

Принято
На заседании педагогического совета
Протокол №4 от 26.05.2026г.

Утвержден
Заведующей МДОУ «Детский сад «Ладушки»
г.Лихославль
Приказом № 54 от 27.05.2026г.



УЧЕБНЫЙ ПЛАН
РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ
ПРОГРАММЫ «УМНЫЕ ДВИЖЕНИЯ»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ДЕТСКИЙ САД «ЛАДУШКИ» Г.ЛИХОСЛАВЛЬ
НА 2026-2031 УЧ.ГГ.

Г.ЛИХОСЛАВЛЬ
2026-2031 УЧ.ГГ.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации программы- 5 учебных лет.

Продолжительность образовательного процесса составляет 9 месяцев (с сентября по май).

Количество и продолжительность занятий:

1 год обучения: (1 раза в неделю по 1 занятию) x 32 недель = 32 занятия

2 год обучения: (1 раза в неделю по 1 занятию) x 32 недель = 32 занятия

3 год обучения: (1 раза в неделю по 1 занятию) x 32 недель = 32 занятия

4 год обучения: (1 раза в неделю по 1 занятию) x 32 недель = 32 занятия

5 год обучения: (1 раза в неделю по 1 занятию) x 32 недель = 32 занятия

Продолжительность каникул: 4 недели.

В соответствии с СанПиН 1.2.3685-21 продолжительность занятия составляет не более 30 минут.

Форма обучения, особенности организации занятий

Посещение занятий проходит на основе добровольного согласия воспитанников и письменного заявления от родителей. Комплектование группы осуществляется с учетом возрастных и психологических особенностей детей.

Форма обучения – очная.

Язык обучения – русский.

1 Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения» возраст 2-3 года

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Снятие напряжения»	4	0,5	3,5
2	«Развитие двигательной и пространственной сферы»	4	0,5	3,5
3	«Развитие внимательности»	4	0,5	3,5
4	«Развитие памяти»	4	0,5	3,5
5	«Развитие межполушарного взаимодействия»	2	0,5	1,5
6	«Развитие вестибулярно-моторной активности»	4	0,5	3,5
7	«Развитие дыхания»	4	0,5	3,5
8	«Работа с нейротренажёрами и нейрокарточками»	4	0,5	3,5
9	«Коррекция и развитие когнитивных процессов»	2	0,5	1,5
	Итого	32	4,5	27,5

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения» Возраст 2-3 года

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	
1	«Снятие напряжения»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
2	«Развитие двигательной и пространственной сферы»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
3	«Развитие внимательности»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
4	«Развитие памяти»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
5	«Развитие межполушарного взаимодействия»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
6	«Развитие вестибулярно-моторной активности»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение

7	«Развитие дыхания»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
8	«Работа с нейротренажёрами и нейрокарточками»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
9	«Коррекция и развитие когнитивных процессов»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
	Итого	32	4,5	27,5	

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения» возраст 3-4 года

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Снятие напряжения»	4	0,5	3,5
2	«Развитие двигательной и пространственной сферы»	4	0,5	3,5
3	«Развитие внимательности»	4	0,5	3,5
4	«Развитие памяти»	4	0,5	3,5
5	«Развитие межполушарного взаимодействия»	2	0,5	1,5
6	«Развитие вестибулярно-моторной активности»	4	0,5	3,5
7	«Развитие дыхания»	4	0,5	3,5
8	«Работа с нейротренажёрами и нейрокарточками»	4	0,5	3,5
9	«Коррекция и развитие когнитивных процессов»	2	0,5	1,5
	Итого	32	4,5	27,5

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения» Возраст 3-4 года

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	

1	«Снятие напряжения»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
2	«Развитие двигательной и пространственной сферы»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
3	«Развитие внимательности»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
4	«Развитие памяти»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
5	«Развитие межполушарного взаимодействия»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
6	«Развитие вестибулярно-моторной активности»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
7	«Развитие дыхания»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
8	«Работа с нейротренажёрами и нейрокарточками»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
9	«Коррекция и развитие когнитивных процессов»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
	Итого	32	4,5	27,5	

3.УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения» возраст 4-5 лет

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Снятие напряжения»	4	0,5	3,5
2	«Развитие двигательной и пространственной сферы»	4	0,5	3,5
3	«Развитие внимательности»	4	0,5	3,5
4	«Развитие памяти»	4	0,5	3,5
5	«Развитие межполушарного взаимодействия»	2	0,5	1,5
6	«Развитие вестибулярно-моторной активности»	4	0,5	3,5
7	«Развитие дыхания»	4	0,5	3,5
8	«Работа с нейротренажёрами и нейрокарточками»	4	0,5	3,5
9	«Коррекция и развитие когнитивных процессов»	2	0,5	1,5

	Итого	32	4,5	27,5
--	--------------	-----------	------------	-------------

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения»

Возраст 4-5 лет

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	
1	«Знакомство с нейро оборудованием»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
2	«Знакомство с нейро оборудованием»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
3	«Блок тело»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
4	«Блок тело»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
5	«Блок мешочки»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
6	«Блок мячи»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
7	«Блок маятник и планка»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
8	«Блок напольная мишень»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
9	«Блок напольная мишень»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
	Итого	32	4,5	27,5	

4. УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения»

возраст 5-6 лет

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Знакомство с нейро оборудованием»	4	0,5	3,5
2	«Знакомство с нейро оборудованием»	4	0,5	3,5
3	«Блок тело»	4	0,5	3,5

4	«Блок мешочки»	4	0,5	3,5
5	«Блок мячи»	2	0,5	1,5
6	«Блок маятник и планка»	4	0,5	3,5
7	«Блок напольная мишень»	4	0,5	3,5
8	«Блок полоса»	4	0,5	3,5
9	«Блок полоса»	2	0,5	1,5
	Итого	32	4,5	27,5

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения»
Возраст 5-6 лет

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	
1	«Знакомство с нейро оборудованием»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
2	«Знакомство с нейро оборудованием»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
3	«Блок тело»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
4	«Блок мешочки»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
5	«Блок мячи»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
6	«Блок маятник и планка»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
7	«Блок напольная мишень»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
8	«Блок полоса»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
9	«Блок полоса»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
	Итого	32	4,5	27,5	

5.УЧЕБНЫЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения»
возраст 6-7 лет

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	«Знакомство с нейро оборудованием»»	4	0,5	3,5
2	«Знакомство с нейро оборудованием»»	4	0,5	3,5
3	«Блок тело»	4	0,5	3,5
4	«Блок мешочки»	4	0,5	3,5
5	«Блок мячи»	2	0,5	1,5
6	«Блок маятник и планка»	4	0,5	3,5
7	«Блок напольная мишень»	4	0,5	3,5
8	«Блок полоса»	4	0,5	3,5
9	«Блок полоса»	2	0,5	1,5
	Итого	32	4,5	27,5

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Умные движения»
Возраст 6-7 лет

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	
1	«Знакомство с нейро оборудованием»»	4	0.5	3,5	Педагогическое наблюдение
2	«Знакомство с нейро оборудованием»»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
3	«Блок тело»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
4	«Блок мешочки»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение

5	«Блок мячи»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
6	«Блок маятник и планка»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
7	«Блок напольная мишень»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
8	«Блок полоса»	4	0,5	3,5	Педагогическое наблюдение
9	«Блок полоса»	2	0,5	1,5	Педагогическое наблюдение
	Итого	32	4,5	27,5	