

Приложение № 3/1  
к приказу МБОУ СОШ №3  
от 29.08.2025 г. № 222

**Учебный план**  
**начального общего образования**  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
средней общеобразовательной школы №3  
на 2025-2026 учебный год

## Пояснительная записка

При составлении учебного плана использованы 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.

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).

Для обучающихся 1-х классов в первые месяцы адаптационного периода (сентябрь-октябрь), 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).

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 (технологию) 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).

**Учебный план(недельный)начального общего образования  
на 2025-2026 учебный год**

| Предметные области                                         | Учебные предметы<br><br>классы              | Количество часов в неделю |         |                |            |    |    |    | Всего |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|---------|----------------|------------|----|----|----|-------|
|                                                            |                                             | 1А                        |         |                |            | 2А | 3А | 4А |       |
|                                                            |                                             | сентябрь                  | октябрь | ноябрь-декабрь | январь-май |    |    |    |       |
| Обязательная часть                                         |                                             |                           |         |                |            |    |    |    |       |
| Русский язык и литературное чтение                         | Русский язык                                | 4                         | 4       | 5              | 5          | 5  | 5  | 5  | 20    |
|                                                            | Литературное чтение                         | 3,5                       | 3,5     | 4              | 4          | 4  | 4  | 4  | 16    |
| Иностранный язык                                           | Иностранный язык (английский)               | -                         | -       | -              | -          | 2  | 2  | 2  | 6     |
| Математика и информатика                                   | Математика                                  | 3                         | 3       | 4              | 4          | 4  | 4  | 4  | 16    |
| Обществознание и естествознание (Окружающий мир)           | Окружающий мир                              | 1*                        | 1       | 2              | 2          | 2  | 2  | 2  | 8     |
| Основы религиозных культур и светской этики                | Основы религиозных культур и светской этики | -                         | -       | -              | -          | -  | -  | 1  | 1     |
| Искусство                                                  | Изобразительное искусство                   | 0,5                       | 0,5     | 1              | 1          | 1  | 1  | 1  | 4     |
|                                                            | Музыка                                      | 0,5                       | 0,5     | 1              | 1          | 1  | 1  | 1  | 4     |
| Технология                                                 | Труд (технология)                           | 0,5                       | 0,5     | 1              | 1          | 1  | 1  | 1  | 4     |
| Физическая культура                                        | Физическая культура                         | 2                         | 2       | 2              | 3          | 2  | 2  | 2  | 9     |
| Итого                                                      |                                             | 21                        | 21      | 21             | 21         | 22 | 22 | 23 | 88    |
| Часть, формируемая участниками образовательных отношений   |                                             |                           |         |                |            |    |    |    |       |
| Математика и конструирование                               |                                             |                           |         |                |            | 1  | 1  | -  | 2     |
| Учебные недели                                             |                                             | 33                        |         |                |            | 34 | 34 | 34 | 135   |
| Аудиторная недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе |                                             | 21                        |         |                |            | 23 | 23 | 23 | 90    |

\* курсивом выделены часы, проводимые в адаптационный период не в классно - урочной, а иной форме организации учебного процесса.

**Учебный план(годовой)начального общего образования  
на 2025-2026 учебный год**

| Предметные области                                         | Учебные предметы                            | Количество часов в неделю |                |            |     |     |     |     | Всего |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------|----------------|------------|-----|-----|-----|-----|-------|
|                                                            |                                             | 1А                        |                |            |     | 2А  | 3А  | 4А  |       |
|                                                            | сентябрь                                    | октябрь                   | ноябрь-декабрь | январь-май |     |     |     |     |       |
| Обязательная часть                                         |                                             |                           |                |            |     |     |     |     |       |
| Русский язык и литературное чтение                         | Русский язык                                | 132                       | 132            | 165        | 165 | 170 | 170 | 170 | 675   |
|                                                            | Литературное чтение                         | 115,5                     | 115,5          | 132        | 132 | 136 | 136 | 136 | 540   |
| Иностранный язык                                           | Иностранный язык (английский)               | -                         | -              | -          | -   | 68  | 68  | 68  | 204   |
| Математика и информатика                                   | Математика                                  | 99                        | 99             | 132        | 132 | 136 | 136 | 136 | 540   |
| Обществознание и естествознание (Окружающий мир)           | Окружающий мир                              | 33*                       | 33             | 66         | 66  | 68  | 68  | 68  | 270   |
| Основы религиозных культур и светской этики                | Основы религиозных культур и светской этики | -                         | -              | -          | -   | -   | -   | 34  | 34    |
| Искусство                                                  | Изобразительное искусство                   | 16,5                      | 16,5           | 33         | 33  | 34  | 34  | 34  | 135   |
|                                                            | Музыка                                      | 16,5                      | 16,5           | 33         | 33  | 34  | 34  | 34  | 135   |
| Технология                                                 | Труд (технология)                           | 16,5                      | 16,5           | 33         | 33  | 34  | 34  | 34  | 135   |
| Физическая культура                                        | Физическая культура                         | 66                        | 66             | 66         | 99  | 68  | 68  | 68  | 303   |
| Итого                                                      |                                             | 693                       | 693            | 693        | 693 | 748 | 748 | 782 | 2897  |
| Часть, формируемая участниками образовательных отношений   |                                             |                           |                |            |     |     |     |     |       |
| Математика и конструирование                               |                                             | -                         |                |            |     | 34  | 34  | -   | 68    |
| Учебные недели                                             |                                             | 33                        |                |            |     | 34  | 34  | 34  | 135   |
| Аудиторная недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе |                                             | 693                       |                |            |     | 782 | 782 | 782 | 3039  |

\* курсивом выделены часы, проводимые в адаптационный период не в классно - урочной, а иной форме организации учебного процесса.

Формой проведения промежуточной аттестации по учебным предметам, включенных в образовательную часть учебного плана, является среднее арифметическое четвертных отметок, которые не должны быть ниже базового уровня освоения ООП соответствующего уровня образования. Промежуточная аттестация проводится в сроки, определенные календарным учебным графиком.