

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Заводоуковского муниципального округа
"Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 2"**

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
основного общего образования
на 2026 – 2027 учебный год**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебный план основного общего образования Муниципального автономного общеобразовательного учреждения Заводоуковского муниципального округа "Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 2" (далее - учебный план) для 5-9 классов, реализующий основную образовательную программу основного общего образования, соответствующую ФГОС ООО, фиксирует общий объём нагрузки, максимальный объём аудиторной нагрузки обучающихся, состав учебных предметов, курсов, модулей, распределяет учебное время, отводимое на их освоение по классам.

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, от 08.10.2025 № 729, от 10.11.2025 № 808 для обучающихся, которые начнут обучение на уровне ООО с 01.09.2026.

Учебный план является частью образовательной программы Муниципального автономного общеобразовательного учреждения Заводоуковского муниципального округа "Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 2" и обеспечивает реализацию требований ФГОС ООО ФООП ООО, определяет общие рамки отбора учебного материала, формирования перечня результатов образования и организации образовательной деятельности с учетом выполнения санитарных правил СП [2.4.2.4283-26](#) и гигиенических нормативов и требований СанПиН 1.2.3685-21.

Учебный год в Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении Заводоуковского муниципального округа "Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 2" начинается 01.09.2025 и заканчивается 26.05.2026.

Продолжительность учебного года в 5-9 классах составляет 34 учебные недели. Учебные занятия для учащихся 5-9 классов проводятся по 5-ти дневной учебной неделе, с шестым развивающим днем.

Максимальный объем аудиторной нагрузки обучающихся в неделю составляет в 5 классе – 29 часов, в 6 классе – 30 часов, в 7 классе – 32 часа, в 8-9 классах – 33 часа.

Длительность контрольной работы, являющейся формой письменной проверки результатов обучения с целью оценки уровня достижения предметных и (или) метапредметных результатов, составляет от одного до двух уроков (не более чем 40 минут каждый).

Длительность практической работы, являющейся формой организации учебного процесса, направленной на выработку у обучающихся практических умений, включая лабораторные, интерактивные и иные работы и не являющейся формой контроля, составляет один урок (не более чем 40 минут).

При этом объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не должен превышать 10% от всего объема учебного времени,

отводимого на изучение данного учебного предмета в данном классе в текущем учебном году.

Учебный план состоит из двух частей — обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений. Обязательная часть учебного плана определяет состав учебных предметов, учебных курсов, модулей.

Часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений, обеспечивает введение третьего часа физической культуры в 5-7-ых классах за счет введения модуля «Спорт и здоровый образ жизни: легкая атлетика», формирование естественнонаучной грамотности у обучающихся 8-ых классов и изучение Родного языка (русского) в 5-9 классах.

В Муниципальном автономном общеобразовательном учреждении Заводоуковского муниципального округа "Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 2" языком обучения является Русский язык.

При изучении предмета «Информатика» осуществляется деление учащихся на подгруппы.

Учебная деятельность в 5 – 9-х классах предусматривает обеспечение реализации основных направлений региональной политики в сфере образования:

- возможности организации занятий с использованием трансформируемого пространства, как в школе, так и за ее пределами (в музее, на производстве, природе и др.), нелинейного расписания;
- реализация адаптированных программ обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья;
- широкое применение ЭОР, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий;
- использование информационных ресурсов: IT-лабораторий, 3D моделирования и прототипирование, проектов «Науко-лаб» и других;
- организация работы с одаренными детьми;
- групповые (командные) занятия техническим творчеством: лего-конструирование, куборо, робототехника, моделирование и иные проектные образовательные технологии;
- изучение основ программирования;
- популяризация здоровьесбережения;
- реализация проекта «Билет в будущее».

Введение регионального компонента в содержание образования по общеобразовательным предметам: физика, химия, биология, информатика, география используется с целью усиления практической части программы по данным предметам по вовлечению учащихся в проектно-исследовательскую деятельность по предметам естественно-научного цикла, географии и информатики с использованием ресурсов Айти-лаборатории, «Науко-лаб» и других возможностей образовательного учреждения. Реализация данного направления предполагает проведение уроков по данным предметам на производстве как интегрировано между предметами, так и с внеурочной деятельностью, уроки-экскурсии, виртуальные экскурсии и другие формы занятий, не менее 8% от общего количества часов по учебному плану по каждому

предмету. Данный комплекс мер направлен на обновление содержания общего образования, а также на необходимость усиления подготовки обучающихся согласно их возможностям и формированию потребности продолжения обучения в профильных классах.

Особенность преподавания предмета «История» связана с усилением патриотического воспитания, через повышение внимания к изучению истории Великой Отечественной войны, изучению вопросов культуры российского народа, через активное использование материалов Исторического парка и ЭОР электронного читального зала Президентской библиотеки им. Б. Н. Ельцина.

Учебный предмет «История» включает в себя учебные курсы «История России», «Всеобщая история» и «История нашего края», на которые суммарно отводится 3 часа в неделю в 5–8-х классах, на курс «История нашего края» отводится: в 5 классе 34 часа, в 6-7 классах по 17 часов. В 9-х классах на учебный предмет «История» отводится по 2 часа в неделю.

Учебный предмет «Обществознание» в 6-8-х классах не изучается, а изучают обучающиеся 9-х классов по 1 часу в неделю.

Изучение предмета «Музыка» завершается в 7-ом классе, в 8-ом классе данный час направляется на преподавание третьего часа физической культуры.

Преподавание предмета «Физическая культура» осуществляется с учетом максимального использования потенциала имеющейся спортивной инфраструктуры образовательного учреждения и ДЮСШ, материально-технической оснащенности общеобразовательного процесса, возрастных особенностей учащихся, согласно комплексной программе физического воспитания в 5-7,9-ых классах, преподавание осуществляется по 2-х часовой программе, третий час физической культуры в 5-7-х классах вводится за счет части формируемой участниками образовательных отношений через модуль «Спорт и здоровый образ жизни: легкая атлетика», в 9 классах – за счет системы дополнительного образования. В 8-ых классах преподавание предмета «Физическая культура» осуществляется по 3-х часовой программе.

Организация физкультурного образования учащихся школы предполагает выполнение следующих действий:

1. Одновременное проведение нескольких уроков физической культуры по разным разделам учебной программы в нескольких местах занятий, в спортивном зале, на стадионе и т.д.
2. Объединение классов с одновременным разделением обучающихся на мальчиков и девочек.
3. Организация теоретических занятий и оздоровительных мероприятий с учащимися, временно освобожденными от занятий физической культурой по состоянию здоровья.

Для учащихся, имеющих ослабленное здоровье, временно освобожденных от физических нагрузок, для детей, обучающихся по адаптированной основной образовательной программе, в зависимости от медицинских показаний, на уроке организуется изучение теоретических вопросов предмета «Физическая культура»,

а также через посещение занятий групп ЛФК на базе медицинских учреждений и «Адаптированной физической культуры» на базе ДЮСШ.

На уровне основного общего образования в 8-9 классах осуществляется преподавание предмета «Основы безопасности и защиты Родины» (ОБЗР) по 1 часу в неделю за счет обязательной части учебного плана. Содержание учебного предмета включает в себя два учебных курса: «Начальная военная подготовка», «Безопасность жизнедеятельности». С целью практического освоения и закрепления знаний, полученных на учебных занятиях по ОБЗР при изучении курса «Начальная военная подготовка», в рамках внеурочной деятельности для обучающихся 8 классов предусмотрено проведение учебных сборов. Программа внеурочной деятельности (учебных сборов) по учебному предмету ОБЗР для обучающихся 8-х классов рассчитана на 17 учебных часов (три учебных дня), в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как практические и комплексные тематические занятия, экскурсии (в воинскую часть, пожарную часть, подразделения силовых ведомств), игровые мероприятия и тренинги. Занятия проводятся в практико-ориентированном формате.

Повышение двигательной активности учащихся, помимо уроков физической культуры, в образовательной деятельности обеспечивается за счет:

- физкультминуток в урочной деятельности в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья, работу спортивного клуба «Олимп»;
- самостоятельных занятий физической культурой и спортом в секциях и клубах.

Изучении предмета «Труд (технология)» в 5-9-х направлено на формирование у обучающихся технологической грамотности и компетентности 21 века. Основной целью программы по труду (технологии) является успешная социализация обучающихся, формирование у них функциональной грамотности на базе освоения культурологических и конструкторско-технологических знаний (о рукотворном мире и общих правилах его создания в рамках исторически меняющихся технологий) и соответствующих им практических умений, приобретение практических умений, необходимых для разумной организации собственной жизни, воспитание ориентации на будущую трудовую деятельность, выбор профессии в процессе практического знакомства с историей ремесел и технологий. Формирование общих представлений о технологической культуре и организации трудовой деятельности как важной части общей культуры человека; развитие познавательных психических процессов и приемов умственной деятельности в ходе выполнения практических заданий; развитие гибкости и вариативности мышления, способностей к конструкторской и изобретательской деятельности; воспитание уважительного отношения к труду, людям труда, культурным традициям, понимания ценности предшествующих культур, отраженных в материальном мире; воспитание понимания социального значения разных профессий, важности ответственного отношения каждого за результаты труда; воспитание готовности участия в трудовых делах школьного коллектива.

Основной подход к уроку позволяет осуществить погружение обучающихся в ту или иную профессию, в том числе перспективную и практическую направленность (попробовал сделать что-то своими руками). Изменение содержания предмета, методик и технологий преподавания направлен на усиление воспитательного эффекта, изучение перспективных технологических направлений, формирование у обучающихся культуры проектной и исследовательской деятельности, формирование ключевых навыков в сфере информационных и коммуникационных технологий.

Часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений.

С целью формирования естественнонаучной картины мира в 8-х классах вводится курс естественно-научная грамотность.

Предметный курс «Родной язык (русский)» в 5-9-ых классах вводится по заявлению родителей (законных представителей) несовершеннолетних, с целью формирования у обучающихся российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, укрепления чувства уважения к русскому языку как к государственному языку и средству межнационального общения народов Российской Федерации, развития диалогической и монологической устной и письменной речи на родном языке, коммуникативных умений, нравственных и эстетических чувств, формирование у молодежи интереса к изучению русского языка, развития творческой деятельности, популяризация российской науки и образования в молодежной среде.

Промежуточная аттестация – процедура, проводимая с целью оценки качества освоения обучающимися части содержания (четвертное оценивание) и всего объема учебной дисциплины за учебный год (годовое оценивание).

Промежуточная (годовая) аттестация обучающихся и четвертная - осуществляется в соответствии с календарным учебным графиком.

Все предметы обязательной части учебного плана и предметный курс «Родной язык (русский)» из части, формируемой участниками образовательных отношений оцениваются отметками по четвертям и году (в том числе предметы «Музыка», «ИЗО»). Учебные курсы: естественно-научная грамотность (в 8-х классах), модуль по физической культуре «Спорт и здоровый образ жизни: легкая атлетика» являются безотметочными, ведется мониторинг личностных достижений, обучающихся по четвертям и году.

Формы промежуточной аттестации.

В целях определения уровня достижения планируемых результатов по освоению основной образовательной программы основного общего образования в 5-8 классах проводится промежуточная аттестация, которая проводится в конце учебного года, в следующих формах:

Учебные предметы	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс
Русский язык	Всероссийские проверочные	Всероссийск. проверочные	Всероссийск. проверочные	Всероссийск. проверочные

	работы (ВПР)/ контрольная работа	работы (ВПР)/ контрольная работа	работы (ВПР)/ контрольная работа	работы (ВПР)/ контрольная работа
Литература	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка
Иностранны й язык (англ.)	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка
Математика	Всероссийские проверочные работы (ВПР)/ контрольная работа	Всероссийск. проверочные работы (ВПР)/ контрольная работа	Всероссийск. проверочные работы (ВПР)/ контрольная работа	Всероссийск. проверочные работы (ВПР)/ контрольная работа
Информатик а	-	-	Годовая отметка	Годовая отметка
История	Годовая отметка	Тестирование/ ВПР	Годовая отметка	Годовая отметка
Обществозна ние	-	-	-	Годовая отметка
Биология	Тестирование/ ВПР	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка
География	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	Тестирование/ ВПР
ОДКР	Годовая отметка	-	-	-
Физика	-	-	Тестирование/ ВПР	Годовая отметка
Химия	-	-	-	Годовая отметка
Основы безопасности и защиты Родины	-	-	Годовая отметка	Годовая отметка

Музыка	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	-
ИЗО	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	-
Труд (технология)	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка
Физическая культура	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка
Родной язык (русский)	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка	Годовая отметка
Модуль «Спорт и здоровый образ жизни: легкая атлетика»	Мониторинг личностных достижений обучающихся	Мониторинг личностных достижений обучающихся	Мониторинг личностных достижений обучающихся	-
Учебный курс Естественно- научная грамотность	-	-	-	Мониторинг личностных достижений обучающихся

По предметам «Русский язык» и «Математика» контрольная работа проводится для обучающихся получивших на Всероссийских проверочных работах неудовлетворительный результат и отсутствующих при проведении ВПР по уважительной причине

Промежуточная аттестация проходит на последней учебной неделе каждой четверти. Формы и порядок проведения промежуточной аттестации определяются «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение Заводоуковского муниципального округа "Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 2"».

*Примечание: годовая отметка – это среднее арифметическое отметок четвертных и годовой промежуточной аттестации, выставляется целым числом по правилам математического округления, согласно Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение Заводоуковского муниципального округа "Заводоуковская средняя общеобразовательная школа № 2".

Внеурочная деятельность.

Внеурочная деятельность направлена на достижение планируемых образовательных результатов освоения ООП (личностных, метапредметных, предметных) и реализуется в формах, отличных от урочной деятельности.

Формы проведения внеурочной деятельности: кружки, художественные, культурологические, филологические, хоровые, интеллектуальные студии, спортивные клубы и секции, юношеские организации, краеведческая работа, научно-практические конференции, школьные научные общества, олимпиады, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики, военно-патриотические объединения, сетевые сообщества, детско-взрослые сообщества и общности, детские объединения, экскурсии, соревнования, профориентационные мастерские, профбригады и другие формы в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

Внеурочная деятельность:

является неотъемлемой и обязательной частью основных образовательных программ основного общего образования.

Рабочие программы внеурочной деятельности являются обязательной частью содержательного раздела ООП).

Внеурочная деятельность организуется на регулярной основе (общий объем внеурочной деятельности 10 часов в неделю), реализуется в соответствии с направлениями развития личности (духовно-нравственное, социальное, спортивно-оздоровительное, общеинтеллектуальное, общекультурное), направлена на расширение, углубление содержания учебных предметов, выстраивается в соответствии планом внеурочной деятельности, представляющим собой описание целостной системы мер – различных для основного общего образования.

Специфика организации внеурочной деятельности заключается в том, что реализуются основные направления и связанные с ними задачи, среди которых:

удовлетворение образовательных интересов обучающихся, в том числе поддерживающих мотивацию к углубленному изучению отдельных учебных предметов и профильное обучение;

формирование универсальных учебных действий, в том числе читательской, математической, естественно-научной, финансовой грамотности;

развитие личности, ее способностей, удовлетворение образовательных потребностей и интересов, самореализации и профориентации обучающихся (в том числе одаренных);

реализация комплекса воспитательных мероприятий на уровне образовательной организации, класса;

организация деятельности ученических сообществ, в том числе разновозрастных объединений по интересам, клубов, детских, подростковых и юношеских общественных объединений, организаций и др.;

организационное обеспечение учебной деятельности (организационные собрания, взаимодействие с родителями по обеспечению успешной реализации основной образовательной программы и др.);

организация педагогической поддержки обучающихся (проектирование индивидуальных образовательных маршрутов, работа тьюторов, педагогов-психологов);

обеспечение благополучия обучающихся в пространстве общеобразовательной организации (безопасность жизни и здоровья обучающихся, безопасные межличностные отношения в учебных группах, профилактика неуспеваемости);

организация спортивно-оздоровительной деятельности (физическое развитие обучающихся, углубление знаний об организации жизни и деятельности с учетом соблюдения здорового безопасного образа жизни);

организация художественно-эстетической творческой деятельности (развитие художественного творчества, способности к импровизации, драматизации, выразительному чтению и умений участия в театрализованной деятельности).

В целях реализации плана внеурочной деятельности образовательной организацией предусматриваться использование ресурсов других организаций (в том числе в сетевой форме), включая организации дополнительного образования, профессиональные образовательные организации, образовательные организации высшего образования, научные организации, организации культуры, физкультурно-спортивные, детские общественные объединения и др.

Характеристики системы внеурочной деятельности:

вариативность форм организации деятельности (кружки, студии, курсы, экскурсии, проектно-исследовательская деятельность, волонтерство и др.);

гибкость программ (адаптация содержания внеурочной деятельности под интересы обучающихся и учет ресурсных возможностей образовательных организаций);

воспитательная доминанта (развитие социальных навыков, творческих способностей, формирование духовно-нравственных ценностей);

цифровизацию (внедрение онлайн, сетевых форматов внеурочных занятий, использование цифровых ресурсов образовательных платформ, порталов и др.).

В условиях необходимости формирования активной гражданской позиции обучающихся путем прохождения социальной практики по решению реальных общественно значимых задач в 8-9 классах используется программа внеурочной деятельности «Обучение служением. Первые». Программа вносит вклад в достижение национальной цели развития Российской Федерации по реализации потенциала каждого человека, развитие его талантов, воспитания патриотичной и социально ответственной личности (Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года, утвержденные Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309). Программа «Обучение служением. Первые» предусматривает вовлечение обучающихся в решение социально значимых задач, сформулированных институтами гражданского общества и/или государственными (муниципальными) организациями в сфере культуры, образования, социальной защиты населения, физкультуры и спорта. Обучение служением предусматривает разработку и реализацию обучающимися проектов, которые требуют не только знаний о

проектной деятельности, но и дают возможность применения полученных в рамках освоения основной образовательной программы знаний и навыков на практике.

В целях практического освоения знаний, полученных на учебных занятиях по основам безопасности и защиты Родины в рамках изучения модулей «Военная подготовка. Основы военных знаний» (основное общее образование) проводятся учебные сборы в форме внеурочной деятельности для обучающихся 8 классов общеобразовательных организаций.

В целях физического развития обучающихся, привития им любви к спорту и побуждения к здоровому образу жизни, воспитания силы воли, ответственности, формирования установок на защиту слабых рекомендуется спортивно-оздоровительная внеурочная деятельность (в том числе организация занятий в школьном спортивном клубе).

При реализации плана внеурочной деятельности предусмотрена вариативность содержания внеурочной деятельности с учетом потребностей и интересов обучающихся.

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 МАОУ «СОШ № 2».

На уровне основного общего образования обучаются дети по адаптированным программам основного общего образования.

Освоение основной образовательной программ основного общего образования завершается государственной итоговой аттестацией.

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

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный предмет/курс	Количество часов в неделю				
	5	6	7	8	9
Обязательная часть					
Русский язык	5	6	4	3	3
Литература	3	3	2	2	3
Иностранный язык	2	3	3	3	3
Математика	5	5	0	0	0
Алгебра	0	0	3	3	3
Геометрия	0	0	2	2	2
Вероятность и статистика	0	0	1	1	1
Информатика	0	0	1	1	1
История	3	3	3	3	2
Обществознание	0	0	0	0	1
География	1	1	2	2	2
Духовно-нравственная культура России	0,5	0	0	0	0
Физика	0	0	2	2	3
Химия	0	0	0	2	2
Биология	1	1	1	2	2
Изобразительное искусство	1	1	1	0	0
Музыка	1	1	1	0	0
Труд (технология)	2	2	2	1	1
Физическая культура	2	2	2	3	2
Основы безопасности и защиты Родины	0	0	0	1	1
Итого	26.5	28	30	31	32
Часть, формируемая участниками образовательных отношений					
Наименование учебного курса					
Родной язык (русский)	1	1	1	1	1
Естественно-научная грамотность	0	0	0	1	0
Модуль «Спорт и здоровый образ жизни: легкая атлетика»	1	1	1	0	0
Читательская грамотность	0,5	0	0	0	0
Итого	2.5	2	2	2	1

ИТОГО недельная нагрузка	29	30	32	33	33
Количество учебных недель	34	34	34	34	34
Всего часов в год	986	1020	1088	1122	1122
Итого: нормативный минимум аудиторной работы 5338	5338				

План внеурочной деятельности (недельный) естественнонаучное направление

Направления развития личности	Наименования программы курса внеурочной деятельности	Количество часов в неделю				
		5	6	7	8	9
Социальное, духовно-нравственное	«Разговоры о важном»	1	1	1	1	1
Общеинтеллектуальное	«Основы финансовой грамотности. Финансовая культура»					1
	Функциональная грамотность (читательская)	1				
	«Военные учебные сборы»				0,5	
	«На пути к ОГЭ: информационная переработка текста»				2	
	Математический навигатор: старт к ОГЭ					
	По выбору обучающегося: Функциональная грамотность (читательская) Русский язык. От простого к сложному Избранные вопросы математики История в лицах «Практическое обществознание» «Исследовательский подход в биологии: практика для ОГЭ» Решение задач повышенного уровня сложности по физике «Химия в задачах и упражнениях». «Пространственное мышление и решение задач ОГЭ по географии» Деловой английский «Практикум по решению задач ОГЭ по информатике»			1	1	3
	«Биология. Проектно-исследовательская деятельность»	1	1	1	0,5	1
	«Трудные вопросы математики»			1		
	«Трудные вопросы физики»			1		
	«Основы программирования»	1	1			
Общекультурное	Театральная студия «Мельпомена»	1	1	1	1	1
Социальное	«Россия – мои горизонты»		1	1	1	1
	«Путешествие в мир профессий»	1				
	«Обучение служением. Первые»				1	1
	«Экологический образ жизни»	1	1	1		
	«Умей вести за собой»	1	1			

	«Моя семья»	1	1	1	1	
Спортивно-оздоровительное	«Скалодром», «Баскетбол», «Смешанные единоборства», «ОФП», спортивные турниры, соревнования, экскурсии туристической направленности в рамках деятельности ШСК «Олимп»; сетевое взаимодействие с МАУ ДО ЗМО «СШ».	1	2	1	1	1
ИТОГО недельная нагрузка		10	10	10	10	10
ВСЕГО часов в год		340	340	340	340	330