

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Ярский детский сад №1 «Солнышко»

Принято
Протокол заседания педагогического совета
МБДОУ Ярский детский сад №1
от «31» августа 2024 года №1

Утверждено приказом
заведующего
МБДОУ Ярский детский сад №1
С.Ф.Петухова
Приказ №88
от «02 » сентября 2024 года

**Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе на 2024 - 2025 учебный год**

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Аэробика в детском саду» физкультурно - спортивной направленности ориентирована на мотивацию воспитанников к самообразованию, гармоничному самосовершенствованию посредством целенаправленного развития желания регулярно заниматься физической культурой и спортом. Программа дополнительного образования «Аэробика в детском саду» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.

№ 273-ФЗ;

- Приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека;

- Методические рекомендации департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015г.№09- 3242 по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ;

- Концепции развития дополнительного образования детей (утв.

Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р);

- Уставом МБДОУ Ярский детский сад №1

В учебном плане допускаются изменения в соответствии с установленными правительством РФ праздничными днями.

Примерный учебный план учебно-тренировочных занятий

| № п/п | Разделы подготовки | Спортивно-оздоровительный этап | | |
|-------|--|---|-------|-------|
| | | в % отношении от общего кол-ва часов учебного плана | 1 год | 2 год |
| 1 | Теория и методика физической культуры и спорта | | 3 | 3 |
| 2 | Практическая подготовка | 50-60 | 109 | 109 |
| | Общая физическая подготовка | 40-50 | 59 | 59 |

| | | | | |
|---|-----------------------------------|-------|-----|-----|
| | Специальная физическая подготовка | 10-15 | 12 | 12 |
| | Избранный вид спорта (аэробика) | 20-30 | 26 | 26 |
| | Техническая подготовка | 10-15 | 12 | 12 |
| 3 | Медицинское обследование | | 2 | 2 |
| 4 | Контрольно-переводные нормативы | | 3 | 3 |
| 5 | Количество часов в год | | 117 | 117 |
| 6 | Количество учебных недель | | 39 | 39 |

Примерный учебный план - график для детей дошкольного возраста (5- 7 лет)

1-2 года обучения

| № п/п | Разделы подготовки | Месяцы | | | | | | | | | Итого |
|-------|--------------------------------|--------|----|----|----|----|----|----|----|----|-------|
| | | 9 | 10 | 11 | 12 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| | Теоретическая подготовка | 1 | | | | | | 1 | | 1 | |
| | ОФП | 5 | 7 | 7 | 7 | 6 | 6 | 6 | 7 | 8 | 59 |
| | СФП | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 12 |
| | Технико-тактическая подготовка | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 12 |
| | Избранный вид | 2 | 4 | 3 | 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | | 26 |
| | Медицинское обследование | 2 | | | | | | | | | 2 |
| | Контрольные испытания | 1 | | | | | | | | 2 | 3 |
| | Количество занятий | 13 | 13 | 13 | 14 | 13 | 12 | 13 | 13 | 13 | 117 |