

ПРИНЯТ на  
педагогическом совете  
Протокол № \_\_\_\_ от \_\_\_\_ 2025г

Согласовано: \_\_\_\_\_  
Сидорова Л.С.  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ БСШ №1 им. Е.К.  
Зырянова  
\_\_\_\_\_  
Е.В. Лапина  
Приказ № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2025г.

# **ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН основного общего образования (обучение на дому)**

**муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Березовская средняя  
школа №1 имени Е.К. Зырянова»**

**2025 – 2026 учебный год  
(5 класс)**

Индивидуальное обучение на дому (далее – учебный план) – это форма образования, которую ребенок получает в домашних условиях, при этом образовательная деятельность осуществляется по индивидуальному учебному плану. Такой режим рекомендуется детям, которые по медицинским показаниям не могут обучаться непосредственно в образовательной организации. Индивидуальный учебный план разрабатывается с участием самого обучающегося и его родителей (законных представителей).

В соответствии с п. 33.1 федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) индивидуальный учебный план (далее – учебный план) ООП СОО МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова определяет:

- учебную нагрузку в соответствии с требованиями к организации образовательной деятельности к учебной нагрузке при 5-дневной учебной неделе, предусмотренными Гигиеническими нормативами и Санитарно-эпидемиологическими требованиями;

- состав и структуру обязательных предметных областей;

- перечень учебных предметов, учебных курсов, учебных модулей.

Учебный план (167.2 ФОП ООО от 12.07.2023):

- фиксирует максимальный объем 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.

Индивидуальный учебный план включает в себя обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений, распределяет учебное время, отводимое на их освоение по классам и учебным предметам и составлен на один учебный год в соответствии с заключением медико-социальной экспертизы №1271098 от 22.08.2018.

Индивидуальный учебный план определяет общие рамки принимаемых решений при отборе учебного материала, формировании перечня результатов образования и организации образовательной деятельности.

Объем обязательной части программы среднего общего образования составляет 70%, а объем части, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова, - 30% от общего объема.

Индивидуальный учебный план муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Березовская средняя школа № 1 имени Е.К. Зырянова» (далее — учебный план), определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, формы промежуточной аттестации.

Реализация индивидуального учебного плана, программ сопровождается тьюторской поддержкой (классный руководитель).

Учебный план содержит не менее одного учебного предмета из каждой предметной области, определенной ФГОС ООО.

Все предметы изучаются на базовом уровне. Выбор предметов с углубленным изучением основан на запросах родителей, обучающихся и возможностей школы.

**Обязательная часть** учебного плана определяет состав учебных предметов обязательных предметных областей и учебное время, отводимое на их изучение.

Формирование учебного плана осуществляется из числа учебных предметов из следующих обязательных предметных областей:

В обязательную часть учебного плана в соответствии с п. 33.1 ФГОС ООО входят следующие обязательные для изучения учебные предметы (учебные модули): русский язык, литература, иностранный язык, математика, история, география, биология, изобразительное искусство, музыка, труд (технология), физическая культура

**Часть, формируемая участниками образовательных отношений**, представлена дополнительными учебными предметами и элективными курсами:

Как особая форма организации деятельности обучающихся в федеральном стандарте рассматривается индивидуальный проект. Результаты выполнения такого проекта отражают сформированность навыков коммуникативной, проектной деятельности, критического мышления.

- учебный курс «Информационная грамотность», 5 класс (1 час в неделю), введен для понимания роли информационных процессов, информационных ресурсов и информационных технологий в условиях цифровой трансформации многих сфер жизни современного общества и в том числе, как пропедевтический курс для дальнейшего изучения информатики на углубленном уровне;

- учебный курс «Занимательная биология», 5 классы (по 1 часу в неделю), введен для более глубокого понимания учащимися сущности биологических явлений с проведением исследовательских и проектных работ.

*Урочная деятельность* направлена на достижение обучающимися планируемых результатов освоения программы среднего общего образования с учётом обязательных для изучения учебных предметов.

*Внеурочная деятельность* направлена на достижение планируемых результатов освоения программы среднего общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений учебных курсов внеурочной деятельности из перечня, предлагаемого МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова.

Организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательной деятельности в МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова. Образовательная организация предоставляет обучающимся возможность выбора широкого спектра занятий, направленных на их развитие.

Внеурочная деятельность осуществляется в формах, отличных от урочной (экскурсии, походы, соревнования, посещения театров, музеев, квесты и иные формы) (п. 33.2. ФГОС ООО). Направления и курсы внеурочной деятельности представлены в разделе ООП ООО «План внеурочной деятельности» и в индивидуальном учебном плане.

Формы организации образовательной деятельности, чередование урочной и внеурочной деятельности при реализации основной образовательной программы

начального общего образования определяет организация, осуществляющая образовательную деятельность.

Время, отведённое на внеурочную деятельность, не учитывается при определении максимально допустимой недельной учебной нагрузки обучающихся, но учитывается при определении объёмов финансирования, направляемых на реализацию основной образовательной программы.

Продолжительность учебного года при получении начального общего образования для 5-х классов – 34 недели.

Образовательная деятельность при реализации ООП ООО учитывает требования СанПиН 1.2.3685-21:

|                                                              |          |          |
|--------------------------------------------------------------|----------|----------|
| Учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе, не более      | 5 классы | 29 ч     |
| Продолжительность учебного занятия для обучающихся, не более | 5 классы | 40 минут |
| Продолжительность выполнения домашних заданий, не более      | 5 классы | 2,0 ч    |

Обучение в пятом классе организуется по пятидневной учебной неделе.

В соответствии СП 2.4.3648-20 с целью профилактики переутомления в МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Минимальная продолжительность каникул – 7 календарных дней (абз. 6 п. 3.4.16 СП 2.4.3648-20).

Расписание учебных занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня соответствует действующим санитарным правилам и нормативам.

В соответствии с пунктом 22 статьи 2 Федерального закона от 29.12.2012 N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" и с ФОП ООО, утвержденной приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 370 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.

Освоение основной образовательной программы основного общего образования сопровождается промежуточной аттестацией обучающихся. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с «Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, установление их форм, периодичности и порядке проведения, включая обучающихся, осваивающих АООП обучающихся с ОВЗ (за исключением обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», сроки проведения промежуточной аттестации определяются календарным учебным графиком ООП ООО.

Объем времени, отведенного на промежуточную аттестацию обучающихся, определяется рабочими программами и календарным учебным графиком основного общего образования.

| Учебные предметы              | Формы промежуточной аттестации |
|-------------------------------|--------------------------------|
|                               | 5 класс                        |
| Русский язык                  | КТР                            |
| Литература                    | АКЧ, ТР                        |
| Иностранный язык (английский) | ЗП                             |
| Математика                    | КТР                            |
| История                       | КТР                            |
| География                     | КТР                            |
| Биология                      | КТР                            |
| Занимательная биология        | КомР                           |
| Изобразительное искусство     | КТР                            |
| Музыка                        | КТР                            |
| Труд (технология)             | КТР                            |
| Физическая культура           | СКН                            |
| Информационная грамотность    | КомР                           |

ТР – творческая работа

АКЧ- административный контроль уровня сформированности навыка чтения

КТР – контрольная тестовая работа

ЗП – защита проектов

СКН – сдача контрольных нормативов

КомР – комплексная работа

Количество часов аудиторной нагрузки при обучении на дому составляет *18 часов в неделю (14 часов урочная деятельность и 4 часа – внеурочная деятельность)*.

Прохождение программного материала обеспечивается за счет аудиторных занятий и внеаудиторных, предполагающих самостоятельное освоение содержания учебных предметов. Часы на изучение предметов распределяются с учётом индивидуальных возможностей, потребностей обучающейся, с учётом клинических и психологических особенностей.

Если на изучение предметов отводится 0,5 часа в неделю, то занятие проводится 1 раз в две недели.

Если на изучение предмета отводится 0,25 часа в неделю, то занятие проводится 1 раз в 4 недели.

Начало и продолжительность учебного года и каникул устанавливаются в соответствии со сроками, действующими в образовательной организации.

**Индивидуальный учебный план  
Сидоровой Полины Павловны, 5в класс**

| <b>Учебные предметы</b>                                                                                                           | <b>Аудиторные часы</b> | <b>Внеаудиторные</b> | <b>Всего</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|--------------|
| <b><i>Обязательная часть</i></b>                                                                                                  |                        |                      |              |
| Русский язык                                                                                                                      | 3                      | 2                    | 5            |
| Литература                                                                                                                        | 1                      | 2                    | 3            |
| Иностранный язык                                                                                                                  | 1                      | 2                    | 3            |
| Математика                                                                                                                        | 3                      | 2                    | 5            |
| История                                                                                                                           | 1                      | 2                    | 3            |
| География                                                                                                                         | 0,5                    | 0,5                  | 1            |
| Биология                                                                                                                          | 0,5                    | 0,5                  | 1            |
| Изобразительное искусство                                                                                                         | 0,5                    | 0,5                  | 1            |
| Музыка                                                                                                                            | 0,5                    | 0,5                  | 1            |
| Физическая культура                                                                                                               | 1                      | 1                    | 2            |
| Труд (технология)                                                                                                                 | 1                      | 1                    | 2            |
| <b>Максимально допустимая недельная нагрузка</b>                                                                                  | <b>13,0</b>            | <b>14,0</b>          | <b>27</b>    |
| <b><i>Часть, формируемая участниками образовательных отношений</i></b>                                                            |                        |                      |              |
| Учебный курс «Информационная грамотность»                                                                                         | 0,5                    | 0,5                  | 1            |
| Учебный курс «Занимательная биология»                                                                                             | 0,5                    | 0,5                  | 1            |
| <b>Итого</b>                                                                                                                      | <b>14,0</b>            | <b>15,0</b>          | <b>2</b>     |
| Всего часов                                                                                                                       |                        |                      | <b>29</b>    |
| Учебные недели                                                                                                                    | <b>34</b>              | <b>34</b>            | <b>34</b>    |
| <b>Максимально допустимая недельная нагрузка, предусмотренная действующими санитарными правилами и гигиеническими нормативами</b> |                        |                      | <b>986</b>   |

## **Внеурочная деятельность**

Данный блок индивидуального учебного плана сформирован в соответствии с выбором родителей обучающейся.

Цель внеурочной деятельности:

- создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого учащегося в свободное от учёбы время; развитие здоровой, творчески растущей личности, с сформированной гражданской ответственностью и правовым самосознанием, подготовленной к жизнедеятельности в новых условиях, способной на социально значимую практическую деятельность, реализацию добровольческих инициатив.

*Основными задачами организации внеурочной деятельности в МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова являются следующие:*

- поддержка учебной деятельности обучающихся в достижении планируемых результатов освоения программы начального общего образования;
- совершенствование навыков общения со сверстниками и коммуникативных умений в разновозрастной школьной среде;
- формирование навыков организации своей жизнедеятельности с учетом правил безопасного образа жизни;
- повышение общей культуры обучающихся, углубление их интереса к познавательной и проектно-исследовательской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей участников;
- развитие навыков совместной деятельности со сверстниками, становление качеств, обеспечивающих успешность участия в коллективном труде: умение договариваться, подчиняться, руководить, проявлять инициативу, ответственность; становление умений командной работы;
- поддержка детских объединений, формирование умений ученического самоуправления;
- формирование культуры поведения в информационной среде.

Внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности младшего школьника с учетом намеченных задач внеурочной деятельности. При выборе направлений и отборе содержания обучения в МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова учтены:

- особенности образовательной организации (условия функционирования, тип школы, особенности контингента, кадровый состав);
- результаты диагностики успеваемости и уровня развития обучающихся, проблемы и трудности их учебной деятельности;
- возможность обеспечить условия для организации разнообразных внеурочных занятий и их содержательная связь с урочной деятельностью;
- особенности информационно-образовательной среды образовательной организации, национальные и культурные особенности региона, где находится образовательная организация.

***Направления и цели внеурочной деятельности:***

1. *Формирование социальной активности, ценностного отношения к*

*своей Родине* направлено на развитие ценностного отношения обучающихся к своей родине - России, населяющим ее людям, ее уникальной истории, богатой природе и великой культуре

2. *Художественно-эстетическая творческая деятельность* организуется как система разнообразных творческих мастерских по развитию художественного творчества, способности к импровизации, драматизации, выразительному чтению, а также становлению умений участвовать в театрализованной деятельности.

Выбор форм организации внеурочной деятельности подчиняется следующим требованиям:

целесообразность использования данной формы для решения поставленных задач конкретного направления;

преобладание практико-ориентированных форм, обеспечивающих непосредственное активное участие обучающегося в практической деятельности, в том числе совместной (парной, групповой, коллективной);

учет специфики коммуникативной деятельности, которая сопровождает то или иное направление внеучебной деятельности;

использование форм организации, предполагающих использование средств информационно-коммуникационных технологий.

План внеурочной деятельности ООП ООО МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова определяет объем внеурочной деятельности на уровне основного общего образования до 340 часов (таблица). В соответствии с требованиями СанПиН 1.2.3685-21 (Таблица 6.6 «Требования к организации образовательного процесса») недельный объем внеурочной деятельности в 1 - 11 классах должен быть не более 10 часов.

Внеурочная деятельность при организации обучения на дому организуется индивидуально с обучающейся (аудиторные часы).

*Содержательное наполнение внеурочной деятельности.*

В зависимости от интересов, способностей и запросов обучающихся и их семей, а также возможностей МБОУ БСШ № 1 им. Е.К. Зырянова часы внеурочной деятельности распределены на социальное, творческое, интеллектуальное, общекультурное, физическое развитие школьников, создавая условия для их самореализации и осуществляя педагогическую поддержку в преодолении ими трудностей в обучении и социализации.

Таким образом, часы внеурочной деятельности выделяются:

- на занятия школьников в социально ориентированных объединениях: экологических, волонтерских, трудовых и т.п.;
- на занятия школьников с педагогами, сопровождающими деятельность детских общественных объединений и органов ученического самоуправления;
- на занятия школьников с педагогами, сопровождающими их проектно-исследовательскую деятельность;
- на занятия школьников в рамках циклов специально организованных внеурочных занятий, посвященных актуальным социальным, нравственным проблемам современного мира;



- на занятия школьников в творческих объединениях;
- занятия школьников по формированию их функциональной грамотности;
- на дополнительные занятия школьников, испытывающих затруднения в освоении учебной программы;
- на специальные занятия школьников, испытывающих затруднения в социальной коммуникации как в среде сверстников, так и в обществе в целом;
- на занятия школьников в спортивных секциях, организацию турниров, соревнований, походов, экскурсий, слетов, оздоровительных мероприятий и т.п.

#### *Распределение часов на внеурочную деятельность.*

Реализуя принцип единства образовательного пространства в сфере начального и основного общего образования, в образовательной организации выбран следующий подход к использованию часов, отведенных на внеурочную деятельность на уровне основного общего образования.

Классные часы *«Разговор о важном»*. Главной целью классных часов является развитие ценностного отношения школьников к своей родине - России, населяющим ее людям, ее уникальной истории, богатой природе и великой культуре. Занятия направлены на формирование соответствующей внутренней позиции личности школьника, необходимой ему для конструктивного и ответственного поведения в обществе. Основные темы занятий связаны с важнейшими аспектами жизни человека в современной России: знанием родной истории и пониманием сложностей современного мира, техническим прогрессом и сохранением природы, ориентацией в мировой художественной культуре и повседневной культуре поведения, доброжелательным отношением к окружающим и ответственным отношением к собственным поступкам. (п. 29.7.2, п.29.7.3 ФОП ООО).

Занятие *«Творческая мастерская»* направлено на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в их самореализации, раскрытии и развитии их способностей и талантов. Главная их цель - раскрытие творческих способностей школьников, формирование у них чувства вкуса и умения ценить прекрасное, формирование ценностного отношения к культуре.

Кружок *«Интеллектуальные игры»* направлено на замещение у детей онлайн общения на реальное; компьютерной игры на "коллективные игры различной направленности (активные, интеллектуальные, настольные), благотворно влияющие на психическое и физическое воспитание учащихся, а также создает условия "правильной" и полезной организации своего досуга.

Факультатив *«Я-ты-он-она-вместе целая страна»*. Целью таких занятий является развитие важных для жизни подрастающего человека социальных умений – заботиться о других и организовывать свою собственную деятельность, лидировать и подчиняться, брать на себя инициативу и нести ответственность, отстаивать свою точку зрения и принимать в расчёт другие точки зрения.

| Направления внеурочной деятельности, формы организации                                                                                                                                                                             | Количество часов в неделю | Всего часов   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------|
| <i>Формирование социальной активности, ценностного отношения к своей Родине</i>                                                                                                                                                    |                           | <i>1 час</i>  |
| Классный час «Разговор о важном»                                                                                                                                                                                                   | 1                         | 1             |
| <i>Занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в их самореализации, раскрытии и развитии их способностей и талантов</i>                                |                           | <i>2 часа</i> |
| Творческая мастерская                                                                                                                                                                                                              | 1                         | 1             |
| Интеллектуальные игры                                                                                                                                                                                                              | 1                         | 1             |
| <i>Занятия, направленные на удовлетворение социальных интересов и детских общественных объединений, органов ученического самоуправления, на организацию вместе с детьми комплекса совместных дел воспитательной направленности</i> |                           | <i>1 час</i>  |
| Факультатив ««Я–ты-он-она- вместе целая страна»»                                                                                                                                                                                   | 1                         | 1             |
| Итого                                                                                                                                                                                                                              | 4                         | 4 часа        |
| Учебные недели                                                                                                                                                                                                                     | 34                        |               |
| Общее количество часов                                                                                                                                                                                                             | 136                       | 136 часов     |