

ПРИНЯТО:  
Педагогическим советом  
БМАДОУ «Детский сад №7  
«Седьмое королевство»

Протокол № 5  
от 21.07.2023

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий БМАДОУ  
«Детский сад №7  
«Седьмое королевство»  
С.Ю.Чупрова

Приказ № 67  
от 27.07.2023



**Учебный план  
дополнительной общеобразовательной программы –  
дополнительной общеразвивающей программы  
физкультурно-спортивной направленности  
«ОФП с элементами акробатики»  
(для детей от 4 до 7 лет)**

**на 2023-2024 год**

**Пояснительная записка к учебному плану по реализации  
дополнительной общеобразовательной – дополнительной  
общеразвивающей программы физкультурно-спортивной  
направленности «ОФП с элементами акробатики»**

Учебный план составлен на основе нормативно-правовых документов, определяющих содержание дошкольного образования:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, письмо Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18 ноября 2015г.;
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, приказ МОиН РФ от 9 ноября 2018 г. № 196;
4. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 «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
6. Уставом Березовского муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 7 «Седьмое королевство» (утвержден приказом управления образования БГО №141 от 10.05.2023 г.)

### **Общие положения**

Одно из направлений повышения качества дошкольного образования: дополнительное образование детей через предметы физического цикла.

Содержание дополнительного образования на ступени дошкольного образования реализуется за счет введения модуля физическое развитие, обеспечивающего интеграцию разных видов физического развития детей и создание оптимальных условий для полноценного физического развития и способностей детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными возможностями.

Учебный план отражает содержание дошкольного образования и является инструментом целевого развития индивидуальных способностей детей в физическом развитии:

- 1) формирование правильной осанки, воспитанию и развитию основных физических качеств в процессе освоения акробатических упражнений и желание заниматься спортом;
- 2) создание развивающей среды для занятий спортом;
- 3) ознакомление детей с основами акробатики и гимнастики.

### **Особенности организации занятий**

Занятия по программе проводятся в спортивном зале.

Занятия в спортивном зале полезны и увлекательны, потому, что происходят в обстановке, где спортивное оборудование, инвентарь позволяет настраивать на физическую деятельность. Работа в спортивном зале позволяет систематически последовательно решать задачи физического развития и способностей детей. На занятиях в спортивном зале применяется музыкальное сопровождение.

### **Методы и приемы обучения:**

- словесные (инструкция, рассказ, беседа, объяснение, пояснение);
- наглядные (показ педагогом, демонстрация);
- практические (повторение упражнений, соревнования, спортивная игра).

*Занятие* — основная форма организации образовательного процесса. На занятиях по оздоровительной гимнастике и акробатики, воспитанники под руководством педагога последовательно, соответственно программе, приобретают теоретические знания и практические навыки, а также усваивают элементы базовой культуры личности.

На занятиях применяются технологии развития гибкости (стрейчинг); развития равновесия и мышечной силы (степ-аэробика); дыхательной и звуковой гимнастики; коррекционные упражнения; самомассаж.

Максимально допустимое количество занятий в неделю составляет во всех возрастных группах: 2 занятия.

**Формы работы:** групповая (9-12 человек) совместная образовательная деятельность; индивидуальная самостоятельная образовательная деятельность.

**Режим непосредственной образовательной деятельности:** 2 раза в неделю, во второй половине дня.

Продолжительность учебного времени: 40 учебных недель.

**Формой подведения итогов реализации данной программы являются:**

- участие детей в спортивных мероприятиях,
- выступление с показательными номерами на сценах города и в детском саду;
- выполнение нормативов ГТО.

**Продолжительность занятий:**

1. Первый год обучения, дети 4-5 лет - 20 мин.
2. Второй год обучения, дети 5-6 лет - 25 мин.
3. Третий год обучения, дети 6-7 лет – 30 мин.

**Распределение часов на реализацию дополнительной общеобразовательной  
дополнительной общеразвивающей программы  
«ОФП с элементами акробатики»**

<b>Периоды обучения</b>	<b>Первый год обучения (4 – 5 лет)</b>	<b>Второй год обучения (5 – 6 лет)</b>	<b>Третий год обучения (6 – 7 лет)</b>
	Количество занятий	Количество занятий	Количество занятий
Общее количество занятий в неделю	2	2	2
Образовательная нагрузка в неделю (мин)	40	50	60
Общее количество занятий в месяц	8	8	8
Образовательная нагрузка в месяц (мин)	160	400	240
Общее количество занятий в год	80	80	80
Образовательная нагрузка в год (мин)	1600	2000	2400
Общее количество занятий за весь период обучения	240		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067688

Владелец Чупрова Светлана Юрьевна

Действителен с 12.03.2023 по 11.03.2024