

УТВЕРЖДАЮ:

заведующий

МДОАУ «Детский сад № 10»

О.Н. Говорухина

Приказ № 01-11/60 от 28.08.2024г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
к адаптированной дополнительной
общеразвивающей программе
«Фитнес для малышей»
муниципального дошкольного образовательного
автономного учреждения города Бузулука
«Детский сад № 10 комбинированного вида»

Рассмотрен на заседании
педагогического совета
МДОАУ «Детский сад № 10»
Протокол № 4 от 28.08.2024г.

г. Бузулук, 2024г.

МДОАУ «Детский сад № 10»

Пояснительная записка

Учебный план к адаптированной дополнительной общеразвивающей программе «Фитнес для малышей» является локальным нормативным документом, регламентирующим общие требования к организации учебного процесса муниципального дошкольного образовательного автономного учреждения города Бузулука «Детский сад № 10 комбинированного вида», разработан в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ.

2. Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

3. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

4. Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

Учебный план составлен в соответствии с адаптированной дополнительной общеразвивающей программой, разработанной ДОО самостоятельно. Учебный план устанавливает направленность программы: физкультурно-спортивная. Также, в учебном плане определено количество занятий и время на реализацию Программы.

Учебный план к адаптированной дополнительной общеразвивающей программе «Фитнес для малышей» учитывает в полном объеме возрастные психофизические особенности воспитанников и отвечает требованиям охраны жизни и здоровья.

Данная программа способствует созданию условий для физического развития ребенка-дошкольника при помощи комплексов упражнений фитнес - аэробикой с элементами стретчинга, разработанных соответственно возрасту детей.

Учено-методическое обеспечение по адаптированной дополнительной общеразвивающей программе «Фитнес для малышей»

Литература для организации педагогического процесса:

1. Волошина Л.Н., Гавришова Е.В., Елецкая Н.М., Курилова Т.В. Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников. М.: Волгоград, 2013.-141 с. ISBN 978-5-7057-3298-2.
2. Лебедев Ю.А., Филиппова Л.В. Здоровьеформирующее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет: Пособие для педагогов дошк. Учреждений. –М.: ВЛАДОС. 2001.- 336с. ISBN 5-691-00806-4.
3. Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре». № 2/2008.
4. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка . / Э.Я. Степаненкова – М.: Издательский центр «Академия», 2001.- 368с. ISBN 5-7695-0352-1.
5. Сулим Е.В. Игровой стрейчинг / Е.В.Сулим . М.: ТЦ Сфера, 2012.- 112 с. ISBN 978-5-9949-0624-8.
6. Сулим Е.В. Детский фитнес. Физкультурные занятия для детей 3-5 лет / Е.В. Сулим. М.: ТЦ Сфера, 2014.- 160с. ISBN 978-5-9949-0871-6.
7. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец. «Фитнес-Данс»/ Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина. Учебное пособие- СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007.-384с.ISBN 978-5-89814-368-8
8. Фитнес- школа Olimpia life. «Детский фитнес». Методическое пособие. Категория 1.

Дидактический материал:

- гимнастические коврики;
- видео-аудиотека;
- интерактивное оборудование (проектор);
- магнитофон;
- дидактические игры и пособия;
- подбор иллюстраций, изготовление карточек-модель
- балансиры разного типа.

Объем образовательной деятельности

Количество занятий/минут в неделю		
<i>Название Программы</i>	<i>Форма образовательного процесса</i>	<i>Продолжительность занятий</i>
«Фитнес для малышей»	Занятие	2 раз в неделю 25-30 мин.

Занятия с детьми 5-7 лет осуществляются во второй половине дня после дневного сна с 15.45 до 16.15, 16.50-17.15 согласно расписания.

Расписание занятий

№ п/п	Возрастная группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Подготовительная группа (дети 6-7 лет)	-	15.45-16.15	-	15.45 -16.15	-
2	Старшая группа (дети 5-6 лет)	-	16.50-17.15	-	16.50-17.15	-

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Фитнес для малышей» реализуется за рамками освоения образовательной программы дошкольного образования МДОАУ «Детский сад № 10». Деятельность по реализации адаптированной дополнительной общеразвивающей программы «Фитнес для малышей» в группе детей 5-7 лет планируется с 03 сентября 2024 года.

Адаптированная дополнительная образовательная услуга реализуется в ДОО в течение учебного года, согласно утверждённого календарного учебного графика и составляет 72 академических часов.

Название дополнительной общеразвивающей программы	Возраст	Срок освоения программы	Количество занятий/объем (время)			Форма обучения	Продолжительность занятий	Форма организации занятий
«Фитнес для малышей»	5-7 лет	03.09.2024г-31.05.2025г.	Неделя	Месяц	9 мес.	очная	25-30 минут	Группа 10-12 чел.
			2 (50 мин)	8 400мин (6ч.40 м)	72 3600м (60ч.)			
			2 (60 мин) (1ч.)	8 480м. (8ч.)	72 4320м (72ч)			

Формы проведения промежуточной аттестации

1. Домашние задания на самостоятельное выполнение.
2. Открытое занятие.

Периодичность проведения промежуточной аттестации

Периодичность аттестации обучающихся проводится по завершению полугодия или учебного года в формах предусмотренных конкретной адаптированной дополнительной общеразвивающей программой в период с 19 по 28 мая 2025 года.