

ПРИНЯТО

На заседании педагогического совета

«29» августа 2019г.

№ протокола 1

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ «Д/с №21»  
Гордиенко Т.Б.  
«29» августа 2019 год



**Учебный план**  
**по адаптированной образовательной программе,**  
**дошкольного образования,**  
**разработанная в соответствии с индивидуальной программой**  
**реабилитации и абилитации ребенка-инвалида (ИПРА)**  
*муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения*  
*муниципального образования «город Бугуруслан»*  
*«Детский сад комбинированного вида № 21»*  
*на 2019 -2020 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 Программы и части, формируемой участниками образовательных отношений.

В учебном плане объем образовательной деятельности по реализации обязательной части Программы составляет не менее 80%, и части, формируемой участниками образовательных отношений не более 20% от общего объема.

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

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

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей:

- в средней группе (от 4 до 5 лет) – не более 20 минут.

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

- в средней группе (от 4 до 5 лет) – 40 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 4 до 5 лет занятия по физическому развитию осуществляется 3 раза в неделю в физкультурном зале.

В летний период образовательная деятельность по физическому развитию проводится на открытом воздухе.

### Объем образовательной нагрузки (на холодный период)

Образовательные области	Виды образовательной деятельности	Количество занятий/минут в неделю
		Возрастная группа
		для детей 4-5 лет
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: 2 раза в месяц 20 мин
Познавательное развитие	«Формирование элементарных математических представлений»	Занятие: 1 раз в неделю 20 мин
	«Развитие познавательно-исследовательской деятельности»	Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности
	«Приобщение к социо- культурным	Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов

	ценностям. Формирование целостной картины мира»	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 20 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: 1 раз в неделю 20 мин
	«Аппликация»,	Занятие: 2 раза в месяц 20 мин
	«Лепка»,	Занятие: 2 раза в месяц 20 мин
	«Конструирование»	Осуществляется в совместной деятельности педагога с детьми, самостоятельной деятельности при проведении режимных моментов ежедневно в различных видах детской деятельности
	«Музыкальная деятельность»	Занятие: 2 раза в неделю 20мин
Физическое развитие	«Занятие по физическому развитию» (в помещении)	Занятие: 3 раза в неделю 20 мин

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(холодный период)  
средняя группа  
4-5 лет

<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	9.00-9.20	20 мин
9	10	Самостоятельная деятельность (подготовка к ОД)	9.20-9.30	10 мин
10		Образовательная деятельность	9.30-9.50	20 мин
11	5	Подготовка ко второму завтраку, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	9.50-9.55	5 мин
12		Второй завтрак	9.55-10.00	5 мин
13		Подготовка к прогулке	10.00-10.15	15 мин
14		Прогулка	10.15-11.45	1 ч 30 мин
15		Возвращение с прогулки	11.45-12.00	15 мин
16	10	Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	12.00-12.10	10 мин
17		Обед	12.10-12.30	20 мин
18	10	Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	12.30-12.40	10 мин
19		Сон	12.40-15.00	2 ч 20 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	1 ч 50 мин
28	10	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 20 мин</b>
<b>Прогулка</b>				<b>3 ч 20 мин</b>
<b>Образовательная деятельность</b>				<b>40 мин</b>
<b>Самостоятельная деятельность</b>				<b>3 ч 20 мин</b>

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(теплый период)  
средняя группа  
4-5 лет

<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 (подготовка к ОД)	8.45-9.00	15 мин
7.		Образовательная деятельность	9.00-9.20	20 мин
8.	20	Самостоятельная деятельность (игры)	9.20-9.40	20 мин
9.	5	Подготовка ко второму завтраку, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	9.40-9.45	5 мин
10.		Второй завтрак	9.45-9.50	5 мин
11.		Подготовка к прогулке	9.50-9.55	5 мин
12.		Прогулка	9.55-11.40	1 ч 45 мин
13.		Возвращение с прогулки	11.40-11.50	10 мин
14.	20	Подготовка к обеду, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	11.50-12.10	20 мин
15.		Обед	12.10-12.30	20 мин
16.	10	Подготовка ко сну, самостоятельная деятельность (личная гигиена)	12.30-12.40	10 мин
17.		Сон	12.40-15.10	2 ч 30 мин
18.		Постепенный подъем, закаливающие процедуры	15.10-15.20	10 мин
19.	10	Самостоятельная деятельность (личная гигиена)	15.20-15.30	10 мин
20.	10	Подготовка к уплотненному полднику (личная гигиена)	15.30-15.40	10 мин
21.		Уплотненный полдник	15.40-15.50	10 мин
22.	30	Самостоятельная деятельность (игры)	15.50-16.20	30 мин
23.		Подготовка к прогулке	16.20-16.25	5 мин
24.		Прогулка	16.25-19.00	2 ч 35 мин
25.		Возвращение с прогулки	19.00-19.05	5 мин
26.	10	Самостоятельная деятельность (личная гигиена)	19.05-19.15	10 мин
27.	15	Самостоятельная деятельность (игры), взаимодействие с семьей	19.15-19.30	15 мин
1.		Уход детей домой	19.30	
<b>Сон</b>				<b>2 ч 30 мин</b>
<b>Прогулка</b>				<b>4 ч 20 мин</b>
<b>Образовательная деятельность</b>				<b>20 мин</b>
<b>Самостоятельная деятельность</b>				<b>3 ч</b>

## Сетка занятий

День недели	Время	Средняя группа Дети 4-5 лет
Понедельник	9.00-9.20	Развитие речи
	9.30-9.50	Занятие по физическому развитию
Вторник	9.00-9.20	Музыкальное
	9.30-9.50	Формирование элементарных математических представлений
Среда	9.00-9.20	Рисование
	9.30-9.50	Занятие по физическому развитию
Четверг	9.00-9.20	Музыкальное
	9.30-9.50	Лепка (1,3) Аппликация(2,4)
Пятница	9.00-9.20	Занятие по физическому развитию
	9.30-9.50	Предметное и социальное окружение (1,3) «В гостях у сказки» (2,4)

(1,3) – недели месяца

### Режим двигательной активности

Формы работы	Виды занятий	Средняя группа Дети 4 -5 лет
Физкультурные занятия	в помещении	3 раза в неделю по 20 мин.
Физкультурно-оздоровительная работа в режиме дня	утренняя гимнастика	Ежедневно 5-7 мин.
	подвижные и спортивные игры и упражнения на прогулке	Ежедневно 7-10 мин.
	физкультминутки (во время ОД)	Ежедневно в зависимости от вида и содержания занятий 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