

02.02

ПРИНЯТ
на заседании педагогического совета
МБОУ «Школа № 133»
(протокол от 23.05.2025 №16)

УТВЕРЖДЕН
приказом директора
МБОУ "Школа № 133"
г.Нижнего Новгорода Нижегородской
области
от 23.05.2025 № 199-ОД

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Школа № 133" города Нижнего Новгорода Нижегородской области на 2025-2026 учебный год

для обучающихся, осваивающих Адаптированную основную
образовательную программу начального общего образования
для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного
аппарата с умеренным, тяжелым, глубоким нарушением
интеллекта, с тяжелыми и множественными нарушениями
развития (вариант 6.4)

Пояснительная записка

Учебный план МБОУ «Школа №133» адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренным, тяжелым, глубоким нарушением интеллекта, с тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 6.4) формируется в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. №1598;
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. №1023;
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22.03.2021 № 115;
- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 11.02.2022 № 69 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - СП 2.4.3648-20);
- санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее - СанПиН 1.2.3685-21).

Учебный план АООП НОО с НОДА с НИ, ТМНР (вариант 6.4) фиксирует общий объем нагрузки, максимальный объем аудиторной нагрузки, состав и структуру предметных областей, курсов коррекционно-развивающей области, внеурочной деятельности.

Образовательная организация самостоятельна в организации образовательного процесса, в выборе видов деятельности по каждому предмету (проектная деятельность, практические занятия, экскурсии, другие виды

деятельности).

Учебный план включает две части: обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Обязательная часть учебного плана определяет состав учебных предметов обязательных предметных областей, которые должны быть реализованы во всех имеющих государственную аккредитацию образовательных организациях, реализующих АООП НОО для обучающихся с НОДА с НИ, ТМНР и учебное время, отводимое на их изучение по годам обучения.

Часть учебного плана, формируемая участниками образовательных отношений, обеспечивает реализацию особых (специфических) образовательных потребностей, характерных для группы обучающихся с НОДА с НИ, ТМНР, а также индивидуальных потребностей каждого обучающегося. Время, отводимое на данную часть внутри максимально допустимой недельной нагрузки обучающихся, может быть использовано: на увеличение учебных часов, отводимых на изучение отдельных учебных предметов; на введение учебных курсов, обеспечивающих различные интересы обучающихся, в том числе этнокультурные.

В целях обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся часть учебного плана, формируемая участниками образовательного процесса, предусматривает:

- учебные занятия, обеспечивающие удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с НОДА и необходимую коррекцию недостатков в психическом и физическом развитии;
- учебные занятия, обеспечивающие различные интересы обучающихся с НОДА, в том числе этнокультурные (например, история и культура родного края, этика, музыкальные занятия).

В учебный план включается внеурочная деятельность. В соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное, адаптивно- спортивное).

Организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в образовательной организации. Образовательные организации предоставляют обучающимся возможность выбора широкого спектра занятий, направленных на их развитие.

Обязательной частью внеурочной деятельности является реализация коррекционных курсов и проведение коррекционно-развивающих занятий по программе коррекционной работы.

Коррекционно-развивающие занятия с обучающимися с ТМНР предусматривают: занятия ЛФК, логопедические занятия и индивидуальные занятия по коррекции и развитию когнитивных функций. Все эти занятия проводятся в индивидуальной форме. Продолжительность занятий до 25- 30 минут, занятий по ЛФК - до 45 минут.

Комплексная абилитация обучающихся с НОДА предусматривает медицинское воздействие,

коррекцию физических недостатков с помощью массажа и ЛФК, логопедическую работу, психологическую коррекцию.

В коррекционно-развивающей области учитывается специфика контингента обучающихся, ее содержание направлено на коррекцию психофизического развития личности, создание компенсаторных и социально-адаптационных способов деятельности.

В предметной области "Физическая культура" в учебном плане включен предмет "Адаптивная физическая культура". В случае необходимости целесообразна замена групповых занятий адаптивной физической культурой индивидуальными занятиями для обучающихся с тяжелыми двигательными нарушениями. Педагогический работник в таком случае может эффективно работать по коррекции индивидуального двигательного нарушения.

Количество индивидуальных часов по коррекции двигательного нарушения для каждого обучающегося определяется на основе медицинских рекомендаций в зависимости от тяжести двигательного нарушения (от 2 до 5 часов в неделю).

Содержание обучения направлено на социализацию, коррекцию личности и познавательных возможностей обучающегося. На первый план выдвигаются задачи, связанные с приобретением элементарных знаний, формированием практических общеучебных знаний и навыков, обеспечивающих относительную самостоятельность обучающихся в быту, их социальную адаптацию, а также развитие социально значимых качеств личности.

Коррекционно-развивающие занятия для варианта 6.4 строятся на основе предметно-практической деятельности обучающихся, осуществляются педагогическим работником через систему специальных упражнений и адаптационно-компенсаторных технологий, включают большое количество игровых и занимательных моментов.

Коррекционная работа проводится в виде индивидуальных и групповых занятий; продолжительность занятий и перемен, чередование занятий определяются педагогическим работником, исходя из психофизических особенностей и возможностей, эмоционального состояния обучающихся.

Коррекционно-компенсаторный подход реализуется всеми участниками образовательного процесса. Ведущими специалистами при этом являются педагогические работники (учителя адаптивной физической культуры и инструкторы ЛФК, педагоги-психологи, учителя-логопеды, учителя-дефектологи), которые осуществляют диагностику, определяют программу коррекции и проводят коррекционные занятия. Кроме того, специалисты дают рекомендации по включению коррекционных компонентов во все формы образовательного процесса.

Чередование учебной и внеурочной деятельности в рамках реализации АООП НОО с НОДА с НИ, ТМНР (вариант 6.4) определяет образовательная организация.

Количество часов, отводимых в неделю на занятия внеурочной деятельностью, составляет не более 10 часов (в том числе не менее 5 часов в неделю на коррекционно-образовательную область в течение всего срока

обучения на уровне начального общего образования) (пункт 3.4.16. Санитарно-эпидемиологических требований).

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

В учебном плане количество часов в неделю на коррекционно-развивающие курсы указано на одного обучающегося.

Образовательный процесс в 2025-2026 учебном году по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренным, тяжелым, глубоким нарушением интеллекта, с тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 6.4) **организован для обучающегося 1доп – I-IV классов.**

Организация образовательного процесса регламентируется годовым календарным учебным графиком. Начало учебного года 01 сентября 2025 года, окончание учебного года 26 мая 2026 года.

Учебный план на 2025-2026 учебный год обеспечивает выполнение санитарно-эпидемиологических требований СП 2.4.3648-20 и гигиенических нормативов и требований СанПиН 1.2.3685-21.

Сроки окончания учебного года определяются не ранее установленного нормативными правовыми документами количества учебных недель: **33 учебных недели в году в 1 дополнительном и в 1 классах и 34 учебных недели в году со 2 по 4 класс.**

Для профилактики переутомления обучающихся в календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

Для обучающихся в дополнительных и 1 классах устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, в совокупности не превышает величину недельной образовательной нагрузки, установленную СанПиН 1.2.3685-21.

Классы	I доп.	I	II	III	IV
Максимально допустимая недельная нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)	21	21	23	23	23
Максимально допустимая годовая нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)	693	693	782	782	782

Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся дополнительного- 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры; для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков.

Продолжительность урока - 40 минут, за исключением дополнительного первого класса (первый год обучения) в первом полугодии учебного года.

Обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

Режим работы, согласно СанПиН 1.2.3685-21, осуществляется по пятидневной учебной неделе. Учебные занятия для обучающихся с ОВЗ организованы в первую смену.

Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами СанПиН 1.2.3685-21.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и внеурочных занятий. Между началом внеурочных занятий и последним уроком устраивается перерыв не менее 30 минут.

Обучение в 1 классе (первого года обучения) осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый;
- в середине учебного дня в 1 полугодии организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;
- предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

Обучение в 1 классе (первого года обучения) в первом полугодии осуществляется следующим образом. В сентябре-октябре четвертый урок и один раз в неделю пятый урок (всего 48 уроков) следует проводить в нетрадиционной форме: целевые прогулки, экскурсии, уроки-театрализации, уроки-игры. Содержание нетрадиционных уроков должно быть направлено на развитие и совершенствование движения обучающихся. Уроки в нетрадиционной форме распределяются в соответствии с рабочими программами учителей следующим образом: 24 урока физической культуры и 24 урока по другим учебным предметам, в том числе: 4-5 экскурсий по предмету «Развитие речи и окружающий природный мир», 3-4 экскурсии по предмету «Изобразительная деятельность (лепка, рисование, аппликация)», 4-6 нетрадиционных занятий по предмету «Предметные действия», 4-5 уроков-театрализаций по предмету «Музыка», 6-7 уроков-игр и экскурсий по предмету «Математические представления».

Для обеспечения образовательного процесса и выполнения образовательных программ, учебный план может быть реализован с помощью организации электронного обучения с использованием дистанционных образовательных

технологий в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования. (Статья 16 Федерального Закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

Выбор учебников и учебных пособий, используемых при реализации учебного плана МБОУ «Школа №133»:

- учебники из числа входящих в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254, приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 № 858, приказ Минпросвещения России от 21.02.2024 № 119);

- учебные пособия, выпущенные организациями, входящими в перечень организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 № 699, приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.01.2024 № 27).

Норма обеспеченности образовательной деятельности учебными изданиями определяется исходя из расчета:

- не менее одного учебника в печатной и (или) электронной форме, достаточного для освоения программы учебного предмета на каждого обучающегося по каждому учебному предмету, входящему в обязательную часть учебного плана адаптированной основной образовательной программы;

- не менее одного учебника в печатной и (или) электронной форме или учебного пособия, достаточного для освоения программы учебного предмета на каждого обучающегося по каждому учебному предмету, входящему в часть, формируемую участниками образовательных отношений, учебного плана адаптированной основной образовательной программы.

Рабочие программы учителей ориентированы на использование учебно-наглядного пособия «Парус» (регистрационный номер в лаборатории IPChain:428-532-305).

Особенности учебного плана

Из части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, в I дополнительном, I классах по 1 часу в неделю (по 33 часа в год) – II-IV классах - по 1 часу в неделю (по 34 часа в год) добавлено на изучение учебного предмета «Общение (письмо)» для развития функциональных возможности кистей и пальцев рук (мелкая моторика), кинестетическая организация движений и серийная организация движений (в соответствии с

физическими возможностями обучающегося).

Из части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, **во II-IV классах - по 1 часу в неделю (по 34 часа в год) добавлено на изучение учебного предмета «Домоводство (самообслуживание)»** с целью формирования умения решать постоянно возникающие жизненные задачи, связанные с удовлетворением первоочередных потребностей (до 5 человек), психофизических особенностей детей.

При реализации учебного плана учебная нагрузка педагогических работников определяется с учетом количества часов по учебному плану, рабочим программам учебных предметов, образовательным программам в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.12.2014 № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

**Недельный учебный план АООП НОО с НОДА с НИ, ТМНР (вариант 6.4)
на 2025-2026 учебный год**

Предметные области	Учебные предметы Классы	Количество часов в неделю					
		I доп	I	II	III	IV	Всего
Обязательная часть							
Язык и речевая практика	Общение (общение и чтение)	4	4	4	4	4	20
	Общение (письмо)	3	3	3	3	3	15
Математика	Математические представления	4	4	4	4	4	20
Окружающий мир	Развитие речи и окружающий природный мир	1	1	2	2	2	8
	Человек	1	1	1	1	1	5
	Домоводство (самообслуживание)	1	1	1	1	1	5
Искусство	Музыка	1	1	1	1	1	5
	Изобразительная деятельность (лепка, рисование, аппликация)	1	1	1	1	1	5
Технология	Предметные действия	1	1	1	1	1	5
Физическая культура	Адаптивная физическая культура	3	3	3	3	3	15
	Итого:	20	20	21	21	21	103
Часть учебного плана, формируемая участниками образовательного процесса при 5-дневной неделе		1	1	2	2	2	8
Общение (письмо)		1	1	1	1	1	5
Домоводство (самообслуживание)		-	-	1	1	1	3
Предельно допустимая аудиторная учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе		21	21	23	23	23	111
Внеурочная деятельность:		10	10	10	10	10	50
индивидуальные и групповые занятия по программе коррекционной работы		5	5	5	5	5	25
другие направления внеурочной деятельности		5	5	5	5	5	25

Годовой учебный план АООП НОО с НОДА с НИ, ТМНР (вариант 6.4) на 2025-2026 учебный год

Предметные области	Учебные предметы Классы	Количество часов в неделю					
		I доп	I	II	III	IV	Всего
Обязательная часть							
Язык и речевая практика	Общение (общение и чтение)	132	132	136	136	136	672
	Общение (письмо)	99	99	102	102	102	504
Математика	Математические представления	132	132	136	136	136	672
Окружающий мир	Развитие речи и окружающий природный мир	33	33	68	68	68	270
	Человек	33	33	34	34	34	168
	Домоводство (самообслуживание)	33	33	34	34	34	168
Искусство	Музыка	33	33	34	34	34	168
	Изобразительная деятельность (лепка, рисование, аппликация)	33	33	34	34	34	168
Технология	Предметные действия	33	33	34	34	34	168
Физическая культура	Адаптивная физическая культура	99	99	102	102	102	504
	Итого:	660	660	714	714	714	3462
Часть учебного плана, формируемая участниками образовательного процесса при 5-дневной неделе		33	33	68	68	68	270
Общение (письмо)		33	33	34	34	34	168
Домоводство (самообслуживание)		-	-	34	34	34	102
Предельно допустимая аудиторная учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе		693	693	782	782	782	3732
Внеурочная деятельность:		330	330	340	340	340	1680
индивидуальные и групповые занятия по программе коррекционной работы		165	165	170	170	170	840
другие направления внеурочной деятельности		165	165	170	170	170	840

При реализации АООП НОО для обучающихся с НОДА с НИ, ТМНР (вариант 6.4) создаются специальные условия, обеспечивающие освоение обучающимися содержания образовательной программы в полном объеме с учетом их особых образовательных потребностей и особенностей здоровья.

Формы промежуточной аттестации обучающихся с НОДА с НИ, ТМНР (вариант 6.4)

В процессе обучения обучающихся с нарушением интеллекта, тяжелыми и множественными нарушениями развития введена безоценочная форма аттестации. Перевод в другой класс обучающихся целесообразно проводить записи об их продвижении в различных аспектах обучения, формами промежуточного контроля выступают практические и теоретические задания с отметками о выполнении, запись достижений в тех или иных видах деятельности, что позволяет педагогам в наглядной форме представить реальные успехи учащихся.

Текущая аттестация проводится в форме беседы, опроса, индивидуальных заданий, наблюдений за работой на уроке и отмечается в учебном дневнике или дневнике наблюдений.

В конце четверти, года в графе «итоги года» ставить усвоил/не усвоил.

В процессе занятий с учащимися с нарушением интеллекта, тяжелыми и множественными нарушениями развития целесообразно вести записи об их продвижении в различных аспектах обучения. Это поможет учителю, воспитателю, логопеду и другим специалистам определять задачи и содержание работы в текущий период, судить об адекватности и эффективности проведенных коррекционных мероприятий. Запись достижений в тех или иных видах деятельности позволяет родителям и педагогам в наглядной форме представить реальные успехи учащихся.

Учебный план обучения на дому образования обучающихся с НОДА с НИ, ТМНР (вариант 6.4) на 2025-2026 учебный год

Учебный план обучения на дому, реализующий адаптированную основную образовательную программу образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с умеренным, тяжелым, глубоким нарушением интеллекта, с тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 6.4), сформирован в соответствии с требованиями Распоряжения Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 30 октября 2013 года N 2525-р «Об утверждении Порядка организации обучения по медицинским показаниям по основным общеобразовательным программам на дому».

Для обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, детей-инвалидов, которые по состоянию здоровья не могут посещать образовательную организацию, а также детей с ограниченными возможностями здоровья, страдающих заболеваниями, перечень которых утверждается уполномоченным Правительством Российской Федерации федеральным органом исполнительной власти организовано обучение на дому. Основанием для организации обучения на дому являются заключение медицинской организации и заявление родителей (законных представителей). В исключительных случаях по заявлению родителей

(законных представителей) обучающегося на дому обучение по основным образовательным программам на основании медицинского заключения может быть организовано в учебных помещениях образовательной организации, с предоставлением обучающемуся индивидуальных коррекционно-развивающих занятий с учителем АФК, учителем логопедом, учителем-дефектологом, педагогом-психологом.

Учебный план обучения на дому составлен на основе учебного плана образовательной организации (с обязательным включением всех предметов учебного плана, минимума контрольных и практических работ, сроков проведения промежуточной аттестации). Индивидуальный учебный план обучения на дому составляется с учетом индивидуальных особенностей ребенка, в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями и медицинскими рекомендациями, согласовывается с родителями (законными представителями) обучающегося на дому и утверждается распорядительным актом руководителя образовательной организации. Объем учебной нагрузки и распределение учебных часов по образовательным областям определяется для каждого учащегося индивидуально и зависит от уровня усвоения минимума содержания образования, ограничений, связанных с течением заболевания, социальных запросов, но не превышает максимально допустимую нагрузку обучающегося в соответствии с классом обучения.

Одной из важнейших составляющих организации обучения на дому является самостоятельная работа обучающегося, выполняемая по заданию педагогического работника, под его руководством. Выбор вариантов проведения занятий, самостоятельной работы определяется в зависимости от особенностей психофизического развития и возможностей обучающихся на дому, особенностей эмоционально-волевой сферы, характера течения заболевания, рекомендаций медицинской организации и отсутствия противопоказаний.

Особенности организации учебного процесса

Учебный год начинается 01.09.2025 г.

Сроки окончания учебного года определяются не ранее установленного нормативными правовыми документами количества учебных недель: 33 учебных недели в 1 доп. и в 1 классе, 34 учебных недели со 2 по 4 класс.

Продолжительность учебной нагрузки на уроке не должна превышать 40 минут, Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут.

**Недельный учебный план обучения на дому обучающихся с НОДА с НИ, ТМНР
(вариант 6.4) на 2025-2026 учебный год**

Предметные области	Учебные предметы Классы	Количество часов в неделю					Всего
		I доп.	I	II	III	IV	
Обязательная часть							
Язык и речевая практика	Общение (общение и чтение)	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	7,5
	Общение (письмо)	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	7,5
Математика	Математические представления	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	7,5
Окружающий мир	Развитие речи и окружающий природный мир	1	1	1	1	1	5
	Человек	1	1	1	1	1	5
	Домоводство (самообслуживание)	1	1	1	1	1	5
Искусство	Музыка	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	2,5
	Изобразительная деятельность (лепка, рисование, аппликация)	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	2,5
Технология	Предметные действия	1	1	1	1	1	5
Физическая культура	Адаптивная физическая культура	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	2,5
Обязательная нагрузка обучающегося		10	10	10	10	10	50
Часы самостоятельной работы обучающегося		11	11	13	13	13	61
Максимально допустимая недельная нагрузка (при 5-дневной учебной неделе)		21	21	23	23	23	111