

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
– детский сад № 189

Принята:  
Педагогическим советом  
МБДОУ – детский сад № 189  
Протокол № \_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ – детский сад № 189  
\_\_\_\_\_ С.А. Гребень  
Приказ № \_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 г.

**Учебный план  
образовательной программы дополнительного  
образования «Гимнастика для малышей»  
на 2023-2024 учебный год**

Екатеринбург, 2023

### Пояснительная записка

Учебный план образовательной программы дополнительного образования «Гимнастика для малышей» разработана в соответствии с нормативно - правовыми документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями от 17.02.2021

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155

3. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

4. Устав Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад № 189

5. Приказ Минобрнауки России № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

Программа дополнительного образования рассчитана на возрастные ступени: от 3 до 5 лет.

Образовательный период осуществляется с 02 октября по 31 мая. Количество полных недель на реализацию программы дополнительного образования в группах с 3 до 5 лет составляет 31 неделю.

Мониторинг осуществляется на основе анализа достижения детьми планируемых результатов освоения программы:

- ✓ вне основного расписания занятий,
- ✓ с учетом сменности,
- ✓ расписание занятий составлено в соответствии с учебным планом,
- ✓ продолжительность занятий соответствует нормам СанПиН.

В целях исключения превышения предельно допустимой нормы нагрузки на ребенка введены следующие правила:

✓ ребенок, получающий дополнительное образование, посещает занятия по программе не более двух раз в неделю, длительностью от 15 до 20 минут;

День недели, место реализации: вторник, четверг, помещение музыкально-физкультурный зал.

Руководитель: Кочкина А.Ю., педагог дополнительного образования.

#### Учебный план

№	Модули (содержание)	Группа 3-5 лет	
		Количество часов	
		теория	практика
1.	Комплекс упражнений для профилактики плоскостопия	3	4
2.	Основные укрепляющие упражнения	3	3
3.	Игровой стретчинг	4	4
4.	Растяжка. Упражнения для развития гибкости	5	6
5.	Упражнения на баланс	6	7
6.	Комплекс для профилактики нарушений осанки	4	3
7.	Упражнения для развития прыгучести	3	3
8.	Комплекс для профилактики нарушений осанки	3	1
9.	Открытые уроки	0	2
Всего:		<b>31</b>	<b>33</b>
Итого:		<b>64</b>	

