

Принято на педагогическом совете
протокол № 1 от 31.08.2023 г.

Утверждаю:
И.О.заведующего МБДОУ д/с № 35
Н.В.Суровцева
Приказ № 106 от 31.08.2023 г.



Учебный план

Пояснительная записка

Учебный план ДОУ разработан в соответствии с Федеральным законом РФ «Об образовании в Российской Федерации», с Федеральным законом от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «Об внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС ДО, требованиями «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3.3685-21, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2, «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения», санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 г. № 32, «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», санитарными правилами СП 2.4.3648-20, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28.

Для каждой возрастной группы в соответствии с санитарными правилами разрабатывается режим дня. Основу режима составляет установленный распорядок сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, непосредственно образовательной деятельности, прогулок и самостоятельной деятельности воспитанников. Режим скорректирован с учетом контингента воспитанников и их индивидуальных особенностей, климата и времени года.

Образовательная деятельность по образовательным программам дошкольного образования в ДОУ осуществляется в группах. В ДОУ имеются группы общеразвивающей направленности (младшая, средняя группы), комбинированной направленности (старшая, подготовительные к школе группы) и компенсирующей направленности (для детей с расстройствами аутистического спектра).

Образовательная деятельность организуется:

| Возрастная категория детей | Продолжительность организованной образовательной деятельности | Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки |
|----------------------------|---|--|
| От 1,5 до 3 лет | Не более 10 минут | Не более 20 минут |
| От 3 до 4 лет | Не более 15 минут | Не более 30 минут |
| От 4 до 5 лет | Не более 20 минут | Не более 40 минут |
| От 5 до 6 лет | Не более 25 минут | Не более 50 минут или 75 минут при организации одного занятия после дневного сна |
| От 6 до 7 лет | Не более 30 минут | Не более 90 минут |

Продолжительность перерывов между занятиями во всех возрастных группах составляет не менее 10 мин. Перерыв во время занятий для гимнастики во всех возрастных группах — не менее 2 мин.

Продолжительность использования ЭСО

| Электронные средства обучения | Классы | На уроке, мин., не более | Суммарно в день в школе, мин., не более | Дома, мин., не более |
|-------------------------------|-----------|--------------------------|---|----------------------|
| Интерактивная доска | 5 – 7 лет | 7 | 20 | - |
| Интерактивная панель | 5 – 7 лет | 5 | 10 | - |
| Персональный компьютер | 6 – 7 лет | 15 | 20 | - |
| Ноутбук | 6 – 7 лет | 15 | 20 | - |
| Планшет | 6 – 7 лет | 10 | 10 | - |

Занятия с использованием ЭСО в возрастных группах до 5 лет не проводятся.

При организации режима пребывания детей в МБДОУ д/с № 36 занятия в качестве преобладающей формы организации обучения не используются. В течение дня предусматривается сбалансированное чередование специально организованных занятий, нерегламентированной деятельности, свободного времени и отдыха детей.

В дни каникул и в летний период непосредственно образовательная деятельность с детьми не проводится.

Показатели организации образовательного процесса

| | | | |
|---|--------------------|-------------------------|--|
| Продолжительность дневного сна, не менее | 1-3 года | 3 часа | |
| | 4 - 7 лет | 2, 5 часа | |
| | старше 7 лет | 1,5 часа | |
| Продолжительность прогулок, не менее | для детей до 7 лет | 3 часа/день | При температуре воздуха ниже минус 15 °С и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна и перед уходом детей домой. |
| Суммарный объем двигательной активности, не менее | все возраста | 1 час/ день | |
| Прием пищи | Все возраста | С интервалом 3 – 4 часа | |
| Самостоятельная деятельность | Все возраста | Не менее 3 – 4 часов | |

Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8 - 10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой

площадке во время прогулки.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия. Занятия по физическому развитию с детьми третьего года жизни осуществляют по подгруппам 2 - 3 раза в неделю. С детьми третьего года жизни занятия по физическому развитию проводятся - в групповом помещении или в физкультурном зале. Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раза в неделю.

Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

| Возрастная категория детей | Продолжительность организованной образовательной деятельности | Примечания |
|----------------------------|---|--|
| От 1,5 до 3 лет | Не более 10 минут | |
| От 3 до 4 лет | Не более 15 минут | |
| От 4 до 5 лет | Не более 20 минут | Один раз в неделю для детей 5 - 7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. |
| От 5 до 6 лет | Не более 25 минут | |
| От 6 до 7 лет | Не более 30 минут | |

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательная деятельность по физическому развитию проводится на открытом воздухе.

Микроклиматические показатели, при которых проводятся занятия физической культуры на открытом воздухе в холодный период года

| Климатическая зона | Возраст обучающихся | t воздуха, С | | |
|-------------------------------------|---------------------|--------------|----------------------|------------------------|
| | | Без ветра | При скорости до 5м/с | При скорости 6 -10 м/с |
| Средняя полоса Российской Федерации | До 12 лет | - 9 | - 6 | - 3 |
| | | | | |

Распределение занятий (организованной образовательной деятельности) на учебный год в группе раннего возраста (2-3 года)

| Образовательная область | Вид детской деятельности | Содержание, объем занятий | | |
|-------------------------|---|---------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| | | Количество | Объем, время, мин. в день | Объем, время, мин. в неделю |
| Речевое развитие | Коммуникативная, восприятие художественной литературы и фольклора | 2 | 10 | 20 |
| Познавательное | познавательно- | 1 | 10 | 10 |

| | | | | |
|-------------------------------------|--|--|----|-----|
| развитие | исследовательская | | | |
| Художественно-эстетическое развитие | изобразительная | 1 | 10 | 10 |
| | музыкальная | 2 | 10 | 20 |
| | лепка | 1 | 10 | 10 |
| Физическое развитие | двигательная (по СанПиН — занятие по физическому развитию) | 3 | 10 | 30 |
| Социально-коммуникативное развитие | игровая | Интегрируется с другими ежедневно | | |
| | Трудовая (самообслуживание и элементарный бытовой труд) | Интегрируется с другими по выбору педагога в соответствии с СанПиН | | |
| Итого | | 10 | 20 | 100 |

Распределение занятий (организованной образовательной деятельности) на учебный год в младшей группе (3-4 года)

| Образовательная область | Вид детской деятельности | Содержание, объем занятий | | |
|-------------------------------------|---|--|---------------------------|-----------------------------|
| | | Количество | Объем, время, мин. в день | Объем, время, мин. в неделю |
| Речевое развитие | Коммуникативная, восприятие художественной литературы и фольклора | 1 | 15 | 15 |
| Познавательное развитие | познавательно-исследовательская | 2 | 15 | 30 |
| Художественно-эстетическое развитие | изобразительная | 1 | 15 | 15 |
| | музыкальная | 2 | 15 | 30 |
| | продуктивная | 1 | 15 | 15 |
| Физическое развитие | двигательная (по СанПиН — занятие по физическому развитию) | 3 | 15 | 45 |
| Социально-коммуникативное развитие | игровая | Интегрируется с другими ежедневно | | |
| | Трудовая (самообслуживание и элементарный бытовой труд) | Интегрируется с другими по выбору педагога в соответствии с СанПиН | | |
| Итого | | 10 | 30 | 150 |

Распределение занятий (организованной образовательной деятельности) на учебный год в средней группе (4-5 лет)

| Образовательная область | Вид детской деятельности | Содержание, объем занятий |
|-------------------------|--------------------------|---------------------------|
|-------------------------|--------------------------|---------------------------|

| | | Количество | Объем, время, мин. в день | Объем, время, мин. в неделю |
|-------------------------------------|---|--|---------------------------|-----------------------------|
| Речевое развитие | Коммуникативная, восприятие художественной литературы и фольклора | 1 | 20 | 20 |
| Познавательное развитие | познавательно-исследовательская | 2 | 20 | 40 |
| Художественно-эстетическое развитие | изобразительная | 1 | 20 | 20 |
| | музыкальная | 2 | 20 | 40 |
| | продуктивная | 1 | 20 | 20 |
| Физическое развитие | двигательная (по СанПиН — занятие по физическому развитию) | 3 | 20 | 60 |
| Социально-коммуникативное развитие | игровая | Интегрируется с другими ежедневно | | |
| | Трудовая (самообслуживание и элементарный бытовой труд) | Интегрируется с другими по выбору педагога в соответствии с СанПиН | | |
| Итого | | 10 | 40 | 200 |

Распределение занятий (организованной образовательной деятельности) на учебный год в старшей группе (5-6 лет)

| Образовательная область | Вид детской деятельности | Содержание, объем занятий | | |
|-------------------------------------|--|--|---------------------------|-----------------------------|
| | | Количество | Объем, время, мин. в день | Объем, время, мин. в неделю |
| Речевое развитие | Коммуникативная (в том числе обучение грамоте), восприятие художественной литературы и фольклора | 2 | 25 | 50 |
| Познавательное развитие | познавательно-исследовательская | 3 | 25 | 75 |
| Художественно-эстетическое развитие | изобразительная | 2 | 25 | 50 |
| | музыкальная | 2 | 25 | 50 |
| | продуктивная | 1 | 25 | 25 |
| Физическое развитие | Двигательная (по СанПиН — занятие по физическому развитию) | 3 | 25 | 75 |
| Социально-коммуникативное развитие | игровая | Интегрируется с другими ежедневно | | |
| | Трудовая (самообслуживание и элементарный бытовой труд) | Интегрируется с другими по выбору педагога в соответствии с СанПиН | | |

| | | | |
|-------|----|-------|-----|
| Итого | 13 | 50/75 | 315 |
|-------|----|-------|-----|

Распределение занятий (организованной образовательной деятельности) на учебный год в подготовительной к школе группе (6-7 лет)

| Образовательная область | Вид детской деятельности | Содержание, объем занятий | | |
|-------------------------------------|--|--|---------------------------|-----------------------------|
| | | Количество | Объем, время, мин. в день | Объем, время, мин. в неделю |
| Речевое развитие | Коммуникативная (в том числе обучение грамоте), восприятие художественной литературы и фольклора | 2 | 30 | 60 |
| Познавательное развитие | познавательно-исследовательская | 4 | 30 | 120 |
| Художественно-эстетическое развитие | изобразительная | 2 | 30 | 60 |
| | музыкальная | 2 | 30 | 60 |
| | продуктивная | 1 | 30 | 30 |
| Физическое развитие | Двигательная (по СанПиН — занятие по физическому развитию) | 3 | 30 | 90 |
| Социально-коммуникативное развитие | игровая | Интегрируется с другими ежедневно | | |
| | Трудовая (самообслуживание и элементарный бытовой труд) | Интегрируется с другими по выбору педагога в соответствии с СанПиН | | |
| Итого | | 14 | 90 | 420 |

Схема распределения непосредственно образовательной деятельности на учебный год в группе кратковременного пребывания (с учетом требований комплексной образовательной программы для детей раннего возраста «Первые шаги» под ред. Е.О.Смирновой)

| Образовательная область | Вид детской деятельности | В неделю в содержании НОД | |
|-------------------------------------|--|---------------------------|--------------------|
| | | Количество | Объем, время, мин. |
| Речевое развитие | коммуникативная | 1 | 10 |
| | Восприятие художественной литературы и фольклора | 1 | 10 |
| Познавательное развитие | познавательно-исследовательская, конструирование | 1 | 10 |
| Художественно-эстетическое развитие | Изобразительная: рисование лепка | 1 | 10 |
| | | 1 | 10 |
| | музыкальная | 2 | 20 |
| Физическое развитие | Двигательная (по СанПиН — занятие по физическому развитию) | 3 | 30 |

| | | | |
|---|---------|-----------------------------------|-----|
| Социально-коммуникативное развитие | игровая | Интегрируется с другими ежедневно | |
| Итого | | 10 занятий в неделю | 100 |
| <i>Образовательная деятельность в ходе режимных моментах</i> | | | |
| Утренняя гимнастика | | ежедневно | |
| Комплексы закаливающих процедур | | ежедневно | |
| Гигиенические процедуры | | ежедневно | |
| Ситуативные беседы при проведении режимных моментов | | ежедневно | |
| Чтение художественной литературы | | ежедневно | |
| Прогулки | | ежедневно | |
| <i>Самостоятельная деятельность детей</i> | | | |
| Игра | | ежедневно | |
| Самостоятельная деятельность детей в центрах (уголках) развития | | ежедневно | |

Оптимальный двигательный режим для детей дошкольного возраста

| Формы организации | Младшие группы | Средние группы | Старшие группы | Подготовительные к школе группы |
|--|--|----------------|----------------------------------|---------------------------------|
| Утренняя гимнастика | 6 – 8 мин. | 6 – 8 мин. | 8 – 10 мин. | 10 – 12 мин. |
| Гимнастика после дневного сна | 5 – 10 мин. | 5 – 10 мин. | 5 – 10 мин. | 5 – 10 мин. |
| Подвижные игры (не менее 2-4 раз в день) | 6 – 10 мин. | 10 – 15 мин. | 15 – 20 мин. | 15 – 20 мин. |
| Спортивные игры | - | | Обучение не реже 1 раза в неделю | |
| Спортивные упражнения | Обучение не реже 1 раза в неделю | | | |
| | Велосипед 5 мин. | 8 – 12 мин. | 8 – 15 мин. | 8 – 15 мин. |
| | Лыжи 10 мин. | 10 мин. | 15 мин. | 15 мин. |
| Физкультурные упражнения на прогулке | Ежедневно (в индивидуальной работе, с выносным материалом) | | | |
| | - | 10 – 12 мин. | 10 – 15 мин. | 10 – 15 мин. |
| Физкультурные развлечения | 1 – 2 раза в месяц | | | |
| | 20 мин. | 30 мин. | 30 мин. | 40 – 50 мин. |
| Спортивные праздники | - | | | |
| | | 40 мин. | 60 – 90 мин. | 60 – 90 мин. |
| День здоровья | Не реже 1 раза в квартал | | | |
| Зимние (оздоровительные) каникулы | 1 раз в год | | | |
| Самостоятельная двигательная | Ежедневно | | | |

| |
|--------------|
| деятельность |
|--------------|

Примерный объем времени, необходимого для организации совместной деятельности детей и взрослых по реализации и освоению Программы в течение дня

| Показатели | | | Возрастные группы | | | |
|---|----------------------|---------------------------------------|-----------------------------|----------------------------|---|--|
| | | | Младшая группа (3 – 4 года) | Средняя группа (4 – 5 лет) | Старшая группа (5 – 6 лет) | Подготовительная к школе группа (6 – 7 лет) |
| Объем времени для организации совместной деятельности взрослых и детей с учетом интеграции образовательных областей | В процессе НОД всего | В день (максимально допустимое время) | 30 мин. | 40 мин. | 70 мин. (45 мин. – утро, 25 мин. – вечер) | 120 мин. (1ч.30мин. – утро, 30 мин. – вечер) |
| | | В неделю | 150 мин. | 200 мин. | 325 мин. | 600 мин. |
| Объем времени для организации самостоятельной деятельности в день | | | 180 мин. (3 ч.) | 180 мин. (3 ч.) | 180 мин. (3 ч.) | 180 мин. (3 ч.) |

Планирование осуществляется по пяти направлениям:

- социально-коммуникативное развитие;
- познавательное развитие;
- речевое развитие;
- художественно-эстетическое развитие;
- физическое развитие.

Социально-коммуникативное развитие направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребенка с взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях ее природы, многообразии стран и народов мира.

Речевое развитие включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте. Задачи образовательной области «речевое развитие» расширены за счет задач по обучению английскому языку. В младших проводится 1 образовательная ситуация в неделю и 1 игровая образовательная ситуация в режимных моментах, в средних, старших и подготовительных группах по 2 НОД.

Художественно-эстетическое развитие предполагает развитие предпосылок ценностно-смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование сопереживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

Физическое развитие включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).