

Принято на заседании
педагогического совета
протокол № 5 от 29.08.2023 г

Утверждаю:
Заведующий МДОУ «Детский сад 142»
Ю.Ю. Куликова
Приказ № 01-02/95 от 01.09.2023г.
№ 142»



**Учебный план
образовательной программы муниципального дошкольного
образовательного учреждения «Детский сад №142»
(в соответствии с ФОП ДО и ФГОС ДО)
на 2023 - 2024 учебный год**

Учебный план МДОУ «Детский сад №142» разработан в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». (ред. От 14.09.2022)
- Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 (с изменениями и дополнениями от 21 января 2019 г., 8 ноября 2022 г.) (далее - ФГОС ДО).
- Федеральной образовательной программой дошкольного образования (далее ФОП ДО), утвержденной Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.11.2022 № 1028 "Об утверждении федеральной образовательной программы дошкольного образования"
- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования», утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 июля 2020 г. N 373.
- СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2.
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28.
- Образовательной программой муниципального дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №142»

Учебный план регулирует объем образовательной нагрузки, определяет содержание и организацию образовательного процесса в пяти образовательных областях: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие; физическое развитие.

Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки:

- в группе раннего возраста (2 - 3 года) - 1 час 30 минут;
- в младшей группе (3 - 4 года) - 2 часа 30 минут;
- в средней группе (4 - 5 лет) - 3 часа 40 минут;
- в старшей группе (5 - 6 лет) - 5 часов;
- в подготовительной (6 - 7 лет) - 6 часов.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности:

- для детей 2 - 3 лет - не более 10 минут;
- для детей 3 - 4 лет - не более 15 минут;
- для детей 4 - 5 лет - не более 20 минут;
- для детей 5 - 6 лет - не более 25 минут;
- для детей 6 - 7 лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в группе раннего возраста, младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут соответственно, в старшей и подготовительной 45 минут и 1,5 часа соответственно.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводятся физкультминутки.

Перерывы между периодами образовательной деятельности — не менее 10 минут.

Занятие с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется во второй половине дня после дневного сна, его продолжительность составляет не более 25-30 минут в день.

Занятия, требующие повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня.

Для профилактики утомления детей они сочетаются с занятиями по физическому развитию и музыкальной деятельности. Занятия по физическому развитию для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются 3 раза в неделю. Длительность занятия по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- в группе раннего возраста (2 - 3 года) - 10 минут;
- в младшей группе (3 - 4 года) - 15 минут;
- в средней группе (4 - 5 лет) - 20 минут;
- в старшей группе (5 - 6 лет) - 25 минут;
- в подготовительной группе (6 - 7 лет) - 30 минут.

Один раз в неделю занятия по физическому развитию проводится на открытом воздухе. Занятия по физическому развитию на открытом воздухе проводят при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у них спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплый период, при благоприятных метеорологических условиях, занятия по физическому развитию организовываются на открытом воздухе. Занятия по физическому развитию проводятся с учетом здоровья детей.

Задачи образовательных областей образовательной программы дошкольного образования реализуются также в совместной деятельности педагога с детьми, другими детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности

Формы организации	Ранний возраст	2 младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Утренняя гимнастика	5 мин ежедневно	5-6 минут ежедневно	6-8 минут ежедневно	8-10 минут ежедневно	10-12 мин ежедневно
Занятия физической культурой	2х10 мин	2х15-20 мин	2х20-25 мин	2х25-30 мин	2х30-35 мин
Занятия физической культурой на улице		1х15-20 мин	1х20-25 мин	1х25-30 мин	1х30-35 мин
Физкультминутки	1-2 в зависимости от вида занятия	1-3 ежедневно в зависимости от вида и содержания занятия			
Подвижная и спортивные игры и упражнения на прогулке	10 мин	15-20 мин	20-25 мин	25-30 мин	30-35 мин
Занятия музыкой	2х10 мин	2х15-20 мин	2х20-25 мин	2х25-30 мин	2х30-35 мин
Гимнастика после дневного сна	3-5 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин	5-10 мин
Физкультурный досуг	-	20-25мин 1-2 раза в месяц	20-25мин 1-2 раза в месяц	30 -40 мин 1-2 раза в месяц	40-45 мин 1 -2 раза в месяц
Спортивные праздники	-	20 мин 2 раза в год	30-40 мин 2раза в год	60-90 мин 2 раза в год	60-90 мин 2раза в год
День здоровья	-	1 раз в	1 раз в	1 раз в квартал	1 раз в квартал

		квартал	квартал		
Самостоятельная двигательная деятельность	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно	ежедневно
Недели здоровья	2 раза в год все группы				
Туристические прогулки, экскурсии				60-90 мин	120-150 мин

Форма организации занятий подгрупповые и фронтальные. В образовательном процессе используется интегрированный подход, который позволяет гибко реализовывать в режиме дня различные виды детской деятельности. Организация образовательной деятельности предусматривает, как организованные педагогами совместно с детьми формы детской деятельности, так и самостоятельную деятельность детей. Режим дня и сетка занятий соответствуют виду и направлению Учреждения.

В летний период учебные занятия не проводятся. В это время увеличивается продолжительность прогулок, а также проводятся спортивные и подвижные игры, спортивно-музыкальные праздники и развлечения и др.

Занятия с использованием компьютеров для детей 5 - 7 лет следует проводить не более одного в течение дня и не чаще трех раз в неделю в дни наиболее высокой работоспособности: во вторник, в среду и в четверг. После занятия с детьми проводят гимнастику для глаз. Непрерывная продолжительность работы с компьютером на развивающих игровых занятиях для детей 5 лет не должна превышать 10 минут и для детей 6 - 7 лет - 15 минут.

Организация двигательного режима

- режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

- при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в т.ч., во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

- физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

- возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00
Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	10 минут
	от 3 до 4 лет	15 минут
	от 4 до 5 лет	20 минут
	от 5 до 6 лет	25 минут
	от 6 до 7 лет	30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 минут
	от 3 до 4 лет	30 минут
	от 4 до 5 лет	40 минут

	от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
Показатели организации режима дня		
Продолжительность ночного сна не менее	1-3 года 4-7 лет	12 часов 11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года 4-7 лет	3 часа 2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

Образовательная деятельность

	Группы раннего возраст	Младшая группа	Средняя группа	Старшая группа	Подготовительная группа
Двигательная деятельность	2 занятия физической культурой	3 занятия физической культурой, одно из которых проводится на открытом воздухе	3 занятия физической культурой, одно из которых проводится на открытом воздухе	3 занятия физической культурой, одно из которых проводится на открытом воздухе	3 занятия физической культурой, одно из которых проводится на открытом воздухе
Развитие речи и чтение художественной литературы	1 занятие	1 занятие	1 занятие	2 занятия	2 занятия
Подготовка к обучению грамоте				1 занятие	1 занятие
Формирование элементарных математических представлений	1 занятие	1 занятие	1 занятие	1 занятие	2 занятия
Ознакомление с окружающим миром. Исследование объектов живой и неживой природы.	1 занятие	1 занятие	1 занятие	1 занятие	2 занятия
Изобразительная деятельность	3 занятия	3 занятия	3 занятия	3 занятия	3 занятия

(рисование, лепка, аппликация), конструирование					
Музыкальная деятельность	2 занятия	2 занятия	2 занятия	2 занятия	2 занятия
Всего в неделю	10 занятий	11 занятий	11 занятий	13 занятий	15 занятий