

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 40
Пушкинского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
Образовательного учреждения
Протокол № 1 от 30.08.2024

УТВЕРЖДЕНА

Приказом заведующего
от 30.08.2024 № 81-ОД

**Учебный план
к дополнительной общеразвивающей программе
«Тренажёрно-информационная система «ТИСА»»**

Возраст учащихся: 5-6 лет.
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Зирюкина Валерия Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2024

Программа в условиях дополнительного образования детей в ГБДОУ №

40 ориентирована на старших дошкольников в возрасте от 5 до 6 лет и рассчитана на 1 год. Наполняемость группы на занятиях до 12 детей.

Занятия проводятся в соответствии с рекомендуемыми: продолжительностью режимных моментов для возрастных групп детского сада; объёмом учебной нагрузки с учётом требований СанПиН 2.4.1.2660-10.

№ п/п	Возрастная группа	Количество учебных занятий в			Продолжительность занятия
		неделю	месяц	год	
1.	группа учащихся от 5 до 6 лет	1	8	36	25 мин

Учебный план

Программой предусмотрен учебный план, в котором отражены названия раздела/тем, количество теоретических и практических часов, а также учтены формы контроля.

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний и умений	0,5	0,5	-	Беседа
2.	Упражнения для формирования, закрепления и совершенствования навыков правильной осанки	2	0,5	1,5	Практика
3.	Упражнения для коррекции и укрепления мышечного корсета: укрепление мышц спины; укрепление боковых мышц туловища; укрепление мышц брюшного пресса; укрепление мышц поясничной области	6	0,5	5,5	Практика
4.	Фитбол – коррекция	1	0,5	0,5	Практика
5.	Упражнения на развитие гибкости позвоночника	5	0,5	4,5	Практика
6.	Развитие эластичности мышц туловища	4	0,5	3,5	Практика
7.	Упражнения для развития функций равновесия	3	0,5	2,5	Практика
8.	Развитие координаций движений	2	0,5	1,5	Практика

9.	Упражнения для развития ориентировки в пространстве	2	0,5	1,5	Практика
10.	Профилактика плоскостопия	4	0,5	3,5	Практика
11.	Развитие мелкой моторики	2	0,5	1,5	Практика
12.	Развитие крупной моторики	2	0,5	1,5	Практика
13.	Упражнения для расслабления мышц и укрепления нервной системы	2	0,5	1,5	Практика
14.	Контрольные и итоговые занятия	0,5	-	0,5	Итоговое контрольное занятие (мониторинг по Петренкиной)
Итого в год		36	6,5	29,5	