

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 10 «Одуванчик»**

РАССМОТРЕНО

на Педагогическом совете
МБДОУ детский сад № 10 «Одуванчик»
(наименование дошкольного образовательного учреждения)
Протокол № 1 «28» августа 2025 г
Председатель

_____ /М.С. Волощенко/

подпись

расшифровка подписи

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая
МБДОУ детский сад № 10 «Одуванчик»
(наименование дошкольного образовательного учреждения)
Приказ № 020-ОД «28» августа 2025 г

_____ /Д.С. Сурова/

подпись

расшифровка подписи

**Дополнения и изменения
в основную общеобразовательную программу
дошкольного образования
МБДОУ детский сад № 10 «Одуванчик»**

на 2025-2026 учебный год

х. Россошь, 2025 г.

Содержание

Стр.

Ш. Организационный раздел

- 3.6.Режим и распорядок дня в дошкольных группах
- 3.7. Учебный план на 2025-2026 учебный год

3.6. Режим и распорядок дня в дошкольных подгруппах

Режим и распорядок дня устанавливаются с учётом требований СанПиН 1.2.3685-21, условий реализации программы ДОО, потребностей участников образовательных отношений. Основными компонентами режима в ДОО являются: сон, пребывание на открытом воздухе (прогулка), образовательная деятельность, игровая деятельность и отдых по собственному выбору (самостоятельная деятельность), прием пищи, личная гигиена. Содержание и длительность каждого компонента, а также их роль в определенные возрастные периоды закономерно изменяются, приобретая новые характерные черты и особенности.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, условия организации образовательного процесса соответствует требованиям, предусмотренным СанПиН 1.2.3685-21 и СП 2.4.3648-20.

Согласно пункту 2.10 СП 2.4.3648-20 к организации образовательного процесса и режима дня соблюдаются следующие требования:

режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учётом возрастных особенностей и состояния здоровья;

при организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования электронных средств обучения;

физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристские походы, спортивные соревнования организуются с учётом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей. ДОО обеспечивает присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах;

возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Режим дня строится с учётом сезонных изменений. В теплый период года увеличивается ежедневная длительность пребывания детей на свежем воздухе, образовательная деятельность переносится на прогулку (при наличии условий). Согласно СанПиН 1.2.3685-21 при температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки для детей до 7 лет сокращают. При осуществлении режимных моментов необходимо учитывать также индивидуальные особенности ребёнка (длительность сна, вкусовые предпочтения, характер, темп деятельности и так далее). Режим питания зависит от длительности пребывания детей в ДОО и регулируется СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Согласно СанПиН 1.2.3685-21 ДОО может корректировать режим дня в зависимости от типа организации, и вида реализуемых образовательных программ, сезона года. Ниже приведены требования к организации образовательного процесса, режиму питания, которыми следует руководствоваться при изменении режима дня.

Требования и показатели организации образовательного процесса и режима дня

Показатель	Возраст	Норматив
Требования к организации образовательного процесса		
Начало занятий не ранее	все возрасты	8.00
Окончание занятий, не позднее	все возрасты	17.00

Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	10 минут
	от 3 до 4 лет	15 минут
	от 4 до 5 лет	20 минут
	от 5 до 6 лет	25 минут
	от 6 до 7 лет	30 минут
Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более	от 1,5 до 3 лет	20 минут
	от 3 до 4 лет	30 минут
	от 4 до 5 лет	40 минут
	от 5 до 6 лет	50 минут или 75 минут при организации 1 занятия после дневного сна
	от 6 до 7 лет	90 минут
Продолжительность перерывов между занятиями, не менее	все возрасты	10 минут
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее	все возрасты	2-х минут
Показатели организации режима дня		
Продолжительность ночного сна не менее	1-3 года	12 часов
	4-7 лет	11 часов
Продолжительность дневного сна, не менее	1-3 года	3 часа
	4-7 лет	2,5 часа
Продолжительность прогулок, не менее	для детей до 7 лет	3 часа в день
Суммарный объем двигательной активности, не менее	все возрасты	1 час в день
Утренний подъем, не ранее	все возрасты	7 ч 00 минут
Утренняя зарядка, продолжительность, не менее	до 7 лет	10 минут

Количество приемов пищи в зависимости от режима функционирования организации и режима обучения

Вид организации	Продолжительность, либо время нахождения ребёнка в организации	Количество обязательных приемов пищи

дошкольная	8-10 часов	завтрак, второй завтрак, обед и полдник
------------	------------	---

ДОО может самостоятельно принимать решение о наличии второго завтрака и ужина, руководствуясь пунктами 8.1.2.1 и 8.1.2.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-20:

при отсутствии второго завтрака калорийность основного завтрака должна быть увеличена на 5% соответственно.

при 12-часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина и с распределением калорийности суточного рациона 30%.

В Федеральной программе приводятся примерные режимы дня для групп, функционирующих полный день (12-часов) и кратковременного пребывания детей в образовательной организации (до 5 часов), составленные с учётом СанПиН 1.2.3685-21 и показателей организации образовательного процесса. В распорядке учтены требования к длительности режимных процессов (сна, образовательной деятельности, прогулки), количеству, времени проведения и длительности обязательных приемов пищи (завтрака, второго завтрака, обеда, полдника, ужина).

Примерный режим дня в группе детей от 2 до 3 лет

Содержание	Время
Холодный период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к занятиям	9.00-9.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-9.40 9.50-10.00
Подготовка к прогулке, прогулка	10.00-11.30
Второй завтрак	10.30-11.00
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Подготовка к полднику, полдник	15.30-16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00-16.30
Занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-16.10 16.20-16.30
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей	16.30-17.30
Уход детей домой	до 17.30
Теплый период года	
Прием детей, осмотр, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30-9.00
Игры, подготовка к прогулке, выход на прогулку	9.00-9.30
Прогулка, игры, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	9.30-11.30 9.40-9.50 10.00-10.10
Второй завтрак	10.30-11.00

Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.30-12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30
Подготовка ко сну, дневной сон, постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	12.30-15.30
Полдник	15.30-16.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, занятия в игровой форме по подгруппам	16.00-17.30
Уход детей домой	До 17.30

Примерный режим дня в дошкольных группах

№	Режимные моменты	Возраст детей	
		1,5-3 лет	3-6 лет
1.	Приём детей	07.30-08.30	07.30-08.30
2.	Утренняя зарядка, подвижная игра	08.30-08.40	08.30-08.40
3.	Подготовка к завтраку, завтрак	08.40-09.00	08.40-09.00
4.	Игры, совместная, самостоятельная деятельность	09.00-10.05	-
5.	Подготовка к образовательной деятельности. Образовательная деятельность	10.05-10.15 09.05-09.30 09.35-10.00	
6.	Подготовка к прогулке, прогулка, наблюдение	10.15-11.30	10.00-11.50
7.	Возвращение с прогулки, подготовка к обеду	11.30-11.40	11.50-12.00
8.	Обед	11.40-12.00	12.00-12.20
9.	Подготовка ко сну, сон	12.00-15.00	12.20-15.00
10.	Пробуждение, гимнастика после сна	15.00-15.10	15.00-15.10
11.	Подготовка к полднику, полдник	15.10-15.30	15.10-15.30
12.	Образовательная деятельность	-	15.30-15.55
13.	Прогулка, игры на свежем воздухе, самостоятельная деятельность детей, уход детей домой	15.30-17.30	15.55-17.30

3.7. Особенности образовательного процесса.

Учебный план

Пояснительная записка

Образовательный процесс во всех возрастных группах осуществляется согласно задачам и требованиям ФОП ДО, позволяющей обогатить содержание работы с детьми дошкольного возраста, удовлетворить их потребности в познании и творчестве, найти дифференцированное содержание воспитания для каждого ребенка в зависимости от его возможностей и уровня развития.

Учебный план разработан в соответствии:

❖ Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ (зарегистрировано Министерством Российской Федерации 2 ноября 2022 г., рег. № 70809) (в ред. от 29.12.2022 г.);

❖ Порядком разработки и утверждения федеральных основных общеобразовательных программ, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 30.08.2022 г. № 874 (зарегистрировано Министерством Российской Федерации 2 ноября 2022 г., рег. № 70809);

❖ Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155 (зарегистрировано Министерством Российской Федерации 14 ноября 2013 г., рег. № 30384) (в ред. от 21 января 2019 г.);

❖ Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам дошкольного образования (утверждена приказом Минпросвещения России от 31 июля 2020 года № 373, зарегистрировано в Минюсте России 31 августа 2020 г., регистрационный № 59599)

❖ СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Утвержденным Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28;

❖ СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания, утвержденным Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, действующий до 1 марта 2027 г.;

❖ СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденным Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г., № 32.

Учебный план является нормативным актом, устанавливающим перечень образовательных областей и объем учебного времени.

В плане распределено количество часов на непосредственную образовательную деятельность, что даёт возможность использовать модульный подход к образовательному процессу. Учебный план построен на принципах дифференциации и вариативности.

Для детей от 2 до 3 лет длительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности не должна превышать 10 мин. Допускается осуществлять образовательную деятельность в первую и во вторую половину дня (по 8-10 минут). Допускается осуществлять образовательную деятельность на игровой площадке во время прогулки.

Продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности для детей от 2 до 3 лет - не более 10 минут, 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, для детей от 6 до 7 лет — не более 30 мин.

Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня для детей от 2 до 3 лет не превышает 20 мин, от 3 до 4 лет не превышает 30 мин, для детей от 4 до 5 лет не превышает 40 мин, от 5 до 6 лет не превышает 50 мин или 75 мин при организации занятия после дневного сна, от 6 до 7 лет 90 мин. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

Образовательная деятельность с детьми от 5 до 7 лет может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность должна составлять не более 25 - 30 минут в день. В середине непосредственно образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

Образовательную деятельность, требующую повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, следует организовывать в первую половину дня. Для профилактики утомления детей рекомендуется проводить физкультурные, музыкальные занятия, ритмику и т.п.

Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей в возрасте от 3 до 7 лет организуются не менее 3 раз в неделю. Длительность занятий по физическому развитию зависит от возраста детей и составляет:

- дети младшего возраста (3 до 4 лет) - 10 мин.
- дети старшего возраста 5 до 7 лет - 20 мин.

Один раз в неделю для детей 5 - 6 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии

у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.

Цель - отрегулировать нагрузку, определить чередование различных видов учебно-познавательной деятельности в целях снятия перегрузки, предупредить утомляемость, разнообразить формы проведения, чередовать статичные и динамичные виды деятельности, распределить нагрузку между воспитателями.

Учебный план содержит следующие структурные единицы, представляющие определённые направления развития и образования детей (образовательные области)

Социально – коммуникативное развитие

Познавательное развитие

Речевое развитие

Художественно – эстетическое развитие

Физическое развитие

Направление	
Социально - коммуникативное развитие	ОБЖ, ФЦКМ, Родники Дона
Познавательное развитие	Экспериментирование, математика, окружающий мир
Речевое развитие	Грамота, развитие речи, чтение художественной литературы
Художественно – эстетическое развитие	Лепка, аппликация, рисование, конструирование, музыка
Физическое развитие	Физическая культура

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

**в рамках образовательной программы МБДОУ,
составлен на основе ФОП ДО
на 2025-2026 учебный год
(общеобразовательные группы)**

Содержание ОП обеспечивает развитие личности ребёнка, его способностей в различных видах деятельности и охватывает 5 ОО ФГОС:

- социально-коммуникативное развитие
- физическое развитие
- художественно-эстетическое развитие
- познавательное развитие
- речевое развитие.

Образовательные области	Виды образовательной деятельности	Младший возраст 3-4 лет		Старший возраст 5-7 лет	
		О (60%)	Ф(40%)	О (60%)	Ф(40%)
Познавательная	Социальный мир Природный мир	1 9 мин		0,5 (7м.)	5 мин 5 мин

	Познавательно-исследовательская деятельность Математическое развитие	1 9 мин	6 мин	0,5(7м.) 4 мин 1 15мин	2 мин 10 мин
Речевая	Речевое развитие и подготовка к обучению грамоте Художественная литература	1 9 мин ежедн	6 мин	1 15 мин ежедн	10м.
Художественно-эстетическая	Музыкальное Рисование Лепка Конструирование Аппликация	2(18мин) 1 (9мин) 9 мин	12 мин 6 мин 6 мин	2 (30мин) 2(30м) 1 (15мин) 0,5 (7мин) 0,5 (7мин)	20м. 20м. 10м. 5м. 5м.
Физическая	Физическое развитие	3(27мин)	18мин	3(45м)	30 м.
Социально-коммуникативная	Мир социальных отношений, общественная жизнь, краеведение Трудовое воспитание Основы безопасности жизнедеятельности	организуется в режимные моменты, включается организованную образовательную деят. по другим областям в рамках интеграции		1 (15м.) 0,25 (4м) 0,25 (4м)	10 м. 2мин 2мин
Всего в неделю Объём недельной образовательной нагрузки		10 1 ч 50мин		13 3ч. 25мин.	
	Предполагается организация образовательной деятельности за рамками образовательной деятельности, в ходе режимных моментов и самостоятельной деятельности.				
	Ситуация общения воспитателя с детьми	ежедн	ежедн	ежедн	ежедн
	Беседы с детьми по их интересам	ежедн		ежедн	
	Индивидуальные игры с детьми сюжетно-ролевые, строительно-конструктивные,	1р.в нед 1р.нед	ежедн ежедн	3р. в нед	3 р. в нед
	Детская студия (театрализованные игры)	1 р. в 2 нед.		1р. в 2 нед	
	Решение ситуативных задач	ежедн	ежедн	ежедн	ежедн
	Работа в книжном уголке	1р. в нед.	ежедн	2р. в нед.	ежедн
	Экспериментирование и наблюдение	1р. в 2 нед	ежедн	1р в нед.	ежедн
	Чтение художественной и познавательной литературы	ежедн	ежедн	ежедн	ежедн
	Рассматривание иллюстраций	2р. в нед		2 р. в нед	

	Праздники развлечения	и	1р месяц	в		1р. месяц	в	
--	--------------------------	---	-------------	---	--	--------------	---	--

Содержание регионального компонента обеспечивается региональной программой «Родники Дона» - Р.М.Чумичева (20%) и региональной программой «Приключения светофора» (20%) (развивающие интегрированные занятия, досуговой, игровой деятельности).