

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Колундаевская средняя общеобразовательная школа»

Принят
на заседании педсовета
протокол №21 от 31.08.26г.

Согласовано
с Советом школы
протокол №4 от 31.08.26г.



**Учебный план индивидуального обучения обучающейся 7 класса,
осваивающей адаптированную основную общеобразовательную
программу основного общего образования для детей с умственной
отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)
на 2026-2027 учебный год**

Пояснительная записка к индивидуальному учебному плану на 2026–2027 учебный год (7 класс, АООП, вариант 1, обучение на дому)

1. Общие положения

Индивидуальный учебный план (ИУП) разработан для обучающейся 7 класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в актуальной редакции);
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (в ред. от 17.07.2024);
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19) (зарегистрирован в Минюсте России 02.06.2026 № 86855);
- СанПиН 2.3/2.4.4282-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 18) (зарегистрирован в Минюсте России 02.06.2026 № 86854);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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» (в ред. от 24.12.2025);
- Уставом МБОУ «Колундаевская СОШ»;
- Согласием родителей (законных представителей) на обучение по индивидуальному учебному плану.

ИУП является составной частью специальной индивидуальной программы развития (СИПР) и разработан с учётом индивидуальных особенностей, психофизического состояния и рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии. План обеспечивает освоение АООП (вариант 1) с коррекционной поддержкой и направлен на формирование базовых жизненных компетенций и доступных предметных знаний.

2. Целевая направленность

Цели ИУП:

- формирование базовых жизненных компетенций, доступных предметных знаний и умений;
- коррекция познавательной деятельности, эмоционально-волевой сферы, поведения и речи;
- развитие способности действовать по образцу, алгоритму и инструкции;
- укрепление здоровья, формирование навыков безопасного и социально приемлемого поведения;
- подготовка к максимально возможной самостоятельности и социальной адаптации;
- формирование навыков самообслуживания и социально-бытовой ориентировки.

3. Особенности реализации

- Форма обучения: на дому (индивидуальные занятия).
- Продолжительность учебного года: 34 учебные недели.
- Режим обучения: 5-дневная учебная неделя.
- Длительность одного занятия: не более 25–30 минут (с учётом рекомендаций СанПиН, индивидуальных особенностей и утомляемости обучающейся).
- В ходе каждого занятия предусматриваются физкультминутки и паузы для снятия зрительного и мышечного напряжения.
- Коррекционная работа реализуется через индивидуальные коррекционные курсы (логопед, психолог, ритмика) и включение коррекционных задач в содержание учебных предметов.
- Мониторинг освоения программы: текущий контроль — 1 раз в четверть; промежуточная аттестация — в конце учебного года.
- При необходимости (повышенная утомляемость, смена состояния здоровья) распределение часов может быть скорректировано по согласованию с родителями и специалистами (логопед, педагог-психолог) и оформлено приказом директора школы.

4. Предметное содержание и коррекционная работа

Русский язык (4 ч/нед.)

Освоение доступного уровня грамматики и связной речи: работа с предложением (структура, порядок слов, главные члены), различение частей речи на практическом уровне, подбор однокоренных слов, разбор слова по составу в упрощённом виде. Практические задания на списывание, диктанты с адаптированными текстами, составление коротких текстов по плану и по опорным словам, работа с деформированными предложениями. Акцент делается на понятность и коммуникативную применимость: умение выразить просьбу, сообщить факт, описать предмет.

Чтение (4 ч/нед.)

Чтение вслух и про себя текстов адаптированного уровня (с учётом техники чтения и понимания). Работа с содержанием: ответы на вопросы по тексту, выделение главной мысли, составление простого плана, пересказ по плану и с опорой на иллюстрации. Включение текстов бытового и социально значимого содержания (объявления, инструкции, правила поведения). Развитие навыка находить в тексте нужную информацию и соотносить её с жизненной ситуацией.

Математика (3 ч/нед.)

Закрепление арифметических действий в пределах 1 000, решение простых текстовых задач, работа с мерами длины, массы, стоимости, времени. Практические задачи на расчёт стоимости покупки, определение времени по часам, измерение и сравнение величин. Формирование умения следовать алгоритму решения задачи (прочитать условие, выделить данные, выбрать действие, записать решение, проверить ответ).

Информатика (1 ч/нед.)

Базовые навыки работы с компьютером и цифровыми инструментами: включение/выключение ПК, работа с мышью и клавиатурой, запуск программ, создание простых текстовых и графических файлов. Безопасное использование цифровых ресурсов, понимание правил цифровой гигиены. Практические задания подбираются с учётом индивидуальных возможностей: копирование и вставка текста, работа с простыми шаблонами, использование крупных шрифтов и понятных интерфейсов.

Биология (2 ч/нед.) и География (2 ч/нед.)

Биология: изучение доступных тем о строении и жизнедеятельности организма человека, растениях и животных ближайшего окружения, правилах гигиены и здорового образа жизни. География: знакомство с картой, условными обозначениями, сторонами горизонта,

ориентирование на местности, изучение родного края. Практическая составляющая — работа с иллюстрациями, схемами, картами, составление описаний по плану, соотнесение изображений с названиями и свойствами.

Основы социальной жизни (2 ч/нед.) и История Отечества (2 ч/нед.)

ОСЖ: формирование навыков самообслуживания и социально-бытовой ориентировки (личная гигиена, уход за вещами, приготовление простых блюд, обращение с деньгами, пользование транспортом, правила безопасности). История Отечества: освоение доступных фактов и событий в хронологической последовательности, соотнесение дат и событий, работа с иллюстрациями и простыми историческими источниками. Основной акцент — на понятность, наглядность и связь с современностью.

Труд (технология) (7 ч/нед.)

Практико-ориентированное освоение доступных трудовых операций: работа с материалами и инструментами, соблюдение техники безопасности, планирование этапов работы, контроль качества. Изготовление изделий по образцу и по простой инструкции, выполнение технологических карт. Развитие моторики, зрительно-моторной координации, умения действовать по алгоритму.

Адаптивная физическая культура (2 ч/нед.)

Формирование двигательных навыков с учётом состояния здоровья: упражнения на координацию, равновесие, общую моторику, развитие выносливости и силы в адаптированном объёме. Включение дыхательных упражнений, релаксации, элементов ритмики. Обучение правилам безопасного поведения на занятиях, самоконтролю самочувствия.

Коррекционная работа (встроена в учебные предметы и реализуется на отдельных занятиях)

Логопедические занятия (1 ч/нед.)

Развитие понимания и использования речи в коммуникативных ситуациях: уточнение словаря, работа над грамматическим строем, развитие связной речи (ответы на вопросы, составление предложений, пересказ). Коррекция звукопроизношения и фонематического восприятия при необходимости. Формирование умения понимать и выполнять многоступенчатые инструкции, работать с визуальными опорами (картинки, схемы, пиктограммы).

Психокоррекционные занятия (1 ч/нед.)

Развитие познавательной деятельности и эмоционально-волевой сферы: формирование навыков планирования и контроля своей деятельности, работа с алгоритмами, развитие внимания и памяти. Обучение способам саморегуляции (дыхание, паузы, выбор комфортного темпа), формирование социально приемлемого поведения и навыков взаимодействия. Использование наглядных опор, пошаговых инструкций, визуализации правил и ожиданий.

Ритмика (1 ч/нед.)

Развитие общей и мелкой моторики, координации движений, чувства ритма и темпа. Выполнение упражнений по образцу и по словесной инструкции, формирование умения переключаться между действиями, удерживать последовательность. Включение элементов релаксации и снятия мышечного напряжения.

Внеурочная деятельность

Внеурочная деятельность включена в индивидуальный учебный план как обязательная составляющая реализации АООП (вариант 1) и направлена на формирование базовых жизненных компетенций, предусмотренных СИПР. Содержание курсов адаптировано с учётом рекомендаций ТПМПК, индивидуальных особенностей и уровня развития обучающейся; реализация осуществляется в практико-ориентированной форме с использованием визуальных опор, пошаговых инструкций и упрощённых заданий.

«Разговоры о важном» (1 ч/нед., социально-гуманитарное направление) — модуль обеспечивает формирование социально приемлемого поведения, ценностных ориентиров и навыков коммуникации. Реализуется через обсуждение адаптированных тем с опорой на иллюстрации, короткие видеофрагменты, моделирование бытовых ситуаций. Формы работы: беседа с выбором из 2–3 вариантов ответа, фиксация мнения в доступной форме (словесно, жестом, пиктограммой). Модуль поддерживает предметные области «Человек и общество» и «Основы социальной жизни»: обучающаяся учится соотносить правила поведения с конкретными ситуациями, выражать просьбу, сообщать факт, понимать простые социальные нормы. Результаты фиксируются наблюдением и отражаются в индивидуальной карте развития.

«Функциональная грамотность» (1 ч/нед., общеинтеллектуальное направление) — практико-ориентированный модуль, направленный на применение знаний в реальных бытовых и социальных ситуациях. Задания адаптированы по объёму и сложности: чтение объявлений и инструкций, заполнение простых бланков, расчёт стоимости покупок, определение времени и маршрута, работа с условными обозначениями. Модуль интегрирован с предметами «Математика», «Русский язык», «География» и «Основы социальной жизни» и обеспечивает перенос предметных умений в жизненную практику. Форма текущего контроля — практические мини-задания с оценкой по критериям: правильность, самостоятельность, использование визуальных опор. Результаты фиксируются в индивидуальной карте достижений.

**Недельный учебный план для учащейся 7 класса
МБОУ «Колундаевская СОШ», обучающегося на дому, в 2026-2027
учебном году в рамках федерального государственного образовательного
стандарта основного общего образования для обучающихся с
умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).**

Предметные области	Учебные предметы (учебные курсы)	Количество часов в неделю
		VII класс
Обязательная часть		
Язык и речевая практика	Русский язык	4
	Чтение	4
Математика	Математика	3
	Информатика	1
Естествознание	Биология	2
	География	2
Человек и общество	Основы социальной жизни	2
	История Отечества	2
Физическая культура	Адаптивная физическая культура	2
Технология	Труд (технология)	7
Итого		29
Часть, формируемая участниками образовательных отношений		
Учебные предметы, курсы, модули по выбору:		
Модули по видам спорта «Легкая атлетика»		1
Всего в неделю		30
Коррекционно – развивающая область		
	Логопедические занятия	1
	Психокоррекционные занятия	1
	Ритмика	1
Итого (коррекционно – развивающая)		3

область)		
План внеурочной деятельности		
Социально-гуманитарное направление	«Разговоры о важном»	1
Общеинтеллектуальное направление	Функциональная грамотность	1
Итого (внеурочная деятельность)		2
Общая недельная нагрузка		35

Формы промежуточной аттестации

Учебный предмет	Форма промежуточной аттестации
Русский язык	Списывание с грамматическим заданием (адаптированный уровень)
Чтение	Проверка техники чтения+ пересказ по плану
Математика	Контрольная работа (базовый уровень, с выбором заданий по уровню сложности)
Информатика	Практическое задание на компьютере (по индивидуальным возможностям)
Биология	Устный рассказ по плану с опорой на иллюстрации /схемы
География	Практическая работа (работа с картой, условными обозначениями)
Основы социальной жизни	Практико – ориентированное задание (моделирование бытовой ситуации)
История Отечества	Практическое задание (соотнесение дат и событий, работа с иллюстрациями)
Труд (технология)	Практическая работа: изготовление изделия с оценкой по критериям (качество, самостоятельность, соблюдение техники безопасности)
Адаптивная физическая культура	Выполнение контрольных упражнений (адаптированных, с учетом состояния здоровья)
Логопедические занятия	Фиксация динамики в индивидуальной карте развития (уровень речи, понимание инструкций, коммуникативные навыки)
Психокоррекционные занятия	Фиксация динамики в индивидуальной карте развития (эмоционально – волевая сфера, поведение, навыки саморегуляции)
Ритмика	Демонстрация комплекса упражнений (ритм, координация, выполнение по образцу)
«Разговоры о важном»	Наблюдение за участием и способностью выразить мнение (в доступной форме)
Функциональная грамотность	Практическое мини – задание (чтение объявления, заполнение бланка, расчет стоимости)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707901

Владелец Беланова Людмила Борисовна

Действителен с 17.04.2026 по 17.04.2027