

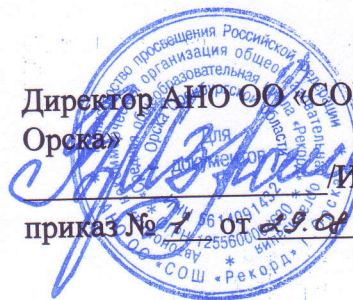
ПРИНЯТ

на педагогическом совете
протокол № 1 от 29.09 2025 года
с учетом мнения Совета родителей
(законных представителей)
протокол № 1 от 29.09 2025 года
с учетом мнения Совета обучающихся
протокол № 1 от 29.09 2025 года

УТВЕРЖДАЮ:

Директор АНО ОО «СОШ «Рекорд» г.
Орска»

Измайлова В.И./
приказ № 1 от 29.09 2025 года



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

основного общего образования

АНО ОО «СОШ «РЕКОРД» г. ОРСКА»

на 2025-2026 УЧЕБНЫЙ ГОД

для обучающихся, которые начнут обучение на уровне ОО с 01.09.2025.



Учебный план Основного общего образования АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска» на 2025-2026 уч. год

Пояснительная записка

Учебный план разработан на основе варианта № 1 федерального учебного плана Федеральной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 370 с учетом изменений, внесенных приказом от 09.10.2024 № 704 для обучающихся, которые начнут обучение на уровне ОО с 01.09.2025.

Учебный план основной образовательной программы основного общего образования (далее – учебный план) обеспечивает реализацию требований ФГОС ОО и ФОП ОО, определяет общие рамки отбора учебного материала, формирования перечня результатов образования и организации образовательной деятельности.

Учебный план:

- фиксирует максимальный объём учебной нагрузки обучающихся;
- определяет (регламентирует) перечень учебных предметов, курсов и время, отводимое на их освоение и организацию;
- распределяет учебные предметы, курсы, модули по классам и учебным годам.

В 2025-2026 учебном году разработка учебного плана основного общего образования осуществляется в соответствии со следующими основными федеральными нормативными и методическими документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями приказа Минпросвещения 467 от 18 июля 2025г).
3. Приказ Минпросвещения России от 22.01.2024 № 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».
4. Приказ Минпросвещения России от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования».
5. Приказ Минпросвещения России от 01.02.2024 №62 «О внесении изменений в некоторые приказы Минпросвещения России, касающиеся федеральных образовательных программ основного общего образования и среднего общего образования».
6. Приказ Минпросвещения России от 19.02.2024 №110 «О внесении изменений в некоторые приказы Минпросвещения России и Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования».
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.10.2024 №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"(Зарегистрирован 11.02.2025 № 81220).
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 19.03.2024г. № 171 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных

образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования».

9. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 августа 2024 г. N 10 , действующим до 1 января 2027 г.

10. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 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" с изменениями, внесенными постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 декабря 2022 г. N 24 , от 17 марта 2025 г. N 2 действующим до 1 марта 2027 г. (далее - Гигиенические нормативы

11. Постановления Правительства РФ №556 от 30.04.2024г. «Об утверждении перечня мероприятий по оценке качества образования».

12. Устав АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска».

Нормативный срок освоения основной образовательной программы основного общего образования составляет 5 лет.

Режим работы общеобразовательной организации

Понедельник – пятница: с 8.00 часов до 18.00 часов. В воскресенье и праздничные дни (установленные законодательством Российской Федерации) Образовательное учреждение не работает.

Продолжительность учебного года

Учебный год в образовательной организации начинается 1 сентября, заканчивается 26 мая. Для 9 классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

Продолжительность учебного года в 5 - 9 классах – 34 недели без учета государственной (итоговой) аттестации. Учебный год условно делится на четверти (5-9 классы), являющиеся периодами, за которые выставляются отметки за текущее освоение образовательной программы. Продолжительность учебных периодов составляет в первом полугодии не более 8 учебных недель; во втором полугодии - не более 11 учебных недель. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

Продолжительность учебной недели

АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска» осуществляет образовательный процесс по графику: пятидневной учебной недели с двумя выходными днями для обучающихся 1-11 классов. Максимальное число часов в неделю в 5, 6 и 7 классах при 5-дневной учебной неделе и 34 учебных неделях составляет 29, 30 и 32 часа соответственно. Максимальное число часов в неделю в 8 и 9 классах составляет 33 часа.

Между началом внеурочных занятий и последним уроком организуется перерыв продолжительностью 30 минут.

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели и соответствует требованиям санитарных норм СанПиН 1.2.3685-21. Объем максимально допустимой образовательной нагрузки в течение дня в 5–6-х классах не превышает шести уроков, в 7–9-х классах – семи уроков.

Продолжительность урока на уровне основного общего образования составляет 40

минут. Для классов, в которых обучаются дети с ОВЗ, – 40 минут. Во время занятий необходим перерыв для гимнастики не менее 2 минут.

Требования к объему домашних заданий

Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): в 5 классе - 2 ч, в 6 - 8 классах - 2,5 ч, в 9 - 11 классах - до 3,5 ч. Образовательной организацией осуществляется координация и контроль объема домашнего задания обучающихся каждого класса по всем предметам в соответствии с Гигиеническими нормативами.

Домашнее задание на следующий урок задается на текущем уроке, дублируется в электронном журнале не позднее времени окончания учебного дня – 16.00. Для выполнения задания, требующего длительной подготовки (например, подготовка доклада, реферата, оформление презентации, заучивание стихотворений), предоставляется достаточное количество времени.

Использование электронных средств обучения в ходе реализации образовательной деятельности, включая выполнение домашних заданий, внеурочную деятельность, проводится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями и Гигиеническими нормативами

Особенности организации образовательной деятельности в соответствии с требованиями обновленного ФГОС ООО в 2025-2026 учебном году

Учебный план обеспечивает преподавание и изучение государственного языка Российской Федерации, а также возможность преподавания и изучения родного языка из числа языков народов Российской Федерации, из числа государственных языков республик Российской Федерации, в том числе русского языка как родного языка.

В учебный план входят следующие обязательные для изучения учебные предметы: "Русский язык", "Литература", "Иностранный язык", "Математика", "Информатика", "История", "Обществознание", "География", "Физика", "Химия", "Биология", "Изобразительное искусство", "Музыка", "Духовно-нравственная культура России", "Труд (технология)", "Физическая культура", "Основы безопасности и защиты Родины".

Учебный предмет "Математика" включает в себя учебные курсы "Алгебра", "Геометрия", "Вероятность и статистика".

Изучение учебного предмета "Духовно-нравственная культура России" начинается с 2026/27 учебного года.

Согласно ч.6.3. ст.6 273-ФЗ (с учетом Федерального закона от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»), при разработке основной образовательной программы ООО АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска» предусматривает **непосредственное применение** при реализации обязательной части образовательной программы основного общего образования федеральных рабочих программ по учебным предметам **«Русский язык», «Литература», «История», «Обществознание», «География», «Основы безопасности и защиты Родины», «Труд (технология)».**

Учебный план состоит из двух частей: обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Обязательная часть учебного плана определяет состав учебных предметов, обязательных для всех имеющих по данной программе государственную аккредитацию образовательных организаций, реализующих образовательную программу основного

общего образования, и учебное время, отводимое на их изучение по классам (годам) обучения.

В целях обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся **часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений** из перечня, предлагаемого Организацией, включает учебные предметы, учебные курсы, учебные модули, курсы внеурочной деятельности по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие углубленное изучение учебных предметов, с целью удовлетворения различных интересов обучающихся, потребностей в физическом развитии и совершенствовании, а также учитывающие этнокультурные интересы, особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ.

Время, отводимое на данную часть учебного плана, используется на:

- увеличение учебных часов, предусмотренных на изучение отдельных учебных предметов обязательной части, в том числе на углубленном уровне (элективный курс «Математический практикум» -7,8 кл);
- введение специально разработанных учебных курсов, обеспечивающих интересы и потребности участников образовательных отношений, в том числе этнокультурные (элективный курс «Основы программирования» 5,6 кл);
- другие виды учебной, воспитательной, спортивной и иной деятельности обучающихся (модуль «Легкая атлетика», дополняет учебный предмет «Физическая культура»)

Вариативность содержания образовательной программы основного общего образования реализуется через возможность формирования программ основного общего образования различного уровня сложности и направленности с учетом образовательных потребностей и способностей обучающихся.

Обучение в АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска» ведётся на русском языке.

Учебный план не предусматривает преподавание учебных предметов «Родной язык» и «Родная литература», «Второй иностранный язык», так как родители обучающихся в заявлениях не выразили желание изучать указанные учебные предметы.

В интересах детей с участием обучающихся и их семей могут разрабатываться индивидуальные учебные планы, в рамках которых формируется индивидуальная траектория развития обучающегося (содержание учебных предметов, курсов, модулей, темп и формы образования). Реализация индивидуальных учебных планов, программ сопровождается тьюторской поддержкой.

Учебный план рассчитан на **5338** часов за пять лет обучения. Это соответствует установленным нормам аудиторной работы обучающихся за пять учебных лет согласно ФГОС ООО не менее 5338 часов за весь период обучения и не более 5848 часов, в соответствии с требованиями к организации образовательного процесса к учебной нагрузке при 5-дневной (6-дневной) учебной неделе, предусмотренными Гигиеническими нормативами и Санитарно-эпидемиологическими требованиями.

Время, отведенное на внеурочную деятельность, не учитывается при определении максимально допустимой недельной учебной нагрузки обучающихся.

Формы организации образовательной деятельности, чередование урочной и внеурочной деятельности при реализации основной образовательной программы основного общего образования определяет АНО ОО «СОШ «Рекорд» г.Орска».

для обучающихся, которые начнут обучение на уровне ООО с 01.09.2025.

Учебные предметы	Классы					
	V	VI	VII	VIII	IX	Всего
Обязательная часть						
Русский язык	5	6	4	3	3	21
Литература	3	3	2	2	3	13
Иностранный язык (английский)	3	3	3	3	3	15
Математика	5	5	-	-	-	10
Алгебра	-	-	3	3	3	9
Геометрия	-	-	2	2	2	6
Вероятность и статистика	-	-	1	1	1	3
Информатика	-	-	1	1	1	3
История: «История России»; «Всеобщая история»; «История нашего края»	3	3	3	3	2	14
Обществознание	-	-	-	-	1	1
География	1	1	2	2	2	8
Физика	-	-	2	2	3	7
Химия	-	-	-	2	2	4
Биология	1	1	1	2	2	7
Музыка	1	1	1	1	-	4
Изобразительное искусство	1	1	1	-	-	3
Труд (технология)	2	2	2	1	1	8
Физическая культура	2	2	2	2	2	10
Основы безопасности и защиты Родины	-	-	-	1	1	2
Итого	27	28	30	31	32	148
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	2	2	2	2	1	9
Модуль «Легкая атлетика»	1	1	1	1	1	5
Элективный курс «Основы программирования»	1	1				2
Элективный курс «Математический практикум»			1	1		2
Максимально допустимая недельная нагрузка	29	30	32	33	33	157
Учебные недели	34	34	34	34	34	170
Всего учебных часов на учебный период	986	1020	1088	1122	1122	5338
Курсы внеурочной деятельности						
«Разговоры о важном»	1	1	1	1	1	5

«Россия-мои горизонты»	-	1	1	1	1	4
«Танец»	1	1	1	1		4
«Хоровое пение»	1	1	1	1		4
«Музыкальный театр»	1	1	1	1		4
«Функциональная грамотность»	2	2	2	2		8
Предметные курсы по выбору	-	-	-	-	7	7
«Экологический образ жизни»	1	-	-	-	-	1
«Основы военной подготовки»	-	-	-	0,5	-	0,5
Итого на реализацию курсов внеурочной деятельности	7	7	7	7,5	9	37,5

1) Русский язык реализуется в 5, 6, 7 классах по 5, 6, 4 часа соответственно, в 8-9 классах по 3 часа. Литература реализуется в 5, 6, 9 классах по 3 часа, в 7 и 8 классе по 2 часа.

2) Английский язык реализуется в 5-9 классах по 3 часа в неделю.

3) В рамках учебного предмета «Математика» предусмотрено изучение учебных курсов «Алгебра», «Геометрия», «Вероятность и статистика».

«Математика» 5-6 классы по 5 часов, «Математика: Алгебра, Геометрия, Вероятность и статистика» 7-9 классы по 6 часов. По запросам родителей (законных представителей) вводится углубленное изучение «Математики» в 7-8 классах путем добавления 1 часа элективного курса «Математический практикум», за счет части формируемой участниками образовательных отношений.

Введение элективного курса «Основы программирования» предполагается с 5 класса, что связано с объективной необходимостью развития ИКТ-компетентности, преемственностью с учебным планом начального общего образования и запросами родителей обучающихся. Элективный курс «Основы программирования» в 5-6 классах реализуется 1 час в неделю за счет части формируемой участниками образовательных отношений, в 7-9 классах учебный предмет «Информатика» - по 1 часу за счет обязательной части.

4) Общественно-научные предметы представлены ведением учебных предметов: «Обществознание» в 9 классе - 1 час; «География» 5-6 классы по 1 часу в неделю, 7-9 классы - 2 часа в неделю; «История» 5-8 классы по 3 часа в неделю, в 9 классе - 2 часа. С 1 сентября 2025 года в составе истории, кроме курсов «История России» и «Всеобщая история», появился еще один учебный курс «История нашего края» (приказ от 09.10.2024 № 704)

4) Естественно-научные предметы реализуются с 5 класса: «Биология» в 5-7 классах по 1 часу в неделю, в 8-9 классах по 2 часа в неделю. Учебный предмет «Химия» изучается в

8-9 классах по 2 часа в неделю, «Физика» в 7-8 классах – 2 часа в неделю, в 9 классе – 3 часа в неделю.

6) Музыка реализуется в 5, 6, 7, 8 классах по 1 часу. Изобразительное искусство - в 5, 6, 7 классах по 1 часу.

7) Учебный предмет «Труд (технология)» реализуется в 5-7 классах - 2 часа в неделю, в 8-9 классах – 1 час в неделю.

8) Учебный предмет «Физическая культура» реализуется в 5-9 классах - 2 часа в неделю за счет обязательной части учебного плана. При этом третий час школа реализует, чтобы выполнить требования Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года. Модуль «Легкая атлетика» дополняет учебный предмет «Физическая культура» и является третьим часом физической активности.

Третий час физкультуры включен в часть, формируемую участниками образовательных отношений (приказ Минпросвещения от 09.10.2024 № 704).

9) Учебный предмет «Основы безопасности и защиты Родины» реализуется в 8,9 классах по 1 часу в неделю.

Элективные, факультативные курсы по выбору для подготовки к ОГЭ способствуют углубленному изучению предметов и предлагаются участникам образовательных отношений ежегодно, включаются в учебный план в зависимости от запроса родителей и учащихся школы, а также от материально технических возможностей, кадрового и методического обеспечения.

Заключены договора о сетевой форме взаимодействия по урочной и внеурочной деятельности:

Договор о сетевой форме реализации образовательной программы с МОАУ «СОШ № 52 г. Орска» от 02.09.24 г.;

договор о сотрудничестве и взаимодействии с МАУК «ЦБС г. Орска» (централизованная библиотечная система г. Орска) от 12.10.2023 г.;

договор о сотрудничестве по профориентационной работе с ГАПОУ «Орский машиностроительный колледж г. Орска» от 01.09.2023 г.;

договор № РД-2024 о сетевой форме реализации образовательной программы с МАУДО «Дворец пионеров и школьников г. Орска» от 01.09.2024 г.;

договор о совместной деятельности в рамках профориентационной работы с ФГБОУВО «Оренбургский государственный университет (филиал ОГУ)» от 27.03.2025 г.;

договор о сетевом взаимодействии и сотрудничестве с МОАУ «СОШ № 32 г. Орска» от 25.04.2025 г.;

договор о совместной деятельности в рамках профориентационной работы с Госавтоинспекцией МУ МВД России Орское от 03.09.2024 г.;

договор о совместной деятельности в рамках профориентационной работы с «Московским финансово-юридическим университетом МФЮА» от 03.09.2024 г.;

договор о совместной деятельности в рамках профориентационной работы с «Орским техническим техникумом имени А.И. Стеценко г. Орска» от 15.01.2024 г.

Промежуточная аттестация представляет собой процедуру аттестации обучающихся, которая проводится в конце учебного года по каждому изучаемому предмету.

Учебный план определяет формы промежуточной аттестации в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации» АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска».

Объем времени, отведенного на промежуточную аттестацию обучающихся, определяется рабочими программами учебных предметов, учебных и внеурочных курсов и календарным учебным графиком основного общего образования. Формы промежуточной аттестации

учебных предметов, учебных и внеурочных курсов представлены в таблице.

Формы проведения годовой промежуточной аттестации в 5 - 9 классах
АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска»

Учебные предметы Классы						
	V	VI	VII	VIII	IX	Сроки
Русский язык	ВПР	ВПР	ВПР	ВПР	Контрольная работа, сочинение	20.04-20.05
Литература	Экзамен/ВПР	Экзамен/ВПР	Экзамен/ ВПР	Контрольная работа, сочинение/ ВПР	Контрольная работа, сочинение	20.04-20.05
Иностранный язык (английский язык)	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа	20.04-20.05
Математика	ВПР	ВПР	ВПР	ВПР	Комплексная контрольная работа	20.04-20.05
Информатика			Контрольная работа/ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа	20.04-20.05
История	Экзамен / ВПР	Экзамен/ ВПР	Экзамен /ВПР	Экзамен/ ВПР	Контрольная работа	20.04-20.05
Обществознание	-	-	-	Контрольная	Контрольная	20.04-20.05

				работа/ ВПР	работа	
География	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа	20.04-20.05
Физика	-	-	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа	20.04-20.05
Химия	-	-	-	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа	20.04-20.05
Биология	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа/ ВПР	Контрольная работа	20.04-20.05
Музыка	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	-	20.04-20.05
Изобразительное искусство	Итоговая выставка работ	Итоговая выставка работ	Итоговая выставка работ	-	-	20.04-20.05
Труд (технология)	Проект	Проект	Проект	Проект	Проект	20.04-20.05
Физическая культура	Сдача нормативов	Сдача нормативов	Сдача нормативов	Сдача нормативов	Сдача нормативов	20.04-20.05
Основы безопасности и защиты Родины	-	-	-	Тест	Тест	20.04-20.05
Модуль по видам спорта	Результаты соревнований	Результаты соревнований	Результаты соревнований	Результаты соревнований	Результаты соревнований	20.04-20.05

				й		
Элективный курс «Основы программирования »	Проектная работа	Проектная работа				20.04-20.05
Элективный курс «Математический практикум»	-	-	Комплексная контрольная работа	Комплексная контрольная работа	-	20.04-20.05
«Разговоры о важном»	Встроенное педагогическое наблюдение	Встроенное педагогическо е наблюдение	Встроенное педагогическо е наблюдение	Встроенное педагогическ ое наблюдение	Встроенное педагогическо е наблюдение	20.04-20.05
«Россия-мои горизонты»	-	Встроенное педагогическо е наблюдение	Встроенное педагогическо е наблюдение	Встроенное педагогическ ое наблюдение	Встроенное педагогическо е наблюдение	20.04-20.05
«Танец»	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	-	20.04-20.05
«Хоровое пение»	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	-	20.04-20.05
«Музыкальный театр»	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	Отчетный концерт	-	20.04-20.05
«Функциональная грамотность»	Комплексная диагностическа	Комплексная диагностическ	Комплексная диагностическ	Комплексная диагностичес	-	20.04-20.05

	я работа	ая работа	ая работа	кая работа		
Предметные курсы по выбору	-	-	-	-	Комплексная диагностическая работа	20.04-20.05
«Экологический образ жизни»	Проектная работа	-	-	-	-	20.04-20.05
«Основы военной подготовки»	-	-	-	Зачет	-	20.04-20.05

Организация образовательного процесса и оптимизация учебной нагрузки

Организация образовательного процесса в АНО ОО «СОШ «Рекорд» г. Орска» осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями, в том числе в отношении начала и окончания учебных занятий, продолжительности занятий и внеурочной деятельности, перемен, выполнения домашних заданий, объема дневной и недельной суммарной образовательной нагрузки.

Суммарная образовательная нагрузка включает урочную и внеурочную деятельность, домашние задания, образовательную нагрузку при получении дополнительного образования, а также самостоятельные занятия.

Организация образовательного процесса строится с учетом физиологических принципов, динамики умственной работоспособности обучающихся в соответствии с приложением «Методические рекомендации по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях. Методические рекомендации МР 2.4.0331-23».

Гигиенически рациональная организация урока дает возможность длительно поддерживать умственную работоспособность учащихся на высоком уровне и предупреждать быстрое наступление утомления и переутомления. Урок, организуется на основе принципов здоровьесбережения, не приводит к сильным и выраженным формам утомления.

Построение урока в 5-9 классах организуется с учетом физиологических особенностей ребенка и распределяется по интенсивности умственной деятельности на три этапа, различающиеся по продолжительности, объему нагрузки и видам деятельности:

- период вработки (начало урока, учебной недели, после каникулярного отдыха), когда снижена продуктивность учебной деятельности. В период вработки проводится подготовительная часть урока продолжительностью 7 - 10 минут, во время которых выполняются упражнения, направленные на достижение вработки организма обучающихся к основной части урока. Подготовительная часть урока может включать проверку домашних заданий, повторение ранее пройденного материала;

- период наиболее высокой умственной работоспособности (середина урока), когда изучается новый материал, проводятся контрольные и проверочные работы. Данный период - основная часть урока продолжительностью около 25 - 30 минут.

- период утомления, в который проявляются начальные признаки утомления (частое отвлечение, двигательное беспокойство, рассеянность внимания). В данный период проводится заключительная часть урока продолжительностью 5 - 7 минут.

В режим учебного дня обучающихся, в том числе во время учебных занятий включаются различные формы двигательной активности в соответствии с приложением 2 к «Методическим рекомендациям по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях. Методические рекомендации МР 2.4.0331-23».

При подготовке объема домашней работы к следующему учебному дню учитывается суммарный объем домашних заданий по всем предметам, их трудоемкость и временные затраты на выполнение. Для выполнения задания, требующего длительной подготовки (например, подготовка доклада, реферата, оформление презентации, заучивание стихотворений) предоставляется достаточное количество времени.

Для оптимизации продолжительности выполнения домашних заданий учитываются дидактические характеристики к структуре и организации домашней работы, способствующие здоровьесбережению обучающихся: предварительное обучение обучающихся правилам выполнения домашних заданий (оптимальным приемам умственной деятельности), отслеживание времени на их выполнение: минимизация заданий или полная их отмена при перегрузке обучающихся, после проведения контрольных и проверочных работ, в выходные дни, каникулы; учет педагогом наличия заданий одновременно по другим общеобразовательным предметам; использование педагогами индивидуальных заданий для обучающихся с учетом их уровня знаний,

интересов; практика межпредметных домашних заданий.

Дополнительные занятия и занятия по внеурочной деятельности, общественно полезный труд планируются в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Рекомендуемая продолжительность дополнительных занятий и занятий внеурочной деятельностью статической направленности составляет 1 - 2 часа с учетом дневной суммарной образовательной нагрузки; общественно полезным трудом - 1,5 часа для обучающихся 5 - 11 классов один раз в неделю.

В план производственного контроля за соблюдением санитарных правил и гигиенических нормативов в образовательной организации включен мониторинг суммарной образовательной нагрузки (урочная и внеурочная деятельность, выполнение домашних заданий, обучение по дополнительным образовательным программам) с целью возможности оперативной ее коррекции, в том числе за счет изменения расписания занятий.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 527227426247742686294735902159890388589213147382

Владелец Измайлова Валентина Ивановна

Действителен с 19.09.2025 по 19.09.2026