Принято на заседании
Педагогического совета
МБДОУ «Детский сад №38»
протокол № 1 от
«11» 08 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 38»
_____ Н.И. Рябова
Приказ от «11» 08 2026 г.
№ 341

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №38»

на 2026-2027 учебный год

2026

Пояснительная записка

При разработке учебного плана используются следующие нормативные документы:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации"
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013г. № 1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования»
- СанПиН 1.21.3685-21 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций"
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013г. № 1155)
- Федеральная образовательная программа дошкольного образования, Минпросвещения России приказ № 1028 от 25 ноября 2022г. Общеобразовательная программа дошкольного образования МБДОУ «Детский сад № 38»
- Адаптированной образовательной программы дошкольного образования для обучающихся 6 – 7 лет с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 38»
- Устав МБДОУ «Детский сад № 38»
- Учебный план МБДОУ является документом, отражающим структуру образовательного процесса, устанавливающим перечень образовательных областей, определяет количество периодов непрерывной образовательной деятельности (занятий) и объем

недельной образовательной нагрузки детей раннего и дошкольного возраста. Учебный план обеспечивает:

- целостность образовательного процесса;
- оптимальное распределение объема содержания;
- преемственность между образовательными областями;
- рациональное соотношение ОП, используемых технологий и методик.
- соблюдения объема учебной нагрузки на ребенка;
- ориентированности расписания непосредственной образовательной деятельности, кружков и на динамику работоспособности детей в течение дня, недели;
- рациональности соотношения эмоциональной, интеллектуальной и физической нагрузки на ребенка;
- индивидуального подхода к ребенку при регулировании умственной и физической нагрузки;
- обеспечения взаимосвязи планируемой непосредственной образовательной деятельности с повседневной жизнью ребенка в детском саду.

Учебный план реализует цели Программы МБДОУ, разрабатываемой, принимаемой и реализуемой им самостоятельно, обеспечивает вариативность образовательного процесса, сохранение единого образовательного пространства, а также выполнение гигиенических требований к условиям обучения воспитанников и сохранения их здоровья.

Образовательный процесс в МБДОУ реализуется в режиме пятидневной недели. Длительность пребывания в ДОУ – 10,5 часов с 7^{00} до 17^{30} часов.

Образовательный процесс осуществляется с первого сентября по тридцать первое мая.

Летний период - с первого июня по тридцать первое августа - каникулы. В середине года (21.12.2026-30.12.2026) для воспитанников организуются каникулы, во время которых проводятся занятия эстетически-оздоровительного цикла (музыкальные, спортивные, изобразительного искусства).

Реализация учебного плана предусматривает решение программных задач посредством организации совместной деятельности взрослого и детей в процессе занятий с учетом принципа комплексно-тематического планирования в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей, а

также организации самостоятельной детской деятельности воспитанников. Образовательная деятельность с детьми реализуются через организацию различных видов детской деятельности (игровой, двигательной, познавательно-исследовательской, коммуникативной, продуктивной, музыкально-художественной, трудовой, а также чтения художественной литературы) или их интеграцию с использованием разнообразных форм и методов работы, выбор которых осуществляется педагогами самостоятельно в зависимости от контингента детей, уровня освоения Программы и решения конкретных образовательных задач. Учебный план составлен с учетом максимально допустимой нагрузки для детей. Возрастная адекватность один из главных критериев выбора педагогами форм образовательной работы и видов детской деятельности, ведущей из которых является игра. Через игру реализуется большая часть содержания всех образовательных областей: «Физическое развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Социально - коммуникативное развитие», «Художественно-эстетическое развитие».

Самостоятельными, самоценными и универсальными видами детской деятельности являются:

* в раннем возрасте (1 год - 3 года) - предметная деятельность и игры с составными и динамическими игрушками; экспериментирование с материалами и веществами (песок, вода, тесто и пр.), общение с взрослым и совместные игры со сверстниками под руководством взрослого, самообслуживание и действия с бытовыми предметами-орудиями (ложка, савок, лопатка и пр.), восприятие смысла музыки, сказок, стихов, рассматривание картинок, двигательная активность.

* для детей дошкольного возраста (3 года - 8 лет) - ряд ведущих видов деятельности, таких как игровая, включая сюжетно-ролевую игру, игру с правилами и другие виды игры, коммуникативная (общение и взаимодействие со взрослыми и сверстниками), познавательно-исследовательская (исследования объектов окружающего мира и экспериментирования с ними), а также восприятие художественной литературы и фольклора, самообслуживание и элементарный бытовой труд (в помещении и на улице), конструирование из разного материала, включая конструкторы, модули, бумагу, природный и иной материал, изобразительная (рисования, лепка, аппликация), музыкальная (восприятие и понимание смысла музыкальных произведений, пение, музыкально-ритмические движения, игры на детских музыкальных инструментах) и двигательная (овладение основными

движениями) формы активности ребенка.

В качестве адекватных дошкольному возрасту форм работы выступают: экспериментирование, наблюдения, решение проблемных ситуаций, беседы с детьми, и др.

Организация образовательного процесса в группах раннего возраста (от 2 до 3 лет)

Образовательная деятельность по всем направлениям проводится в период с 1 сентября по 31 мая календарного года. Продолжительность, с учетом каникул, составляет 36 недель.

В период адаптации детей раннего возраста (сентябрь-октябрь) с детьми проводятся игры по гибкому режиму, способствующие приспособлению к новым условиям.

Для детей раннего возраста от 2 до 3 лет длительность образовательной деятельности не превышает 10 мин. Образовательную деятельность осуществляется в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки. Образовательная деятельность проводится в игровой форме, подгруппами (8-10 детей), с использованием здоровьесберегающих технологий.

Соотношение режимных процессов в течение дня: бодрствование – 5, 5-6 часов, дневной сон – 3 часа, ночной сон – 10-11 часов.

Организация образовательного процесса в группах дошкольного возраста (от 3 до 7 лет)

Занятия по всем образовательным областям проводится в период с 1 сентября по 31 мая календарного года. Продолжительность, с учетом каникул, составляет 36 недель.

Продолжительность образовательной деятельности для детей от 3 до 4 лет - не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет - не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет - не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней группах не превышает 30 и 40 минут

соответственно, а в старшей и подготовительной - 45 минут и 1,5 часа соответственно.

Во всех возрастных группах в середине времени, отведенного на образовательную деятельность статического характера проводятся физкультурные минутки для профилактики утомления. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста осуществляется и во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуется в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия и т.п.

В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводится физкультминутка. Перерывы между периодами образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Объем самостоятельной деятельности воспитанников в условиях созданной педагогами развивающей предметно-пространственной образовательной среды по каждой образовательной области не определяется. Общий объем самостоятельной деятельности детей составляет 3-4 часа в день для всех возрастных групп.

Расписание занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (СанПиН 1.23685-21 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", утвержденным Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 21.01 2021 г.)

Расписание сбалансировано с точки зрения представленности в нем занятий, обеспечивающих смену характера деятельности воспитанников.

Защита воспитанников от перегрузок осуществляется по следующим направлениям:

1) выполнение санитарно-гигиенических норм при организации воспитательно-образовательного процесса (СанПиН 1.23685-21)

2) контроль за объёмом образовательной нагрузки, распределение образовательной нагрузки в соответствии с нормативами;

3) использование здоровьесберегающих, инновационных образовательных технологий.

Планирование организованной образовательной деятельности при работе по пятидневной неделе

Учебный план является механизмом реализации ОП ДО МБДОУ, состоит из двух частей - обязательной и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Продолжительность занятий объем нагрузки

Возрастная группа	**Длительность занятий**	**Общее количество занятий в неделю**	**Общее время в минутах / часах в неделю**
Вторая группа раннего возраста	10 минут	10	100 минут / 1 час 40 минут
Младшая	15 минут	10	165 минут/ 2 часа 30 минут
Средняя	20 минут	10	200 минут / 3 часа 20 минут
Старшая	25 минут	15	375 минут / 6часов 15 минут
Подготовительная к школе	30 минут	15	450 минут / 7 часов 30 минут

Количество занятий по образовательным областям

Образовательная область	**Виды деятельности**	**Количество занятий**														
		Вторая группа раннего возраста			**Младшая**			**Средняя**			**Старшая**			**Подготовительная**		
		в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год
Инвариантная часть																
Познавательное развитие	Математические представления	1	4	36	1	4	36	1	4	36	1	4	36	2	8	72
	Ознакомление с предметным и социальным окружением	0,75	3	27	0,75	3	27	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
	Ознакомление с миром природы	0,25	1	9	0,25	1	9	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
Речевое развитие	Развитие речи	2	8	72	1	4	36	1	4	36	3	8	72	2	8	72
	Музыка	2	8	72	2	8	72	2	8	72	3	8	72	2	8	72

Художественно-эстетическое развитие	Рисование	1	4	36	1	4	36	1	4	36	2	8	72	2	8	72
	Лепка	1	4	36	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
	Аппликация	-	-	-	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18	0,5	2	18
Физическое развитие	Физическая культура	2	8	72	3	12	108	3	12	108	3	12	108	3	12	108
Социально-коммуникативное развитие		В ходе различных видов деятельности и через интеграцию с другими образовательными областями														
Итого:		**10**	**40**	**360**	**10**	**40**	**360**	**10**	**40**	**360**	**12**	**48**	**432**	**13**	**52**	**468**
Вариативная часть	И.А. Лыкова «Мир без опасности»	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	4	36	1	4	36
Всего:		**10**	**40**	**360**	**10**	**40**	**360**	**10**	**40**	**360**	**13**	**52**	**468**	**14**	**56**	**504**

Совместная образовательная деятельность и культурные практики в режимных моментах

Формы ОД в режимных моментах	Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах				
	Вторая группа раннего возраста	младшая группа	средняя группа	старшая группа	подготовительная к школе группа
Общение					
Ситуации общения воспитателя с детьми и накопления положительного социально-эмоционального опыта	Ежедневно				
Беседы и разговоры с детьми по их интересам	Ежедневно				
Игровая деятельность					
Индивидуальные игры с детьми	Ежедневно			3 раза в неделю	
Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, строительно-конструктивные игры)	2 раза в неделю		3 раза в неделю	2 раза в неделю	
«Музыкальный калейдоскоп»	1 раз в неделю				
Физкультурный досуг	1 раз в месяц				
Подвижные игры	Ежедневно				
Познавательная и исследовательская деятельность					
Опыты, эксперименты	1 раз в 2 недели				
Проектная деятельность	1 раз в 2 недели				
Наблюдения за природой на прогулке	Ежедневно				
Формы творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие детей					
Чтение литературных произведений	Ежедневно				
Беседы об искусстве	-		1 раз в неделю		
Конструктивно-модельная деятельность	1 раз в неделю				
Самообслуживание и элементарный труд					
Самообслуживание	Ежедневно				
Трудовые поручения (индивидуально и подгруппами)	Ежедневно				
Общий и совместный труд	-	-	1 раз в неделю		
Часть, формируемая участниками образовательного процесса					
Познавательное развитие					
Воспитание экологической культуры («Юный эколог»)	-	1 раз в неделю	1 раз в неделю	-	-

Режим двигательной активности

Основное образование дошкольников в области физической культуры					
	Вторая группа раннего возраста	**Младшая группа**	**Средняя группа**	**Старшая группа**	**Подготовительная к школе группа**
Непосредственная образовательная деятельность					
Физкультурные занятия	Физкультурные занятия (10 мин.)	Физкультурные занятия (15 мин)	Физкультурные занятия (20 мин)	Физкультурные занятия (25 мин.)	Физкультурные занятия (30 мин.)
Физкультурные занятия на свежем воздухе	В теплое время года занятия организуются на воздухе.			Один раз в неделю круглогодично на открытом воздухе. В теплое время года все занятия организуются на воздухе.	
Утренняя гимнастика	5 мин	5 мин	8 мин	10 мин.	10 мин.
	Ежедневно в группе. В теплое время года на улице.	Ежедневно в группах или музыкальном зале. В теплое время года на улице.	Ежедневно в группах или физкультур зале В теплое время года на улице.	Ежедневно в группах или физкультур зале В теплое время года на улице.	Ежедневно в группах или физкультур зале В теплое время года на улице.
Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)					
Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	Ежедневно (10-15 мин.)	Ежедневно 10-15 мин. 2 раза в день	Ежедневно 15 - 20 мин. 2 раза в день	Ежедневно 15-25 мин. 2 раза в день	Ежедневно 20-30 мин. 2 раза в день
Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 мин.)				
Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	-		3-5 мин. ежедневно	5-7 мин. ежедневно	
Закаливающие процедуры. Гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна				
	5 мин.	5-6 мин.	6-8 мин.	8-10 мин.	10 мин.
Физкультурные досуги и развлечения	-	1 раз в месяц 20-30 мин.	1 раз в месяц		
			20-30 мин	30-45 мин.	40-45 мин.
Спортивные праздники	-	-	1 раз в год (летом)	2 раза в год	2 раза в год
Дни здоровья	-	-	1 раз в квартал		
Самостоятельная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя. Характер и продолжительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей.				

Планирование организованной образовательной деятельности при работе по пятидневной неделе

Учебный план является механизмом реализации АОП ДО МБДОУ, состоит из двух частей - обязательной и части, формируемой участниками образовательных отношений.

Продолжительность занятий, объем нагрузки

Возрастная группа	Длительность занятий	Общее количество занятий в неделю	Общее время в минутах / часах в неделю
Старшая	20-25 минут	15	350минут / 5 часов 50 минут
Подготовительная к школе	30 минут	16	480 минут / 8 часов

Количество занятий по образовательным областям

Образовательная область	Виды деятельности	Количество занятий					
		Старшая			Подготовительная		
		в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год
Инвариантная часть							
Познавательное развитие	Формирование элементарных математических представлений	1	4	36	2	8	72
	Ознакомление с предметным и социальным окружением	0,5	2	18	0,5	2	18
	Ознакомление с миром природы	0,5	2	18	0,5	2	18
Речевое развитие	Развитие речи	4	16	144	4	16	144
Художественно-эстетическое развитие	Музыка	2	8	72	2	8	72
	Рисование	2	8	72	2	8	72
	Лепка	0,5	2	18	0,5	2	18
	Аппликация	0,5	2	18	0,5	2	18
Физическое развитие	Физическая культура	3	12	108	3	12	108
Социально-коммуникативное развитие	В ходе различных видов деятельности и через интеграцию с другими образовательными областями						
	Итого:	**14**	**56**	**504**	**15**	**60**	**540**
Вариативная часть	«Мир без опасности» И.А.Лыкова	1	4	36	1	4	36
Всего:		**15**	**60**	**540**	**16**	**64**	**576**

Совместная образовательная деятельность и культурные практики в режимных моментах

Формы ОД в режимных моментах	Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в режимных моментах	
	старшая группа	подготовительная к школе группа
Общение		
Ситуации общения воспитателя с детьми и накопления положительного социально-эмоционального опыта	Ежедневно	
Беседы и разговоры с детьми по их интересам	Ежедневно	
Игровая деятельность		
Индивидуальные игры с детьми	3 раза в неделю	
Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, строительно-конструктивные игры)	2 раза в неделю	
«Музыкальный калейдоскоп»	1 раз в неделю	
Физкультурный досуг	1 раз в месяц	
Подвижные игры	Ежедневно	
Познавательная и исследовательская деятельность		
Опыты, эксперименты	1 раз в 2 недели	
Проектная деятельность	1 раз в 2 недели	
Наблюдения за природой на прогулке	Ежедневно	
Формы творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие детей		
Чтение литературных произведений	Ежедневно	
Беседы об искусстве	1 раз в неделю	
Конструктивно-модельная деятельность	1 раз в неделю	
Самообслуживание и элементарный труд		
Самообслуживание	Ежедневно	
Трудовые поручения (индивидуально и подгруппами)	Ежедневно	
Общий и совместный труд	1 раз в неделю	

Режим двигательной активности

	Старшая группа	Подготовительная к школе группа
Непосредственная образовательная деятельность		
Физкультурные занятия	Физкультурные занятия (25 мин.)	Физкультурные занятия (30 мин.)
Физкультурные занятия на свежем воздухе	Один раз в неделю круглогодично на открытом воздухе. В теплое время года все занятия организуются на воздухе.	
Утренняя гимнастика	10 мин. Ежедневно в группах или физкультурном зале В теплое время года на улице.	10 мин. Ежедневно в группах или физкультурном зале В теплое время года на улице.
Частично регламентируемая двигательная деятельность (формы совместной деятельности педагога с детьми)		
Подвижные игры и физ. упражнения на прогулке	Ежедневно 15-25 мин. 2 раза в день	Ежедневно 20-30 мин. 2 раза в день
Физкультурные минутки	Ежедневно по мере необходимости (до 3 мин.)	
Двигательная разминка во время перерыва между занятиями	5-7 мин. ежедневно	
Закаливающие процедуры. Гимнастика после сна	Ежедневно после дневного сна	
	8-10 мин.	10 мин.
Физкультурные досуги и развлечения	1 раз в месяц	
	30-45 мин.	40-45 мин.
Спортивные праздники	2 раза в год	2 раза в год
Дни здоровья	1 раз в квартал	
Самостоятельная деятельность	Ежедневно под руководством воспитателя. Характер и продолжительность зависит от индивидуальных особенностей и потребностей детей.	