

**УТВЕРЖДАЮ:**  
заведующий  
МДОАУ «Детский сад № 10»  
О.Н. Говорухина  
Приказ № 01-11/51 от 30.08.2023г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**к адаптированной дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**«Здоровячок»**  
**муниципального дошкольного образовательного**  
**автономного учреждения города Бузулука**  
**«Детский сад № 10 комбинированного вида»**

Рассмотрен на заседании  
педагогического совета  
МДОАУ «Детский сад № 10»  
Протокол № 4 от 29.08.2023г.

г. Бузулук, 2023г.

## Пояснительная записка

Учебный план к адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Здоровячок» является локальным нормативным документом, регламентирующее 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 общеобразовательной 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 общеобразовательной общеразвивающей программе «Здоровячок» учитывает в полном объеме возрастные психофизические особенности воспитанников и отвечает требованиям охраны жизни и здоровья.

Данная программа направлена на укрепление здоровья детей с использованием методики комплексного воздействия упражнений фитбол – гимнастики на развитие физических способностей детей дошкольного возраста. Совместная деятельность педагога и детей происходит через игровые методы, которые создают условия для быстрого и прочного усвоения знаний.

## Учебно-методическое обеспечение по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Здоровячок»

### *Литература для организации педагогического процесса:*

1. Веселовская, С.В. Фитбол тренинг С. В. Веселовская, О. Ю. Сверчкова, Т. В. Левчинкова // Пособие по фитбол - аэробике и фитбол - гимнастике. – М.: ННОУ Центр «Фитбол», 1998.
2. Горботенко О.Ф. Физкультурно – оздоровительная работа в ДОУ: планирование, занятия, упражнения, спортивно–досуговые мероприятия/ авт.-сост. О.Ф.Горботенко, Т.А. Кардаильская, Г.П. Попова. – Волгоград:Учитель,2008. – 159с.
3. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ пособие для воспитателей . Под ред. З.И. Бересневой. – М.:ТЦ Сфера, 2008.- 32с.
4. Кузнецова М.Н. Оздоровление детей в детском саду. Система мероприятий [Текст]: учебное пособие для воспитателей/ М.Н. Кузнецова. –М.: Айрис-пресс, 2008.-96
5. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников учебное пособие/ Т.С. Овчинникова. – СПб.:Речь, - 2009.-176с.
6. Формы оздоровления детей 4-7 лет: учебное пособие для воспитателей Сост. Е. И. Подольская – Волгоград: Учитель, 2009.

### *Дидактический материал:*

- фитбол-мячи индивидуально подобранные для ребенка в зависимости от роста;
- видео-аудиотека;
- интерактивное оборудование (проектор);
- магнитофон;
- дидактические игры и пособия;
- подбор иллюстраций, изготовление карточек-моде
- балансиры разного типа.

### **Объем образовательной деятельности**

| <b>Количество занятий/минут в неделю</b> |  |                                  |
|--|--|----------------------------------|
| <i>Название Программы</i>                | <i>Форма образовательного процесса</i> | <i>Продолжительность занятий</i> |
| «Здоровячок»                             | Занятие                                | 1 раз в неделю<br>25 мин.        |

Занятия с детьми 5-6 лет осуществляются во второй половине дня после дневного сна с 16.15 до 16.40, согласно расписания.

### Расписание занятий

| № п/п | Возрастная группа             | Понедельник | Вторник | Среда       | Четверг | Пятница |
|-------|-------------------------------|-------------|---------|-------------|---------|---------|
| 1     | Старшая группа (дети 5-6 лет) | -           | -       | 16.15-16.40 | -       | -       |

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровячок» реализуется за рамками освоения образовательной программы дошкольного образования МДОАУ «Детский сад № 10». Деятельность по реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здоровячок» в группе детей 5-6 лет планируется с 01 сентября 2023 года.

Платная образовательная услуга реализуется в ДОО в течение учебного года, согласно утверждённого календарного учебного графика и составляет 36 академических часов.

| Название дополнительной общеразвивающей программы | Возраст | Срок освоения программы  | Количество занятий/объем (время) |                   |             | Форма обучения | Продолжительность занятий | Форма организации занятий |
|---|---------|--------------------------|----------------------------------|-------------------|-------------|----------------|---------------------------|---------------------------|
|   |         |                          | Неделя                           | Месяц             | 9 мес.      |                |                           |                           |
| «Здоровячок»                                      | 5-6 лет | 01.09.2023г-31.05.2024г. | 1                                | 4                 | 36          | очная          | 25 минут                  | Группа 8-10 чел.          |
|   |         |                          | (25 мин)                         | 100м. (1ч.40 мин) | 900м (15ч.) |                |                           |                           |

### 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 общеобразовательной общеразвивающей программой в период с 20 по 31 мая 2024 года.