

ПРИНЯТО  
на заседании педагогического совета  
МАДОУ «Д/с №21»  
Протокол от «31» мая 20 18 год №5

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ «Д/с №21»  
Гордиенко Т.Б. Гордиенко  
«31» мая 20 18 год



**Учебный план**  
**по адаптированной образовательной программе,**  
**дошкольного образования,**  
**разработанная в соответствии с**  
**индивидуальной программой реабилитации**  
**и абилитации ребёнка-инвалида (ИПРА)**  
муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения  
муниципального образования «город Бугуруслан»  
«Детский сад комбинированного вида № 21»  
на 2018-2019 учебный год

Учебный план муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида № 21» город Бугуруслан», реализующий адаптированную образовательную программу дошкольного образования, разработан в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (вступил в силу с сентября 2013 г);

- Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.10.2013г. №1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;

- Постановлением федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 15.05.2013 № 26 об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»;

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1014 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования».

Учебный план составлен в соответствии с основной образовательной программой дошкольного образования, разработанной учреждением самостоятельно на основе федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования, с учетом программ реабилитации и абилитации ребенка-инвалида.

### **Методическое обеспечение воспитательно-образовательного процесса**

- Дыбина О.В.«Ознакомление с предметным и социальным окружением. Младшая группа. М.: Мозаика-Синтез-80с., 2015
- Костюченко М. П. « Окружающий мир» ( интегрированные занятия с детьми 3-7 лет) Волгоград: Учитель, 2016
- Денискина В.З. Особенности обучения социально – бытовой ориентировке детей с нарушением зрения. Уфа, 2004.
- Зеленцова-Пешкова Н.В. «Игротерапия для дошкольников». – Ростов н/Д, Феникс, 2014 г.
- Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е. «Лабиринт души: терапевтические сказки» - М.: Академический проект, 2014 г.
- Гончарова В. «Формирование навыков самообслуживания»  
Методические материалы для работы со слабовидящими детьми.  
Москва. Чистые пруды, 2009.
- Демирчоглян Г., Демирчоглян А. Улучшаем зрение. Книга-тренажер для сохранения детского зрения. – Изд-во Эксмо, -2003.
- Миронова Т. В. Образование дошкольников при проведении режимных процессов. Практическое пособие с использованием детского фольклора. изд.: Учитель, 2016

В структуре учебного плана отражена реализация обязательной части образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Д/с №21» и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Учебный план устанавливает перечень образовательных областей: социально-коммуникативное развитие; познавательное развитие; речевое развитие; художественно-эстетическое развитие.

Образовательные области реализуются через образовательную деятельность:

- социально-коммуникативное развитие: «Социализация, развитие общения, нравственное воспитание», «Ребенок в семье и сообществе, патриотическое воспитание», «Формирование основ безопасности», «Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание»;

- познавательное развитие: «Формирование элементарных математических представлений», «Развитие познавательно-исследовательской деятельности», «Приобщение к социокультурным ценностям. Формирование целостной картины мира», «Ознакомление с миром природы»;

- речевое развитие: «Развитие речи», «Обучение грамоте», «Ознакомление с художественной литературой»;

- художественно-эстетическое развитие: «Рисование», «Аппликация», «Лепка», «Конструирование», «Музыкальная деятельность»;

- физическое развитие – «Занятие по физическому развитию», «Формирование начальных представлений о здоровом образе жизни».

В учебном плане определено время на реализацию Программы в процессе непрерывной образовательной деятельности.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей:

- в младшей группе (от 3 до 4 лет) – не более 15 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня не превышает:

- в младшей группе (от 3 до 4 лет) – 30 мин.

В середине непрерывной образовательной деятельности проводится физкультурная минутка. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей образовательная деятельность сочетается с занятиями по физическому развитию и музыкальной деятельности.

С детьми от 3 до 4 лет занятия по физическому развитию осуществляется 3 раза в неделю в физкультурном зале.

Летняя оздоровительная работа осуществляется с 1 июня 2019 года по 31 августа 2019 года в соответствии с календарным учебным графиком.

### Объем образовательной нагрузки (на холодный период)

| Образовательные области            | Виды образовательной деятельности                          | Количество занятий/минут в неделю                                                                                                                                          |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                    |                                                            | Возрастная группа                                                                                                                                                          |
|                                    |                                                            | для детей<br>3-4лет                                                                                                                                                        |
| Социально-коммуникативное развитие | «Социализация, развитие общения, нравственное воспитание»  | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности |
|                                    | «Ребенок в семье и сообществе, патриотическое воспитание»  | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности |
|                                    | «Формирование основ безопасности»                          | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности |
|                                    | «Самообслуживание, самостоятельность, трудовое воспитание» | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности |
|                                    | «Ознакомление с предметным и социальным окружением»        | Занятие:<br>2 раза в месяц<br>15 мин                                                                                                                                       |
| Познавательное развитие            | «Формирование элементарных математических представлений»   | Занятие:<br>1 раз в неделю<br>15 мин                                                                                                                                       |
|                                    | «Развитие познавательно-                                   | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности |

|                                     |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     | исследовательской деятельности»                                                                  |                                                                                                                                                                                                                     |
|                                     | «Приобщение к социо-культурным ценностям.<br>Формирование целостной картины мира»                | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности                                          |
|                                     | «Ознакомление с миром природы»                                                                   | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности                                          |
|                                     | «Ознакомление с художественной литературой»                                                      | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности                                          |
|                                     | Часть, Программы формируемая участниками образовательных отношений программа «В гостях у сказки» | Занятие: 2 раза в месяц 15 мин, а также в совместной деятельности педагога с детьми, другими детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности |
| Художественно-эстетическое развитие | «Рисование»                                                                                      | Занятие:<br>1 раз в неделю<br>15 мин                                                                                                                                                                                |
|                                     | «Аппликация»,                                                                                    | Занятие:<br>2 раза в месяц<br>15 мин                                                                                                                                                                                |
|                                     | «Лепка»,                                                                                         | Занятие:<br>2 раза в месяц<br>15 мин                                                                                                                                                                                |
|                                     | «Конструирование»                                                                                | Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности                                          |
|                                     | «Музыкальная деятельность»                                                                       | Занятие:<br>2 раза в неделю<br>15 мин                                                                                                                                                                               |

|                     |                                                            |                                       |
|---------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Физическое развитие | «Занятие по физическому развитию»<br>(в помещении)         | Занятие:<br>3 раза в неделю<br>15 мин |
|                     | «Занятие по физическому развитию»<br>(на открытом воздухе) | -                                     |

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(холодный период)  
II младшая группа  
3-4 года

| <b>№ п/п</b>                        | <b>СД</b> | <b>Режимные моменты</b>                                                                   | <b>Время в режиме дня</b> | <b>Длительность</b> |
|-------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------|
| 1                                   |           | Прием и осмотр детей, общение, индивидуальная и групповая работа, взаимодействие с семьей | 7.30-7.50                 | 20 мин              |
| 2                                   | 30        | Самостоятельная деятельность (игры)                                                       | 7.50-8.20                 | 30 мин              |
| 3                                   |           | Утренняя гимнастика                                                                       | 8.20-8.25                 | 5 мин               |
| 4                                   |           | Подготовка к завтраку                                                                     | 8.25-8.30                 | 5 мин               |
| 5                                   | 10        | Самостоятельная деятельность (личная гигиена)                                             | 8.30-8.40                 | 10 мин              |
| 6                                   |           | Завтрак                                                                                   | 8.40-8.55                 | 15 мин              |
| 7                                   | 5         | Самостоятельная деятельность (подготовка к ОД)                                            | 8.55-9.00                 | 5 мин               |
| 8                                   |           | Образовательная деятельность                                                              | 9.00- 9.15                | 15 мин              |
| 9                                   | 10        | Самостоятельная деятельность (подготовка к ОД)                                            | 9.15-9.25                 | 10 мин              |
| 10                                  |           | Образовательная деятельность                                                              | 9.25-9.40                 | 15 мин              |
| 11                                  | 5         | Подготовка ко второму завтраку, самостоятельная деятельность (личная гигиена)             | 9.40-9.45                 | 5 мин               |
| 12                                  |           | Второй завтрак                                                                            | 9.45-9.50                 | 5 мин               |
| 13                                  |           | Подготовка к прогулке                                                                     | 9.50-10.05                | 15 мин              |
| 14                                  |           | Прогулка                                                                                  | 10.05-11.35               | 1 ч 30 мин          |
| 15                                  |           | Возвращение с прогулки                                                                    | 11.35-11.45               | 10 мин              |
| 16                                  | 10        | Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность (личная гигиена)                         | 11.45-11.55               | 10 мин              |
| 17                                  |           | Обед                                                                                      | 11.55-12.15               | 20 мин              |
| 18                                  | 15        | Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена)                          | 12.15-12.30               | 15 мин              |
| 19                                  |           | Сон                                                                                       | 12.30-15.00               | 2 ч 30 мин          |
| 20                                  |           | Постепенный подъем, закаливающие процедуры                                                | 15.00-15.10               | 10 мин              |
| 21                                  | 25        | Самостоятельная деятельность (личная гигиена)                                             | 15.10-15.35               | 25 мин              |
| 22                                  | 30        | Самостоятельная деятельность (игры)                                                       | 15.35-16.05               | 30 мин              |
| 23                                  | 10        | Подготовка к полднику (личная гигиена)                                                    | 16.05-16.15               | 10 мин              |
| 24                                  |           | Полдник (уплотненный)                                                                     | 16.15-16.30               | 15 мин              |
| 25                                  | 15        | Самостоятельная деятельность (игры)                                                       | 16.30-16.45               | 15 мин              |
| 26                                  |           | Подготовка к прогулке                                                                     | 16.45-17.00               | 15 мин              |
| 27                                  |           | Прогулка                                                                                  | 17.00-18.50               | 1ч 50 мин           |
| 28                                  |           | Возвращение с прогулки                                                                    | 18.50-19.00               | 10 мин              |
| 29                                  | 10        | Самостоятельная деятельность(личная гигиена)                                              | 19.00-19.10               | 10 мин              |
| 30                                  | 20        | Самостоятельная деятельность (игры), взаимодействие с семьей                              | 19.10-19.30               | 20 мин              |
| 31                                  |           | Уход детей домой                                                                          | 19.30                     |                     |
| <b>Сон</b>                          |           |                                                                                           |                           | <b>2 ч 30 мин</b>   |
| <b>Прогулка</b>                     |           |                                                                                           |                           | <b>3 ч 20 мин</b>   |
| <b>Образовательная деятельность</b> |           |                                                                                           |                           | <b>30 мин</b>       |
| <b>Самостоятельная деятельность</b> |           |                                                                                           |                           | <b>3 ч 15 мин</b>   |

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(теплый период)  
II младшая группа  
3-4 года

| <b>№ п/п</b>                        | <b>СД</b> | <b>Режимные моменты</b>                                                                   | <b>Время в режиме дня</b> | <b>Длительность</b> |
|-------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------|
| 1.                                  |           | Прием и осмотр детей, общение, индивидуальная и групповая работа, взаимодействие с семьей | 7.30-7.50                 | 20 мин              |
| 2.                                  | 25        | Самостоятельная деятельность (игры)                                                       | 7.50-8.15                 | 25 мин              |
| 3.                                  |           | Утренняя гимнастика                                                                       | 8.15-8.20                 | 5 мин               |
| 4.                                  | 10        | Подготовка к завтраку, самостоятельная деятельность (личная гигиена)                      | 8.20-8.30                 | 10 мин              |
| 5.                                  |           | Завтрак                                                                                   | 8.30-8.45                 | 15 мин              |
| 6.                                  | 15        | Самостоятельная деятельность (игры)                                                       | 8.45-9.00                 | 15 мин              |
| 7.                                  | 15        | Самостоятельная деятельность (подготовка к ОД)                                            | 9.00- 9.15                | 15 мин              |
| 8.                                  |           | Образовательная деятельность                                                              | 9.15-9.30                 | 15 мин              |
| 9.                                  | 10        | Самостоятельная деятельность (игры)                                                       | 9.30-9.40                 | 10 мин              |
| 10.                                 | 5         | Подготовка ко второму завтраку, самостоятельная деятельность (личная гигиена)             | 9.40-9.45                 | 5 мин               |
| 11.                                 |           | Второй завтрак                                                                            | 9.45-9.50                 | 5 мин               |
| 12.                                 |           | Подготовка к прогулке                                                                     | 9.50-9.55                 | 5 мин               |
| 13.                                 |           | Прогулка                                                                                  | 9.55-11.30                | 1 ч 35 мин          |
| 14.                                 |           | Возвращение с прогулки                                                                    | 11.30-11.40               | 10 мин              |
| 15.                                 | 20        | Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность (личная гигиена)                         | 11.40-12.00               | 20 мин              |
| 16.                                 |           | Обед                                                                                      | 12.00-12.25               | 25 мин              |
| 17.                                 | 15        | Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена)                          | 12.25-12.40               | 15 мин              |
| 18.                                 |           | Сон                                                                                       | 12.40-15.10               | 2 ч 30 мин          |
| 19.                                 |           | Постепенный подъем, закаливающие процедуры                                                | 15.10-15.20               | 10 мин              |
| 20.                                 | 10        | Самостоятельная деятельность (личная гигиена)                                             | 15.20-15.30               | 10 мин              |
| 21.                                 | 10        | Подготовка к уплотненному полднику (личная гигиена)                                       | 15.30-15.40               | 10 мин              |
| 22.                                 |           | Уплотненный полдник                                                                       | 15.40-15.50               | 10 мин              |
| 23.                                 | 30        | Самостоятельная деятельность (игры)                                                       | 15.50-16.20               | 30 мин              |
| 24.                                 |           | Подготовка к прогулке                                                                     | 16.20-16.25               | 5 мин               |
| 25.                                 |           | Прогулка                                                                                  | 16.25-19.00               | 2 ч 35 мин          |
| 26.                                 |           | Возвращение с прогулки                                                                    | 19.00-19.05               | 5 мин               |
| 27.                                 | 10        | Самостоятельная деятельность (личная гигиена)                                             | 19.05-19.15               | 10 мин              |
| 28.                                 | 15        | Самостоятельная деятельность (игры), взаимодействие с семьей                              | 19.15-19.30               | 15 мин              |
| 29.                                 |           | Уход детей домой                                                                          | 19.30                     |                     |
| <b>Сон</b>                          |           |                                                                                           |                           | <b>2 ч 30 мин</b>   |
| <b>Прогулка</b>                     |           |                                                                                           |                           | <b>4 ч 10 мин</b>   |
| <b>Образовательная деятельность</b> |           |                                                                                           |                           | <b>15 мин</b>       |
| <b>Самостоятельная деятельность</b> |           |                                                                                           |                           | <b>3 ч 10 мин</b>   |

## Сетка занятий

| День недели | Время     | Младшая группа<br>Дети 3-4 лет                                        |
|-------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------|
| Понедельник | 9.00-9.15 | Рисование                                                             |
|             | 9.25-9.40 | Музыкальное                                                           |
| Вторник     | 9.00-9.15 | Формирование элементарных математических представлений                |
|             | 9.25-9.40 | Занятие по физическому развитию                                       |
| Среда       | 9.00-9.15 | Музыкальное                                                           |
|             | 9.25-9.40 | Развитие речи(1,3)<br>Ознакомление с художественной литературой (2,4) |
| Четверг     | 9.00-9.15 | Занятие по физическому развитию                                       |
|             | 9.25-9.40 | Предметное и социальное окружение (1,3)<br>«В гостях у сказки» (2,4)  |
| Пятница     | 9.00-9.15 | Лепка (1,3)<br>Аппликация(2,4)                                        |
|             | 9.25-9.40 | Занятие по физическому развитию                                       |

(1,3) – недели месяца

### Режим двигательной активности

| Формы работы                                     | Виды занятий                                                                   | Младшая группа<br>Дети 3-4 лет                                    |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| Физкультурные занятия                            | в помещении                                                                    | 3 раза в неделю по 15 мин.                                        |
| Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня | утренняя гимнастика                                                            | Ежедневно<br>5-7 мин.                                             |
|                                                  | подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке                           | Ежедневно<br>7-10 мин.                                            |
|                                                  | физкультминутки (во время ОД)                                                  | Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий<br>1,5-2 мин |
| Активный отдых                                   | день здоровья                                                                  | 1 раз в квартал                                                   |
| Самостоятельная двигательная деятельность        | самостоятельное использование физкультурного и спортивно-игрового оборудования | Ежедневно                                                         |
|                                                  | самостоятельные подвижные и спортивные игры                                    | Ежедневно                                                         |