

**Управление образования Верх-Исетского района
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад комбинированного вида № 27**

620034, г. Екатеринбург ул. Опалихинская 29 а. тел. /факс: (343) 245-45-41 Email: mbdou27-ekb@yandex.ru, сайт: 27.tvoysadik.ru

Принято:
Педагогическим советом

Протокол № 1 от 26.08.2021

Утверждено:
Заведующий МБДОУ – детский сад
комбинированного вида №27

И.Ю. Подкина

Приказ № 27 от
«26 августа» 2021г.



**Учебный план образовательной деятельности к
ДОП - ДОП физкультурно-спортивной направленности Фитбол Мой веселый большой мяч**

№	Наименование разделов	Темы	Количество часов		
			всего	теория	практика
1	Основы знаний	1.1. Вводное занятие	1	1	
2	Фитбол-гимнастика (общеразвивающая направленность)	2.1. Строевые упражнения	2		2
		2.2.Общеразвивающие упражнения	4		4
		2.3. Равновесие	2		2
		2.4. Базовые упражнения фитбол- гимнастики	5		5
3	Фитбол-танец» (танцевально-ритмическая направленность)	3.1. Ритмика	4		4
		3.2. Основы хореографии	2		2
		3.3. Танцевальные шаги	2		2
		3.4.Базовые шаги аэробики.	2		2
		3.5.Комплексы танцевальных упражнений	4		4
4	«Фитбол -атлетика» (общеукрепляющая направленность)	4.1 Упражнения направленные на развитие силы	4		4
		4.2. Упражнения, направленные на развитие гибкости и подвижности суставов	2		2
		4.3.Упражнения, направленные на развитие выносливости	2		2
5	«Фитбол коррекция (коррекционно-профилактическая направленность)	5.1. Упражнения на формирование правильной осанки	6		6

		5.2. Упражнения для укрепления пальцев рук и развития мелкой моторики	4		4
		5.3. Упражнения на дыхание, расслабление и релаксацию	4		4
6	Фитбол-игра (креативно-игровая направленность)	6.1. Творческие и игровые задания	2		2
		6.2. Подвижные и музыкальные игры	10		10
7	Контрольное занятие	7.1 Творческие и игровые задания	2		2
		Итого часов	64	1	63

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575987

Владелец Подкина Ирина Юрьевна

Действителен с 19.04.2022 по 19.04.2023