

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МДОУ
 «Детский сад № 49»
 Крупениникова Г.В.

Учебный план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности
«Здоровый дошкольник»
на 2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Учебный план распределяет и дозирует объем и содержание дополнительной образовательной нагрузки в неделю, месяц, год. Структурная единица образовательной нагрузки – занятие. Продолжительность занятия определяется действующим СанПиНом.

Месяц	Тема	Количество занятий (группа 3-4 года+4-5 лет)	Количество занятий (группа 5-6 лет+6-7 лет)
октябрь	Инструктаж по технике безопасного поведения в физкультурном зале. Беседа «Спортивные игры с мячом»	1	2
	Совершенствование броска мяча вверх и ловля его двумя руками на месте	1	2
	Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений	1	2
	Выполнение бросков и ловли мяча в движении	1	2
	Диагностика	1	2
ноябрь	Совершенствование броска мяча вверх и ловля его двумя руками на месте	1	2
	Выполнение броска и ловли мяча в движении.	1	2
	Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений	1	2
	Передача мяча друг другу различным способом	1	2
декабрь	Отбивание мяча об пол одной рукой на месте	1	2
	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении.	1	2
	Передача мяча друг другу различным способом	1	2
	Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя	1	2

январь	Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя	1	2
	Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя и стоя спиной друг к другу	1	2
	Перебрасывание мяча через сетку	1	2
февраль	Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя и стоя спиной друг к другу	1	2
	Перебрасывание мяча через сетку	1	2
	Бросание мяча через сетку в прыжке	1	2
	Бросание мяча об стенку и ловля его двумя руками	1	2
март	Бросание мяча через сетку в прыжке	1	2
	Бросание мяча об стенку и ловля его двумя руками	1	2
	Подача и пас в игре	1	2
	Блокировка мяча в процессе игры	1	2
апрель	Подача и пас в игре	1	2
	Верхняя подача в волейболе	1	2
	Обучение технике приема и передачи мяча	1	2
	Блокировка мяча в процессе игры	1	2
май	Верхняя подача в волейболе	1	2
	Закрепление техники приема и передачи мяча	1	2
	Блокировка мяча в процессе игры	1	2
	Диагностика	1	2
Итого		32	64

Второй год обучения. Учебно-тематический план.

Месяц	Тема	Количество занятий
октябрь	Инструктаж по технике безопасного поведения в физкультурном зале. Беседа «Спортивные игры с мячом»	2
	Совершенствование броска мяча вверх и ловля его двумя руками на месте	2
	Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений	2
	Выполнение бросков и ловли мяча в движении	2

	Диагностика	2
ноябрь	Совершенствование броска мяча вверх и ловля его двумя руками на месте	2
	Выполнение броска и ловли мяча в движении.	2
	Прокатывание мяча одной и двумя руками из разных положений	2
	Передача мяча друг другу различным способом	2
декабрь	Отбивание мяча об пол одной рукой на месте	2
	Отбивание мяча об пол правой и левой рукой в движении.	2
	Передача мяча друг другу различным способом	2
	Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя	2
январь	Передача мяча друг другу в разных направлениях стоя и сидя	2
	Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя и стоя спиной друг к другу	2
	Перебрасывание мяча через сетку	2
февраль	Перебрасывание друг другу и ловля мяча сидя и стоя спиной друг к другу	2
	Перебрасывание мяча через сетку	2
	Бросание мяча через сетку в прыжке	2
	Бросание мяча об стенку и ловля его двумя руками	2
март	Бросание мяча через сетку в прыжке	2
	Бросание мяча об стенку и ловля его двумя руками	2
	Подача и пас в игре	2
	Блокировка мяча в процессе игры	2
апрель	Подача и пас в игре	2
	Верхняя подача в волейболе	2
	Обучение технике приема и передачи мяча	2
	Блокировка мяча в процессе игры	2
май	Верхняя подача в волейболе	2
	Закрепление техники приема и передачи мяча	2
	Блокировка мяча в процессе игры	2
	Диагностика	2
Итого		64