

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №37 комбинированного вида Василеостровского района  
Санкт-Петербурга**

199053, СПб, ВО, Тучков пер, д. 17  
ИНН 7801139399КПП 780101001 ОКПО 50938763 ОГРН 1027800546840  
Комитет финансов № 40601810200003000000 БИК 044030001  
Лицевой субсчет 0491091  
ОКАТО 40263562000ОКФС 13, ОКОПФ – 72

---

*Приложение №1  
к приказу №85 от 01.09. 2021*

ПРИНЯТ

Общим собранием работников  
Образовательного учреждения

(протокол от «31» августа 2021 №1)

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ детского сада № 37  
Василеостровского района  
\_\_\_\_\_ Н.В. Обухова  
(приказ от 01.09.2021 №84)

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «ДЕТСКИЙ ФИТНЕС ПО СКАЗКАМ»,  
физкультурно-спортивной направленности.  
НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Возраст учащихся: 3-4 года  
Срок реализации: 1 года

Разработчик: Хомчук Д.К.,  
педагог дополнительного образования

*Пояснительная записка к учебному плану  
по платным образовательным услугам на 2021-2022 учебный год*

Дополнительное образование детей и взрослых направлено на формирование творческих способностей детей, потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование соответствует потребностям обучающихся, удовлетворения в ГБДОУ, помогает ребёнку сформировать собственную ценностную и действенную позицию, стимулирует его самообразование и саморазвитие. Учебный план составлен в соответствии с нормативными документами:

- ✓ Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- ✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242.
- ✓ Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Учебный план отражает:

- ✓ Название раздела, тем;
- ✓ Количество теоретических и практических часов;
- ✓ формы контроля;

Занятия строятся на единых принципах, которые обеспечивают целостность педагогического процесса в соответствии с рекомендуемыми требованиями СанПин, объемом учебной нагрузки, продолжительностью занятия с учетом возраста детей.

№	Возрастная группа	Количество учебных занятий			Продолжительность занятия (мин.)
		неделя	месяц	год	
1	Группа детей от 3 до 4	1	4	32	15

***Распределение учебной нагрузки на одном занятии***

Содержание	Количество часов/ Младший возраст
Разминочные композиции	1,5 мин
Общеразвивающие упражнения с фитболом;	3 мин
Упражнения, направленные на развитие силы; гибкости	1,5 мин
Базовые упражнения	2 мин
Комплекс упражнений	0,5 мин
Упражнения на дыхание	0,5 мин
Теоретические знания	3 мин
Подвижные игры	3 мин
Итого	15 мин

**Учебный план программы «Детский фитнес по сказкам» для учащихся 3-4 лет**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов/минут			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Основы знаний	0,20	0,20		опрос - игра
2.	Аэробика по мотивам сказок и мультфильмов	2	0,20	1,40	фотоотчет, игра-соревнование
	Гимнастика	1	0,20	0,40	игра-соревнование
3.	Фитбол-аэробика	1		1	фотоотчет, опрос - игра
	Основные танцевальные шаги	1,20	0,20	1	фотоотчет
4.	Составление танцевальных композиций	1		1	игра-соревнование
5	Подвижные игры	1	0,20	0,40	игра-соревнование
	Итоговое занятие по мотивам сказок и мультфильмов	0,20		0,20	открытое итоговое занятие,
	Итого:	8			

**ГБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 37 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА**, Обухова Наталья Валерьевна, Заведующий  
**30.09.2021** 14:34 (MSK), Сертификат № 61679B00AEAC22854C5EE87C417F87B4