебная неделя) (далее – примерное расписание НОО вариант 1) с учетом следующего.

1.1. Примерное расписание НОО вариант 1 может быть использовано при организации образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по вариантам «Х.1» федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1023 (далее – ФАОП НОО ОВЗ), с учетом следующих особенностей:

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать обязательные занятия коррекционной направленности, предусмотренные ФАОП НОО ОВЗ;

- для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья вместо учебного предмета «Физическая культура» реализуется учебный предмет «Адаптивная физическая культура».

1.2. Примерное расписание НОО вариант 1 может быть использовано при организации образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по вариантам «Х.2» ФАОП НОО ОВЗ, в том числе:

- при организации пролонгированного обучения расписание уроков может составляться на основе расписания уроков класса, в котором предусмотрена пролонгация сроков освоения отдельных предметов (учебного материала);

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать обязательные занятия коррекционной направленности, предусмотренные ФАОП НОО ОВЗ;

- для обучающихся с нарушениями зрения (слепых, слабовидящих), обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата, обучающихся с расстройствами аутистического спектра, обучающихся с задержкой психического развития может быть предусмотрено изменение сроков и продолжительности изучения иностранного языка с учетом особенностей федеральных учебных планов ФАОП НОО ОВЗ;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) из обязательных для изучения учебных предметов исключается учебный предмет «Музыка»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышающих,

позднооглохших и кохлеарно имплантированных), обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (первое отделение) из обязательных для изучения учебных предметов исключается учебный предмет «Иностранный язык»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) в обязательные для изучения учебные предметы включаются учебные предметы «Предметно-практическое обучение»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) в 1-3 классах учебный предмет «Литературное чтение» заменяется на учебный предмет «Чтение и развитие речи», учебный предмет «Окружающий мир» в 1-2 классах – на учебный предмет «Ознакомление с окружающим миром»;

- для обучающихся с нарушениями зрения (слепых) со 2 класса в обязательные учебные предметы включается учебный предмет «Информатика»;

- для обучающихся с нарушениями зрения (слепых) учебный предмет «Изобразительное искусство» заменяется на учебный предмет «Изобразительное искусство (тифлографика)»;

- для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи в 1 дополнительном и 1 классах учебные предметы «Русский язык» и «Литературное чтение» заменяются на учебный предмет «Обучение грамоте»;

- для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья вместо учебного предмета «Физическая культура» реализуется учебный предмет «Адаптивная физическая культура».

1.3. Примерное расписание НОО вариант 1 может быть использовано при разработке расписания уроков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих образование по варианту «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ, и обучающихся с нарушением интеллекта, получающих образование по варианту «1» федеральной адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1026 (далее – ФАООП УО(ИН) (I этап), с учетом следующих особенностей:

- при организации пролонгированного обучения расписание уроков может составляться на основе расписания уроков класса, в котором предусмотрена пролонгация сроков освоения отдельных предметов (учебного материала);

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать обязательные занятия коррекционной направленности, предусмотренные ФАОП НОО ОВЗ, ФАООП УО(ИН);

- обучающиеся с нарушением интеллекта по вариантам «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ и обучающиеся с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) не осваивают в процессе обучения на I этапе учебные предметы «Иностранный язык», «Основы религиозных культур и светской этики»;

- обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья по вариантам «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ и обучающиеся с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) вместо учебного предмета «Физическая культура» осваивают

учебный предмет «Адаптивная физическая культура»;

- для обучающихся с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН), для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата, обучающихся с расстройствами аутистического спектра, обучающихся по вариантам «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ, в обязательные учебные предметы включается учебный предмет «Речевая практика»;

- обучающиеся с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН), обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата, обучающиеся с расстройствами аутистического спектра, обучающиеся по вариантам «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ, вместо учебного предмета «Окружающий мир» осваивают учебный предмет «Мир природы и человека», вместо учебного предмета «Литературное чтение» – учебный предмет «Чтение»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных), обучающихся по варианту «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ, в обязательные для изучения учебные предметы в соответствии с федеральным учебным планом ФАОП НОО ОВЗ включается учебный предмет «Предметно-практическое обучение»; учебный предмет «Литературное чтение» заменяется на учебный предмет «Чтение и развитие речи»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных), обучающихся по варианту «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ, в обязательные для изучения учебные предметы включается учебный предмет «Развитие речи»;

- для обучающихся с нарушениями зрения (слепых), обучающихся по варианту «Х.3» ФАОП НОО ОВЗ, учебный предмет «Изобразительное искусство» заменяется на учебный предмет «Изобразительное искусство (тифлографика)».

1.4. Расписание уроков для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих образование по варианту «Х.4» ФАОП НОО ОВЗ, и обучающихся с нарушением интеллекта, получающих образование по варианту «2» ФАООП УО(ИН) (I этап), разрабатывается с учетом организации образования указанных обучающихся по специальной индивидуальной программе развития.

2. При составлении расписания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих образование на уровне основного общего образования, целесообразно в качестве основы использовать примерное расписание уроков по Федеральному учебному плану основного общего образования (Вариант № 1. 5 – дневная учебная неделя) (далее – примерное расписание ООО вариант 1) с учетом следующего.

2.1. Примерное расписание ООО вариант 1 может быть использовано при организации образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по вариантам «Х.1» федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1025 (далее – ФАОП ООО ОВЗ), с учетом следующих особенностей:

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать обязательные занятия коррекционной направленности, предусмотренные

ФАОП ООО ОВЗ;

- для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья вместо учебного предмета «Физическая культура» реализуется учебный предмет «Адаптивная физическая культура».

2.2. Примерное расписание ООО вариант 1 может быть использовано при организации образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по вариантам «Х.2» ФАОП ООО ОВЗ, в том числе:

- при организации пролонгированного обучения (5 – 9(10) классы) расписание уроков может составляться на основе расписания уроков класса, в котором предусмотрена пролонгация сроков освоения отдельных предметов (учебного материала);

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать обязательные занятия коррекционной направленности, предусмотренные ФАОП ООО ОВЗ;

- для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья вместо учебного предмета «Физическая культура» реализуется учебный предмет «Адаптивная физическая культура»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных), обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата может быть предусмотрено изменение сроков и продолжительности изучения иностранного языка с учетом особенностей федеральных учебных планов ФАОП ООО ОВЗ;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) из обязательных для изучения учебных предметов может быть исключен учебный предмет «Музыка»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (глухих, слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных), обучающихся с нарушениями речи должно быть включено изучение учебного предмета «Развитие речи» (в 5 – 9(10) классах);

- для обучающихся с нарушениями зрения (слепых, слабовидящих) в 5 и 6 классах в обязательные учебные предметы включается учебный предмет «Информатика»;

- для обучающихся с нарушениями зрения (слепых) учебный предмет «Изобразительное искусство» заменяется на учебный предмет «Изобразительное искусство (Тифлографика)».

2.3. Примерное расписание ООО вариант 1 может быть использовано при разработке расписания уроков для обучающихся с нарушением интеллекта, получающих образование по варианту «1» федеральной адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1026 (далее – ФАОП УО(ИН) (II этап), с учетом следующих особенностей:

- при организации пролонгированного обучения расписание уроков может составляться на основе расписания уроков класса, в котором предусмотрена

продлонгация сроков освоения отдельных предметов (учебного материала);

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать обязательные занятия коррекционной направленности, предусмотренные ФАООП УО(ИН);

- обучающиеся с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) не осваивают в процессе обучения на II этапе учебные предметы «Иностранный язык», «Алгебра», «Геометрия», «Вероятность и статистика», «Физика», «Химия», «Основы безопасности и защиты Родины», «Основы духовно-нравственной культуры народов России»;

- обучающиеся с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) в процессе обучения на II этапе вместо учебного предмета «Литература» осваивают учебный предмет «Чтение (Литературное чтение)», вместо учебного предмета «Обществознание» – учебный предмет «Основы социальной жизни», вместо учебного предмета «История» – учебные предметы «Мир истории» (6 класс), «История Отечества» (с 7 класса), вместо учебного предмета «Биология» – учебные предметы «Природоведение» (5 – 6 классы), «Биология» (с 7 класса); вместо учебного предмета «Физическая культура» – учебный предмет «Адаптивная физическая культура», вместо учебного предмета «Изобразительное искусство» – учебный предмет «Рисование (Изобразительное искусство);

- обучающиеся с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) осваивают учебный предмет «Информатика» начиная с 7 класса;

- для обучающихся с нарушениями слуха (слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) с нарушением интеллекта в обязательные для изучения учебные предметы включается учебный предмет «Развитие речи»;

- для обучающихся с нарушениями слуха (слабослышащих, позднооглохших и кохлеарно имплантированных) с нарушением интеллекта из обязательных учебных предметов исключается учебный предмет «Музыка»;

- для обучающихся с нарушениями зрения (слепых) с нарушением интеллекта учебный предмет «Рисование» заменяется на учебный предмет «Рисование (тифлографика)».

2.4. Расписание уроков для обучающихся с нарушением интеллекта, получающих образование по варианту «2» ФАООП УО(ИН) (II этап), разрабатывается с учетом организации образования указанных обучающихся по специальной индивидуальной программе развития.

3. При составлении расписания для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих образование на уровне среднего общего образования, может быть использовано любое примерное расписание уроков по Федеральному учебному плану среднего общего образования с учетом изучаемого обучающимся с ограниченными возможностями здоровья профиля с учетом следующих особенностей:

- урочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможна организация проведения внеурочной деятельности;

- при организации продлонгированного обучения расписание уроков может составляться на основе расписания уроков класса, в котором предусмотрена

продлонгация сроков освоения отдельных предметов (учебного материала);

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их особых образовательных потребностей;

- для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья вместо учебного предмета «Физическая культура» реализуется учебный предмет «Адаптивная физическая культура».

3.1. Расписание уроков для обучающихся с нарушением интеллекта, получающих образование по варианту «1» федеральной адаптированной основной общеобразовательной программе обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1026 (далее – ФАООП УО(ИН) (III этап), разрабатывается с учетом следующих особенностей, предусмотренных федеральным учебным планом ФАООП УО(ИН), в том числе:

- не менее 5 часов из предусмотренных для внеурочной деятельности должны включать обязательные занятия коррекционной направленности, предусмотренные ФАООП УО(ИН);

- обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) не осваивают в процессе обучения на III этапе учебные предметы «Иностранный язык», «Физика», «Химия», «Биология», «История», «География», «Основы безопасности и защиты Родины», «Индивидуальный проект»;

- обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) в процессе обучения на III этапе вместо учебного предмета «Литература» осваивают учебный предмет «Литературное чтение», вместо учебных предметов «Алгебра», «Геометрия», «Вероятность и статистика» – учебный предмет «Математика», вместо учебного предмета «Обществознание» – учебные предметы «Основы социальной жизни», «Этика», «Обществоведение», вместо учебного предмета «Физическая культура» – учебный предмет «Адаптивная физическая культура»;

- обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья с нарушением интеллекта по варианту «1» ФАООП УО(ИН) в процессе обучения на III этапе преимущественно осваивают учебный предмет «Труд (технология)» (до 15 часов в неделю).

3.2. Расписание уроков для обучающихся с нарушением интеллекта, получающих образование по варианту «2» ФАООП УО(ИН) (III этап), разрабатывается с учетом организации образования указанных обучающихся по специальной индивидуальной программе развития.