

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 49  
Невского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТ**

Педагогическим советом  
ГБДОУ детский сад №49  
Невского района Санкт-Петербурга

Протокол №1 от 29.08.2025

**УТВЕРЖДЕН**

Приказом заведующего  
ГБДОУ детский сад № 49  
Невского района Санкт-Петербурга  
Приказ № 211 от 29.08.2025  
И.В. Смирнова



**УЧТЕНО:**

Мнение Совета родителей  
(законных представителей)  
ГБДОУ детский сад №49  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол №1 от 29.08.2025

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
к адаптированной образовательной программе для  
обучающихся с ОВЗ  
на 2025-2026 учебный год

Санкт-Петербург  
2025 г.

## **Пояснительная записка**

Учебный план Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №49 Невского района Санкт-Петербурга (далее - Учебный план) является нормативным документом, определяющим распределение времени, отводимого на образовательную деятельность с соблюдением максимально допустимого объема недельной образовательной нагрузки воспитанника.

Учебный план, реализующий адаптированные образовательные программы дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития; с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработан в соответствии с нормативными документами:

- ❖ Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 – ФЗ;
- ❖ Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования (ФГОС ДО) приказ Министерства образования и науки от 17.10.2013 № 1155;
- ❖ Федеральной образовательной программой дошкольного образования приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2022 г. № 874
- ❖ Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования утвержденной Приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1022
- ❖ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...») (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573)».
- ❖ Законом Санкт-Петербурга от 17.07.2013 № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге».
- ❖ Уставом Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 49 Невского района Санкт-Петербурга.
- ❖ Адаптированной образовательной программой дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с задержкой психического развития Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 49 Невского района Санкт- Петербурга.

Учебный план ориентирован на организацию занятий в режиме 5-ти дневной учебной недели, продолжительность учебного года составляет 53 недели (с сентября по август включительно).

Учебный план составлен для организации образовательной деятельности с детьми в возрасте от 3 до 7 лет: для детей 4-го года жизни - не более 15 минут, для детей 5-го года жизни - не более 20 минут, для детей 6-го года жизни – не более 25 минут, для детей 7-го года жизни - не более 30 минут.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня для детей возраста 3 – 4 года и 4 – 5 лет не превышает 30 и 40 минут соответственно, для детей в возрасте 5- 6 и 6 – 7 лет - 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на образовательную деятельность, проводят физкультминутку. Перерывы между периодами образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми возраста 5-6 и 6-7 лет осуществляется и во второй половине дня после дневного сна. Продолжительность занятий составляет не более 25-30 минут. В середине времени, отведенного на образовательную деятельность, проводятся физкультурные минутки. Предусмотрены перерывы между периодами образовательной деятельности длительностью не менее 10 минут.

Учебный план устанавливает перечень, трудоемкость, последовательность и распределение образовательной деятельности.

В Учебный план включено пять областей, обеспечивающих физическое, познавательное, речевое, социально-коммуникативное, художественно-эстетическое развитие детей. Учебный план определяет содержание и организацию образовательного процесса государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения. Учебный план строится на принципе личностно-ориентированного взаимодействия взрослого с детьми детского сада и обеспечивает физическое, социально- коммуникативное, познавательное, речевое и художественно-эстетическое развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

***Основными задачами плана образовательной деятельности являются:***

1. Регулирование объема образовательной нагрузки.
2. Реализация Федерального государственного стандарта ДО через содержание образовательных областей к содержанию воспитательно-образовательного процесса.
3. Обеспечение единства всех уровней (федерального, регионального, районного).

**1. Организованная деятельность специалистов**

- 1.1. музыкальное развитие проводит музыкальный руководитель;
- 1.2. физическое развитие - инструктор по физической культуре;
- 1.3. познавательное развитие – учитель-дефектолог;
- 1.4. речевое развитие – учитель-логопед;
- 1.5. по 5-м направлениям (образовательным областям) – воспитатели групп.

**2. Особенности реализации основной и вариативной части Учебного плана**

- 2.1. Учебный план состоит из основной (базовой) и вариативной частей.
- 2.2. В 2025-2026 учебном году функционируют 4 группы с задержкой психического развития:
  - ❖ 1 группа среднего дошкольного возраста для детей (4-5 лет);
  - ❖ 1 группа старшего дошкольного возраста для детей (5-6 лет);
  - ❖ 2 группы подготовительного к школе возраста для детей (6-7 лет).В 2025-2026 учебном году функционируют 2 группы для детей с нарушением интеллекта:
  - ❖ 1 группа среднего дошкольного возраста для детей (4-5 лет);
  - ❖ 1 группы подготовительного к школе возраста для детей (6-7 лет).
- 2.3. В учебном плане выделяются:
  - ❖ основная обязательная образовательная деятельность, обеспечивающая реализацию ФГОС ДО в содержании воспитательно-образовательного процесса в ГБДОУ;
  - ❖ совместные мероприятия педагога с детьми, позволяющие более полно реализовать вариативное обучение и усилить дошкольный компонент.
  - ❖ оздоровительная работа, направленная на поддержание и профилактику заболеваний у детей с учетом их индивидуальных и возрастных особенностей по основным направлениям – физическому развитию, социально-коммуникативному развитию, познавательному развитию, речевому развитию и художественно- эстетическому развитию.
- 2.4. Весь образовательный процесс строится на основе дифференцированного подхода к ребенку, с учетом физического развития, типа высшей нервной деятельности, группы здоровья, характера двигательной активности и др. особенностей ребенка, отраженных в листе здоровья группы. Учет этих особенностей предупреждает возможные отрицательные влияния разнообразных видов нагрузок в режиме дня на здоровье ребенка.
- 2.5. При осуществлении текущего планирования учитывались:
  - ❖ общий объем образовательной деятельности в неделю;
  - ❖ продолжительность периодов образовательной деятельности;

- ❖ количество периодов образовательной деятельности в течение дня;
- ❖ распределение периодов образовательной деятельности в течение дня (в первую и во вторую половину дня);
- ❖ перерывы между периодами образовательной деятельности;
- ❖ основные виды деятельности детей в конкретные периоды образовательной деятельности в течение дня, недели и их чередование;
- ❖ образовательные области, задачи которых решаются в каждый из конкретных периодов образовательной деятельности;
- ❖ формы работы, в которых осуществляется образовательную деятельность.

2.6. Фундамент образовательного процесса составляет адаптированная образовательная программа дошкольного образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с задержкой психического развития Государственного бюджетного дошкольного образовательного учреждения детского сада №49 Невского района Санкт-Петербурга, разработанная и утвержденная в соответствии с требованиями ФГОС ДО.

❖ Основная часть обеспечивает выполнение обязательной части в соответствии с Федеральной адаптированной образовательной программой дошкольного образования.

❖ Вариативная часть сформирована на основе регионального компонента и основана на интеграции парциальных и авторских модифицированных программ.

В образовательной области «**Познавательное развитие**» реализуется парциальная программа «**Юный эколог**» Николаева С.Н.

В образовательной области «**Художественно-эстетическое развитие**» реализуется парциальная программа художественного воспитания, обучения и развития детей 2-7 лет

«**Цветные ладошки**» И.А. Лыковой, парциальная программа по музыкальному воспитанию детей дошкольного возраста «**Ладушки**» И. Каплуновой, И. Новоскольцевой.

В образовательной области «**Познавательное развитие**» реализуется парциальная программа «**Первые шаги**» Г.Т. Алифановой.

В образовательных областях «**Социально-коммуникативное развитие**», «**Познавательное развитие**» и «**Физическое развитие**» реализуется парциальная программа «**Основы безопасности детей дошкольного возраста**» Н.Н. Авдеевой, О.Л. Князевой, Р.Б. Стеркиной. «**Приобщение детей к истокам русской народной культуры**» О.Л. Князевой, М.Д. Маханевой.

Образовательная деятельность осуществляется во всех возрастных группах и начинается в 9.00. В течение образовательной деятельности проводятся физкультминутки. Перерывы между периодами образовательной деятельности – не менее 10 мин.

2.7. В середине проводится физкультурная минутка или динамическая пауза (продолжительность 2-3 минуты).

2.8. Образовательная деятельность по музыкальному развитию и физическому развитию проводится со всей группой.

2.9. Количество занятий, их продолжительность, время проведения соответствуют требованиям СанПиН 2.4.3648-20 утверждены Постановлением главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020 г. Вступили в силу: 1 января 2021 г.

2.10. В середине учебного года (январь) для детей дошкольного возраста организуются дни «**здравья**».

2.11. Учебный план является нормативным документом, устанавливающим перечень образовательных областей и объем учебного времени, отводимого на проведение

образовательной деятельности в ДО. В Плане распределено количество занятий, дающее возможность использовать модульный подход, строить учебный план на принципах дифференциации и вариативности.

### **3. Содержание воспитательно-образовательного процесса**

Содержание воспитательно-образовательного процесса обеспечивает развитие личности, мотивации и способностей детей в различных видах деятельности и охватывает следующие структурные единицы, представляющие определенные направления развития и образования детей: «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие», «Художественно-эстетическое развитие», «Физическое развитие», которые обеспечивают разностороннее развитие детей с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

При построении воспитательно-образовательного процесса учитывается принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой образовательных областей. Это способствует тому, что основные задачи содержания дошкольного образования каждой образовательной области решаются и в ходе реализации других областей Программы.

Содержание Программы в полном объеме реализуется в совместной и специально организованной деятельности педагогов и детей, а также через оптимальную организацию самостоятельной деятельности детей.

**Социально-коммуникативное развитие** направлено на усвоение норм и ценностей, принятых в обществе, включая моральные и нравственные ценности; развитие общения и взаимодействия ребёнка со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье и к сообществу детей и взрослых в Организации; формирование позитивных установок к различным видам труда и творчества; формирование основ безопасного поведения в быту, социуме, природе.

**Познавательное развитие** предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации; формирование познавательных действий, становление сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование первичных представлений о себе, других людях, объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, звучании, ритме, темпе, количестве, числе, части и целом, пространстве и времени, движении и покое, причинах и следствиях и др.), о малой родине и Отечестве, представлений о социокультурных ценностях нашего народа, об отечественных традициях и праздниках, о планете Земля как общем доме людей, об особенностях её природы, многообразии стран и народов мира.

**Речевое развитие** включает владение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной, грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; развитие звуковой и интонационной культуры речи, фонематического слуха; знакомство с книжной культурой, детской литературой, понимание на слух текстов различных жанров детской литературы; формирование звуковой аналитико-синтетической активности как предпосылки обучения грамоте.

**Художественно-эстетическое развитие** предполагает развитие предпосылок ценностно- смыслового восприятия и понимания произведений искусства (словесного, музыкального, изобразительного), мира природы; становление эстетического отношения к окружающему миру; формирование элементарных представлений о видах искусства; восприятие музыки, художественной литературы, фольклора; стимулирование

сопреживания персонажам художественных произведений; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей (изобразительной, конструктивно-модельной, музыкальной и др.).

**Физическое развитие** включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей: двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны), формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, владение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере; становление ценностей здорового образа жизни, владение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Учебный год начинается с 01 сентября 2025 года и заканчивается 31 мая 2026 года.

В структуре Учебного плана выделяются обязательная (базовая) и вариативная (модульная) часть.

В Учебном плане установлено соотношение между обязательной частью и вариативной частью, формируемой образовательным учреждением - инвариантная (обязательная) часть

- не менее 60% от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ дошкольного образования.

Вариативная (модульная) часть - не более 40% от общего нормативного времени, отводимого на освоение основных образовательных программ дошкольного образования:

- ❖ обеспечивает вариативность образования;
- ❖ отражает специфику конкретного образовательного учреждения;
- ❖ позволяет более полно реализовать социальный заказ на образовательные услуги;
- ❖ учитывает специфику национально-культурных, демографических, климатических условий, в которых осуществляется образовательный процесс.

Объем недельной образовательной нагрузки определен в соответствии с санитарно – эпидемиологическими требованиями СанПиН 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020 г.

#### **Максимально допустимый объем недельной образовательной нагрузки**

	Группы компенсирующей направленности		
<i>Группы</i>	Средняя	Старшая	Подготовительная
<i>Возраст детей</i>	4-5 лет	5-6 лет	6-7 лет
<i>Длительность образовательной деятельности</i>	20 минут	25 минут	30 минут
<i>Всего видов деятельности в неделю</i>	10	13	14

<b>Количество условных учебных часов в неделю</b>	3 ч. 20 мин.	5 ч. 25 мин.	7 ч.
---	--------------	-----------------	------

**Организованная образовательная деятельность  
по реализации образовательной программы на 2023-2024 учебный год**

<b>Области</b>	<b>Виды образователь- ной деятельности</b>	<b>Средняя</b>			<b>Старшая</b>			<b>Подготовитель- ная</b>		
		4-5 лет			5-6 лет			6-7 лет		
		<b>Количество НОД</b>								
		Неделя	Месяц	Год	Неделя	Месяц	Год	Неделя	Месяц	Год
<b>1. Основная часть</b>										
Социально- коммуникативное развитие	Социализация, развитие общение, нравственное воспитание	Осуществляется в образовательной деятельности, в ходе режимных моментов, в совместной и самостоятельной деятельности								
	Ребенок в семье и сообществе, патриотическое воспитание									
Познавательное развитие	Формирование элементарных математических представлений	1	4	36	2	8	72	2	8	72
	Приобщение к социокультурным	1	4	36	1	4	36	1	4	36

	ценностям, ознакомление с окружающим миром									
Речевое развитие	Развитие речи	1	4	36	2	8	72	2	8	72
	Восприятие художественной литературы и фольклора	1	4	36	1	4	36	1	4	36
Задачи по подготовке к обучению грамоте реализуются в ходе занятий по речевому развитию										
Художественно-эстетическое развитие	Музыка	2	8	72	2	8	72	2	8	72
	Рисование	1	4	36	1	4	36	1	4	36
	Лепка	1	4	36	1	4	36	1	4	36
	Аппликация	1	4	36	1	4	36	1	4	36
	Конструирование	Осуществляется в образовательной деятельности по формированию элементарных математических представлений								
Физическое развитие	Физическая культура	3	12	108	3	12	108	3	12	108
<b>Общее количество по основной части</b>		<b>12</b>	<b>48</b>	<b>432</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>468</b>	<b>14</b>	<b>56</b>	<b>504</b>
<b>2. Основная часть</b>										
Физическое развитие	Программа дополнительного образования по физическому воспитанию «Веселый мяч»				1	4	36	1	4	36
<b>Общее количество по вариативной части</b>					<b>1</b>	<b>4</b>	<b>36</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>36</b>

**Совместная образовательная деятельность воспитателя и детей и культурных практик в режимных моментах в группах для детей дошкольного возраста**

Формы образовательной деятельности в режимных моментах	Количество форм образовательной деятельности и культурных практик в неделю	
	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>Общение</b>		
Ситуация общения воспитателя с детьми и накопления положительного	ежедневно	ежедневно
социально-эмоционального опыта		

Беседы и разговоры с детьми по их интересам	ежедневно	ежедневно
<b><i>Игровая деятельность, включая сюжетно-ролевую игру с правилами и другие виды игр</i></b>		
Индивидуальные и подгрупповые игры с детьми (сюжетно-ролевая, режиссерская, игра-драматизация, строительно-конструктивные игры)	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	2 раза в неделю
Совместные игры и общение воспитателя и детей, направленные на формирование основ безопасного поведения на улице	3 раза в неделю	3 раза в неделю
Спортивный досуг	1 раз в месяц	1 раз в месяц
Подвижные игры	Ежедневно	Ежедневно
Двигательная деятельность на спортивной площадке	3 раза в неделю	3 раза в неделю
Опыты, эксперименты, наблюдения	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Наблюдения за природой	Ежедневно	Ежедневно
«Фитбол для малышей»	1 раз в неделю	1 раз в неделю
<b><i>Формы творческой активности, обеспечивающие художественно-эстетическое развитие детей</i></b>		
«Разноцветная мозайка» (квиллинг)	1 раз в неделю	1 раз в неделю
Чтение литературных произведений	Ежедневно	Ежедневно
<b><i>Самообслуживание и элементарный бытовой труд</i></b>		
Самообслуживание	Ежедневно	Ежедневно

Трудовые поручения	Ежедневно	Ежедневно
--------------------	-----------	-----------

**Самостоятельная деятельность детей в режимных моментах  
в группах для детей дошкольного возраста**

Режимные моменты	Распределение времени в течение дня	
	Старшая группа	Подготовительная группа
<b>Первая половина дня</b>		
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
Личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности	От 10 до 35 минут	От 10 до 35 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке	От 60 минут до 1 часа 25 минут	От 60 минут до 1 часа 25 минут
Личная гигиена	От 25 до 50 минут	От 20 до 45 минут
<b>Вторая половина дня</b>		
Личная гигиена, подготовка к образовательной деятельности	От 20 до 50 минут	От 20 до 50 минут
Самостоятельные игры, досуги, общение и деятельность по интересам	30 минут	30 минут
Подготовка к прогулке, самостоятельная деятельность на прогулке	От 40 минут	От 40 минут
Игры перед уходом домой	От 15 минут до 50 минут	От 15 минут до 50 минут
<b>Итого</b>	<b>Не менее 3 часов 30 минут</b>	<b>Не менее 3 часов 25 минут</b>

**Модель физического воспитания  
в группах для детей дошкольного возраста**

Формы организации	Старшая группа	Подготовительная группа
-------------------	----------------	-------------------------

**1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в ходе выполнения режимных моментов деятельности детского сада**

1.1. Утренняя гимнастика	Ежедневно 8-10 минут	Ежедневно 10 минут
1.2. Физкультминутки	Ежедневно	Ежедневно
1.3. Игры и физические упражнения на прогулке	Ежедневно 10-15 минут	Ежедневно 10-15 минут
1.4. Бодрящая гимнастика	Ежедневно	Ежедневно

## ***2. Физкультурные занятия***

2.1. Физкультурные занятия в спортивном зале	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 25 минут	1 раз в неделю до 30 минут

## ***3. Спортивный досуг***

	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 ребенка)
--	--