

**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 «30» августа 2024 №1)

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий ГБДОУ детского сада № 37  
Василеостровского района

Н.В. Обухова  
(приказ от 19.09.2024 87)

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «ДЕТСКИЙ ФИТНЕС ПО СКАЗКАМ»,  
физкультурно-спортивной направленности.  
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД.**

Возраст учащихся: 4-5лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:

Хомчук Д.К.,

педагог дополнительного образования

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

08.10.24 15:16 (MSK)

Сертификат 4E251AD4474ED61C109072A4588F0E8F

*Пояснительная записка к учебному плану  
по платным образовательным услугам на 2024-2025 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»;
- ✓ Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- ✓ 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 4 до 5	1	4	32	20

Распределение учебной нагрузки на одном занятии

Содержание	Количество часов/ Младший возраст
Разминочные композиции	2,5 мин
Силовые упражнения	3 мин
Кинезиологическая гимнастика	1,5 мин
Растяжки, развитие гибкости	2 мин
Релаксационные упражнения	1,5 мин
Упражнения на дыхание	1,5 мин
Теоретические знания	3 мин
Подвижные игры	4 мин
Итого	20 мин

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

08.10.24 15:16 (MSK)

Сертификат 4E251AD4474ED61C109072A4588F0E8F

**Учебный план программы «Детский фитнес по сказкам» для учащихся 4-5 лет**

№	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	2		2	фотоотчет, опрос - игра
	Основные танцевальные шаги	1,40	0,20	2	фотоотчет
4.	Составление танцевальных композиций	2		2	игра-соревнование
5	Подвижные игры	1	0,20	0,40	игра-соревнование
	Итоговое занятие по мотивам сказок и мультфильмов	0,25		0,25	открытое итоговое занятие,
	<b>Итого:</b>	<b>10,5</b>			

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

**08.10.24** 15:16 (MSK)

Сертификат 4E251AD4474ED61C109072A4588F0E8F