

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

**составленный с учетом примерной образовательной программы**

***«*Детство» /Т.И. Бабаева, А.Г. Гогоберидзе и др. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-пресс»**

**Раздел: «Ранний возраст»**

2018 – 2019 учебный год

МБДОУ «Детский сад № 36»

г. Кировск, н.п.Титан

**Учебная нагрузка в группе раннего возраста**

|  |  |
| --- | --- |
| ***Длительность занятий*** | 10 минут |
| ***Общее количество занятий в неделю*** | 10 |
| ***Общее время*** | 1 час. 40 мин. |
| Развитие речи | Интеграция в образовательных ситуациях |
| Развитие движений | 3 |
| Познавательное развитие (предметный мир, игры инсценировки, игры с дидактическим материалом) / развитие речи | 2 |
| Игры со строительным материалом / развитие речи | 1 |
| Художественно-эстетическое развитие  (восприятие музыки) | 2 |
| Художественно-эстетическое развитие  (рисование) | 2 |
| **Всего в неделю** | 10 |



**План**

**Закаливающих мероприятий МБДОУ «Детский сад № 36»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Факторы** | **Мероприятия** | **Место в режиме дня** | **Периодичность** | **Дозировка** | **1,-3**  **Лет** | **3-4 лет** | **4-5**  **Лет** | **5-6**  **лет** | **6-7**  **Лет** |
| **Вода** | Полоскание рта | После каждого приема пищи | Ежедневно  4 раза в день | 50-70 мл воды  С 3 лет  Температура |  | + | + | + | + |
| Обширное умывание | После сна | Ежедневно | С 3 лет  Температура воды с понижением  От 28 до 20 |  | + | + | + | + |
| **Воздух** | Облегченная одежда | В течение дня | Ежедневно | При тем. +20 и выше в группе | + | + | + | + | + |
|  | Одежда по сезону | На прогулках | Ежедневно | От 4 до 4,5  Часов в день | + | + | + | + | + |
|  | Прогулка на свежем воздухе | После НОД, после ужина | Ежедневно | 1 раз в день до 2 лет  2 раза в день с 2 лет | + | + | + | + | + |
|  | Утренняя гимнастика | По режиму | Ежедневно | С 2 лет  Длительность в зависимости от возраста | + | + | + | + | + |
|  | Прием детей и утренняя гимнастика на воздухе | По режиму | Июнь-август | С 01.06. по 31.08 с 3 лет  Длительность в зависимости от возраста |  | + | + | + | + |
|  | Физкультура на воздухе | По расписанию НОД | В течение года | С 01.09. по 31.05. с 5 лет | + | + | + | + | + |
| Летом все возраста  Длительность в зависимости от возраста |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Сон без маек | После сна | Ежедневно | При тем. +18 и выше в спальне | + | + | + | + | + |
|  | выполнение режима проветривания помещения | По графику | Ежедневно | 6 раз в день | + | + | + | + | + |
|  | Бодрящая гимнастика в кровати | После сна | Ежедневно | 1,2,3,4,5 упражнений в зависимости от возраста | + | + | + | + | + |
|  | Дыхательная гимнастика | После бега на физкультуре и в утренней гимнастике | Ежедневно | с 3 лет  длительность в зависимости от возраст | +  + | +  + | +  + | +  + | +  + |
| После артикуляционной  Гимнастики | С 2 лет  Длительность в зависимости от возраста |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Солнце** | Дозированные солнечные ванны | На прогулке | В течение года с учетом погодных условий | До 20 мин. | + | + | + | + | + |
| До 30 мин. с 5 лет |
| **Рецепторы** | Пальчиковая гимнастика | Перед рисованием, лепкой, аппликацией, конструированием | В течение года | Дор 5 мин.  Длительность в зависимости от возраста | + | + | + | + | + |
|  | Артикуляционная гимнастика | До обеда | Ежедневно | До 5 мин. с 2 лет  Длительность в зависимости от возраста | + | + | + | + | + |
|  | Гимнастика для глаз | После рисования, лепки, аппликации, конструирования | В течение года | До 5 мин. с 2 лет  Длительность в зависимости от возраста | + | + | + | + | + |
|  | Корригирующая гимнастика + ходьба босиком | После сна | ежедневно | 3 мин | + | + | + | + | + |