

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 107 Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТ  
решением Педагогического совета  
Протокол № 2 от 25 ноября 2024 г.

УТВЕРЖДЕН

приказом от 25 ноября 2024г. № 18/6-ОД  
И.о. заведующего ГБДОУ детский сад № 107  
Невского района Санкт-Петербурга  
Я.В. Телеш



УЧЕБНЫЙ ПЛАН  
на 2024-2025 учебный год

2024 г.

## **Пояснительная записка**

Учебный план – документ, определяющий перечень трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практик, иных видов учебной деятельности и, если не установлено настоящим Федеральным законом (закон «Об образовании в Российской Федерации»).

Учитывая специфику дошкольного образования – отсутствие предметного характера содержания образования на данной ступени, реализацию образовательных областей через детские виды деятельности с распределением времени, на основе действующего СанПин.

Учитывается, что Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Продолжительность занятий для детей от 1,5-3 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 младшей и средней группах не превышает 30-40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной – 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на занятия, проводятся физкультурные минутки. Перерывы между занятиями – не менее 10 минут.

### Образовательная деятельность

| №<br>п/п                                                                                       | Вид деятельности                                                                                                                                                                               | Количество образовательных ситуаций и занятий в<br>неделю/месяц/год |                                                    |                                                                    |                                                                     |                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
|                                                                                                |                                                                                                                                                                                                | Группа<br>раннего<br>возраста                                       | Младшая<br>группа                                  | Средняя<br>группа                                                  | Старшая<br>группа                                                   | Подготовительная<br>группа              |
| 1.                                                                                             | <b>Двигательная деятельность</b>                                                                                                                                                               |                                                                     |                                                    |                                                                    |                                                                     |                                         |
| 1.1                                                                                            | Физическая культура                                                                                                                                                                            | 3 / 12 /<br>108                                                     | 3 / 12 /<br>108                                    | 3 / 12 /<br>108                                                    | 3 / 12 /<br>108                                                     | 3 / 12 / 108                            |
| 2.                                                                                             | <b>Коммуникативная деятельность</b>                                                                                                                                                            |                                                                     |                                                    |                                                                    |                                                                     |                                         |
| 2.1.                                                                                           | Развитие речи                                                                                                                                                                                  | 2 / 8 / 72                                                          | 1 / 4 / 36                                         | 1 / 4 / 36                                                         | 2 / 8 / 72                                                          | 2 / 8 / 72                              |
| 3.                                                                                             | <b>Познавательно-исследовательская деятельность</b>                                                                                                                                            |                                                                     |                                                    |                                                                    |                                                                     |                                         |
| 3.1.                                                                                           | Исследование объектов живой и неживой природы, экспериментирование. Познание предметного и социального мира освоение безопасного поведения. Развитие элементарных математических представлений | 1 / 4 / 36                                                          | 2 / 8 / 72                                         | 2 / 8 / 72                                                         | 3 / 12 /<br>108                                                     | 4 / 16 / 144                            |
| 4.                                                                                             | <b>Изобразительная деятельность (рисование, лепка, аппликация)</b>                                                                                                                             |                                                                     |                                                    |                                                                    |                                                                     |                                         |
| 4.1.                                                                                           | Лепка/ Аппликация                                                                                                                                                                              | 1 / 4 / 36                                                          | 1 / 4 / 36                                         | 1 / 4 / 36                                                         | 1 / 4 / 36                                                          | 1 / 4 / 36                              |
|                                                                                                | Рисование                                                                                                                                                                                      | (лепка)<br>1 / 4 / 36                                               | 1 / 4 / 36                                         | 1 / 4 / 36                                                         | 2 / 8 / 72                                                          | 2 / 8 / 72                              |
| 5.                                                                                             | <b>Музыкальная деятельность</b>                                                                                                                                                                |                                                                     |                                                    |                                                                    |                                                                     |                                         |
| 5.1.                                                                                           | Музыкальные занятия                                                                                                                                                                            | 2 / 8 / 72                                                          | 2 / 8 / 72                                         | 2 / 8 / 72                                                         | 2 / 8 / 72                                                          | 2 / 8 / 72                              |
| <b>Объем общей образовательной нагрузки по количеству занятий (недельный/месячный/годовой)</b> |                                                                                                                                                                                                | <b>10 / 40 /<br/>360</b>                                            | <b>10 / 40 /<br/>360</b>                           | <b>10 / 40 /<br/>360</b>                                           | <b>13 / 52 /<br/>468</b>                                            | <b>14 / 56 / 504</b>                    |
| <b>Объем общей образовательной нагрузки по времени (недельный/месячный/годовой)</b>            |                                                                                                                                                                                                | <b>1 час 40<br/>мин/6<br/>час 40<br/>мин/60<br/>час</b>             | <b>2 часа 30<br/>мин/10<br/>часов/90<br/>часов</b> | <b>3 часа<br/>20<br/>мин/13<br/>часов 20<br/>мин/120<br/>часов</b> | <b>5 часов<br/>25 мин/<br/>21 час<br/>40 мин/<br/>195<br/>часов</b> | <b>7 часов/ 28 часов /<br/>252 часа</b> |

**Совместная образовательная деятельность воспитателя и детей и культурных практик  
в режимных моментах**

**В группах раннего возраста:**

| <b>Формы образовательной деятельности в режимных моментах</b>                                    | <b>Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <i>Общение</i>                                                                                   |                                                                                   |
| Ситуации общения воспитателя с детьми и накопления положительного социально-эмоционального опыта | Ежедневно                                                                         |
| Беседы и разговоры с детьми по их интересам                                                      | Ежедневно                                                                         |
| <i>Игровая деятельность</i>                                                                      |                                                                                   |
| Индивидуальные и подгрупповые игры с детьми                                                      | Ежедневно                                                                         |
| Совместная игра воспитателя с детьми                                                             | Ежедневно                                                                         |
| Пальчиковые игры                                                                                 | Ежедневно                                                                         |
| Подвижные игры                                                                                   | Ежедневно                                                                         |
| Опыты, эксперименты, наблюдения                                                                  | 1 раз в неделю                                                                    |
| <i>Формы творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие детей</i>     |                                                                                   |
| Восприятие песенок, потешек и пр.                                                                | Ежедневно                                                                         |
| Чтение художественной литературы                                                                 | Ежедневно                                                                         |
| <i>Самообслуживание и элементарный бытовой труд</i>                                              |                                                                                   |
| Самообслуживание                                                                                 | Ежедневно                                                                         |
| Трудовые поручения (индивидуально и подгруппами)                                                 | Ежедневно                                                                         |

**В группах дошкольного возраста:**

| <b>Формы образовательной деятельности в режимных моментах</b>                                    | <b>Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю</b> |                       |                       |                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------------------|
|                                                                                                  | <b>Младшая группа</b>                                                             | <b>Средняя группа</b> | <b>Старшая группа</b> | <b>Подготовительная группа</b> |
| <i>Общение</i>                                                                                   |                                                                                   |                       |                       |                                |
| Ситуации общения воспитателя с детьми и накопление положительного социально-эмоционального опыта | Ежедневно                                                                         | Ежедневно             | Ежедневно             | Ежедневно                      |
| Беседы и разговоры с детьми по их интересам                                                      | Ежедневно                                                                         | Ежедневно             | Ежедневно             | Ежедневно                      |
| <i>Игровая деятельность, включая сюжетно-ролевую игру с правилами и другие виды игр</i>          |                                                                                   |                       |                       |                                |

|                                                                                                                                 |                  |                  |                  |                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| Индивидуальные и подгрупповые игры с детьми (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры) | Ежедневно        | Ежедневно        | 3 раза в неделю  | 3 раза в неделю  |
| Совместная игра воспитателя и детей (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры)         | 2 раза в неделю  | 3 раза в неделю  | 2 раза в неделю  | 2 раза в неделю  |
| Совместные игры и общение воспитателя и детей на площадке (направленные на формирование основ безопасного поведения на улице)   | 2 раза в неделю  | 3 раза в неделю  | 3 раза в неделю  | 3 раза в неделю  |
| Детская ситуация (театрализованные игры в группе)                                                                               | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели | 1 раз в 2 недели |
| Досуг здоровья и подвижных игр                                                                                                  | 1 раз в месяц    | 1 раз в месяц    | 1 раз в месяц    | 1 раз в месяц    |
| Подвижные игры                                                                                                                  | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        |
| Двигательная деятельность на спортивной площадке                                                                                | 3 раза в неделю  | 3 раза в неделю  | 3 раза в неделю  | 3 раза в неделю  |
| Сенсорный игровой интеллектуальный тренинг                                                                                      | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   |
| Опыты, эксперименты, наблюдения                                                                                                 | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   |
| <i>Формирование творческой активности, обеспечивающей художественно-эстетическое развитие детей</i>                             |                  |                  |                  |                  |
| Творческая мастерская (рисование, лепка, художественный труд по интересам)                                                      | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   | 1 раз в неделю   |
| Чтение литературных произведений                                                                                                | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        |
| <i>Самообслуживание и элементарный бытовой труд</i>                                                                             |                  |                  |                  |                  |
| Самообслуживание                                                                                                                | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        |
| Трудовые поручения (индивидуальные и подгрупповые)                                                                              | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        | Ежедневно        |
| Трудовые поручения (общий и совместный труд)                                                                                    | ----             | 1 раз в месяц    | 1 раз в месяц    | 1 раз в месяц    |

## Самостоятельная деятельность детей в режимных моментах

### В группах раннего возраста:

| Режимные моменты                                                                         | Распределение времени в течение дня |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| <i><b>Первая половина дня</b></i>                                                        |                                     |
| Игры, общение, деятельность по интересам во время утреннего приема, самостоятельные игры | От 10 минут до 1 часа 20 минут      |
| Личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности                                | От 10 до 50 минут                   |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке                          | От 60 минут до 1 часа 40 минут      |
| <i><b>Вторая половина дня</b></i>                                                        |                                     |
| Личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности                                | От 30 минут до 1 часа 10 минут      |
| Самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам                        | 30 минут                            |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке                          | От 40 минут                         |
| Игры перед уходом домой                                                                  | От 15 минут до 50 минут             |
| <b>ИТОГО</b>                                                                             | Не менее 3 часов 55 минут           |

### В группах дошкольного возраста:

| Режимные моменты                                                                         | Распределение времени в течение дня |                                |                                |                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|                                                                                          | Младшая группа                      | Средняя группа                 | Старшая группа                 | Подготовительная группа        |
| <i><b>Первая половина дня</b></i>                                                        |                                     |                                |                                |                                |
| Игры, общение, деятельность по интересам во время утреннего приема, самостоятельные игры | От 10 минут до 1 часа 10 минут      | От 10 минут до 1 часа 50 минут | От 10 минут до 1 часа 10 минут | От 10 минут до 1 часа 50 минут |
| Личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности                                | От 10 до 40 минут                   | От 10 до 40 минут              | От 10 до 35 минут              | От 10 до 35 минут              |

|                                                                       |                                |                                |                                |                                |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность детей на прогулке | От 60 минут до 1 часа 30 минут | От 60 минут до 1 часа 20 минут | От 60 минут до 1 часа 25 минут | От 60 минут до 1 часа 25 минут |
| Личная гигиена                                                        | От 40 до 60 минут              | От 30 до 55 минут              | От 25 до 50 минут              | От 20 до 45 минут              |
| <b>Вторая половина дня</b>                                            |                                |                                |                                |                                |
| Личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности             | От 30 до 60 минут              | От 30 до 60 минут              | От 20 до 50 минут              | От 20 до 50 минут              |
| Самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам     | 30 минут                       | 30 минут                       | 30 минут                       | 30 минут                       |
| Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке       | От 40 минут                    | От 40 минут                    | От 40 минут                    | От 40 минут                    |
| Игры перед уходом детей домой                                         | От 15 до 50 минут              | От 15 до 50 минут              | От 15 до 50 минут              | От 15 до 50 минут              |
| <b>ИТОГО</b>                                                          | Не менее 3 часов 55 минут      | Не менее 3 часов 45 минут      | Не менее 3 часов 30 минут      | Не менее 3 часов 25 минут      |

### Модель физического воспитания

**В группах раннего возраста:**

| Формы организации                                                                                                 | Продолжительность                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада</b> |                                                                                                                              |
| 1.1. Утренняя гимнастика                                                                                          | Ежедневно 10 минут                                                                                                           |
| 1.2. Физкультминутки                                                                                              | Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)                                                                               |
| 1.3. Игры и физические упражнения на прогулке                                                                     | Ежедневно 10-15 минут                                                                                                        |
| 1.4. Гимнастика после дневного сна                                                                                | Ежедневно 2-3 минуты                                                                                                         |
| <b>2. Физкультурные занятия</b>                                                                                   |                                                                                                                              |
| 2.1. Физкультурные занятия                                                                                        | 3 раза в неделю 10 минут                                                                                                     |
| <b>3. Другие формы</b>                                                                                            |                                                                                                                              |
| 3.1. Самостоятельная двигательная деятельность                                                                    | Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями детей) |

**В группах дошкольного возраста:**

| Формы организации                                                                                          | Младшая группа                                                                                                               | Средняя группа              | Старшая группа              | Подготовительная группа     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада |                                                                                                                              |                             |                             |                             |
| 1.1.Утренняя гимнастика                                                                                    | Ежедневно 10 минут                                                                                                           | Ежедневно 10 минут          | Ежедневно 10 минут          | Ежедневно 10 минут          |
| 1.2.Физкультминутки                                                                                        | Ежедневно по мере необходимости (до 3-х минут)                                                                               |                             |                             |                             |
| 1.3.Игры и физические упражнения на прогулке                                                               | Ежедневно 10-15 минут                                                                                                        | Ежедневно 10-15 минут       | Ежедневно 15-20 минут       | Ежедневно 20-30 минут       |
| 1.4.Гимнастика после дневного сна                                                                          | Ежедневно                                                                                                                    |                             |                             |                             |
| 2. Физкультурные занятия                                                                                   |                                                                                                                              |                             |                             |                             |
| 2.1.Физкультурные занятия в спортивном зале                                                                | 2 раза в неделю до 15 минут                                                                                                  | 2 раза в неделю до 20 минут | 2 раза в неделю до 25 минут | 2 раза в неделю до 30 минут |
| 2.2.Физкультурные занятия на свежем воздухе                                                                | 1 раз в неделю до 15 минут                                                                                                   | 1 раз в неделю до 20 минут  | 1 раз в неделю до 25 минут  | 1 раз в неделю до 30 минут  |
| 3. Спортивный досуг (праздник)                                                                             |                                                                                                                              |                             |                             |                             |
| 3.1.Спортивный досуг (праздник)                                                                            | ----                                                                                                                         | ----                        | 1 раз в месяц (до 40 минут) | 1 раз в месяц (до 50 минут) |
| 4. Другие формы                                                                                            |                                                                                                                              |                             |                             |                             |
| 4.1.Самостоятельная двигательная деятельность                                                              | Ежедневно под руководством воспитателя (продолжительность определяется в соответствии с индивидуальными особенностями детей) |                             |                             |                             |
| 4.2.Физкультурные досуги и развлечения с родителями (законными представителями)                            | 1 раз в квартал                                                                                                              | 1 раз в квартал             | 1 раз в квартал             | 1 раз в квартал             |



В документе пронумеровано, прошнуровано

и скреплено печатью Я

(восемь) листа (-ов).

«25» ноября 2024 г.

И.о. заведующего ГБДОУ д/с № 107

Я.В. Телеш

