

**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

---

ПРИНЯТ

Общим собранием работников  
Образовательного учреждения

(протокол от «31» августа 2023 №1)

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ детского сада № 37  
Василеостровского района

Н.В. Обухова  
(приказ от 25.09.2023 №99)

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ  
«УВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ ФИТБОЛ»  
НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД.**

Возраст учащихся: 5-7 лет  
Срок реализации: 2 года

Разработчик: Куманина С.С.  
педагог дополнительного образования

*Пояснительная записка к учебному плану  
по платным образовательным услугам на 2023-2024 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).

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 5 до 6	1	4	32	30
2	Группа детей от 6 до 7	1	4	32	30

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

№	содержание	Количество часов
1.	Разминочные композиции	2,5-4 мин
2.	Общеразвивающие упражнения с фитболом;	5-8 мин
3.	Упражнения, направленные на развитие силы; гибкости	1,5-2 мин
4.	Базовые упражнения	1-1,5 мин
5.	Комплекс упражнений	5,5-4,5 мин
6.	Упражнения на дыхание	1 мин
7.	Теоретические знания	2,5-3 мин
8.	Подвижные игры	6 мин
	ИТОГО	30 мин

**Учебный план программы «Увлекательный футбол» для учащихся 5-6 лет  
1 года обучения**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов/минут			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Теоретический раздел «Основы знаний»	0,30	0,30		опрос - игра
2.	<b>Фитбол - гимнастика</b> «Удивительный мяч»	2		2	фотоотчет, игра-соревнование
	«Волшебный мяч»	2		2	игра-соревнование
3.	<b>Фитбол - ритмика</b> «Веселый мячик»	2		2	фотоотчет, опрос - игра
	«Танец мячей»	2		2	фотоотчет, опрос - игра
4.	<b>Фитбол - атлетика</b> «Две подружки»	2		2	игра-соревнование
5	<b>Фитбол</b> «Гонка мячей»	2		2	фотоотчет, соревнования
	«Волшебный цветок»	2		2	фотоотчет, спортивная эстафета
6	<b>Фитбол-игра</b> «Играй, играй, мяч не теряй»	1		1	фотоотчет, спортивная эстафета
	Итоговое занятие «Королевство волшебных мячей»	0,30		0,30	открытое итоговое занятие, фотоотчет
	<b>Итого:</b>	16			

**Учебный план программы «Увлекательный футбол» для учащихся 6-7 лет  
2 года обучения**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов/минут			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Теоретический раздел «Основы знаний»	0,30	0,30		опрос - игра
2.	<b>Фитбол - гимнастика</b> «Мой веселый, звонкий мяч»	2		2	фотоотчет, игра-соревнование
	«Школа мяча»	2		2	игра-соревнование
3.	<b>Фитбол - ритмика</b> «Танцы на мячах»	2		2	фотоотчет, опрос - игра
	«Веселый танцор»	2		2	фотоотчет, опрос - игра
4.	<b>Фитбол - атлетика</b> «Силачи»	2		2	игра-соревнование
5	<b>Фитбол</b> «Звезда футбола»	2		2	фотоотчет, соревнования
	«Фея моря»	2		2	фотоотчет, спортивная эстафета
6	<b>Фитбол-игра</b> «В гости к морской фее»	1		1	фотоотчет, спортивная эстафета
	Итоговое занятие «Путешествие в Играй-город»	0,30		0,30	открытое итоговое занятие, фотоотчет
	<b>Итого:</b>	16			

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 37 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Обухова Наталья  
Валерьевна, Заведующий

25.09.23 10:23 (МСК)

Сертификат 699A007635BCC1F9325B8424C0475348