

Принят  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1  
от «30»08 2024 г.

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Заведующий МАДОУ  
«Детский сад № 9 «Теремок»  
Т.В.Коркина  
Приказ № 2 от «02»09 2024 г.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**  
**физкультурно-спортивной направленности**  
**«Общая физическая подготовка с элементами единоборств»**  
**для обучающихся 5-7 лет**  
**на 2024-2025 учебный год**  
**Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад № 9 «Теремок» общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением физического развития воспитанников Кувандыкского городского округа Оренбургской области»**

## Пояснительная записка.

Учебный план является локальным нормативным документом, регламентирующим осуществление образовательного процесса в учебном году при реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Общая физическая подготовка с элементами единоборств».

Деятельность по реализации дополнительной общеразвивающей физкультурно-спортивной направленности по курсу обучения технологии владения мячом «Общая физическая подготовка с элементами единоборств» в дошкольном учреждении направлена на максимальное удовлетворение образовательных интересов воспитанников и запросов их родителей (или законных представителей) на основе дифференциации и индивидуализации обучения с помощью современных образовательных программ и технологий.

Учебный план программы разработан в соответствии с:

— Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2018 года

— Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

— Постановление Правительства РФ от 15 августа 2013г. № 706 «Об утверждении правил оказания платных образовательных услуг»

— Приказ Министерства образования и науки России №1155 от 17.10.2013 №1155 Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования

— Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 N 26 (ред. от 27.08.2015) «Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных организациях».

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Общая физическая подготовка с элементами единоборств» рассчитана на обучение детей от 4 до 7 лет, по одному году на каждую возрастную категорию. Программа направлена на формирование развитой личности, укрепление здоровья детей, физическое и нравственное воспитание, достижение высоких спортивных результатов

Программа разработана на основе методических пособий:

1. Ивасева О.В. Развитие эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры / О.В. Ивасева, Г.В. Косенко // Концепт. – 2015.- №57.- С.1-5.; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberlrninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnoy-sfery-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta-sredstvami-fiziches...>

2. Карасев Д.Ю. Развитие физических и личностных качеств дошкольников средствами физической культуры // Вектор науки Тольяттинского гос. ун-та. Сер.: Педагогика, психология. – 2013. - №4 (15). – С. 88-91. ; То же [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberlrninka.ru/article/n/razvitie-fizicheskikh-i-lichnostnyh-kachestv-doshkolnikov-sredstvami-fizicheskoy-kultu...>

3. Матвеева Н.Ю. Ценностный потенциал адаптивной физической культуры / Н.Ю. Матвеева, О.В. Ненарокова // Вестн. КГУ им. Н.А. Некрасова: Педагогика. Психология. Социал. работа. Ювенология. Социокинетика. – 2014. - №2. – С. 165-168. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://cyberlrninka.ru/article/n/tsennostnyy-potentsial-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury>

4. Система работы по формированию здорового образа жизни детей дошкольного возраста [Электронный ресурс] // Фестиваль педагогических идей “Открытый урок” : [сфйт]. – М., 2003-1017. – URL: <http://festival.1september.ru/articles/576517/>).

5. Методическое пособие по самбо для общеобразовательных организаций / Табаков С.Е., Ломакина Е.В.; под ред. В.Ш. Каганова, М. 2016.

6. Самбо: правила соревнований [Текст] / Всероссийская федерация Самбо.– М.: Советский спорт, 2016. – 128 с.

7. Дзюдо: Методические рекомендации по физической культуре для дошкольников (с начальными формами упражнений дзюдо) / Авт. — сост. С. В. Ерегина и др. — М.: Советский спорт, 2006. — 368 с.

В программе определено количество занятий. Занятия проводятся в первой и во второй половине дня в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях.

Продолжительность занятий соответствует возрастной группе детей: старшая – 25 мин, подготовительная к школе – 30 мин.

Занятия по программе «Общая физическая подготовка с элементами единоборств» включают в себя:

- аудиторные занятия (развивающая образовательная деятельность с обучающимися – занятия),

Занятия проводятся в специально оборудованном спортивном зале. Необходимыми условиями проведения достаточная возможность частого проветривания помещения, специальная форма (Кимано).

Во время проведения занятий строго соблюдается техника безопасности.

**К формам обучения** относятся: занятия, подвижные игры, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия: дни здоровья, соревнования, физкультурные праздники.

Занятия проводятся в течение всего учебного года с 01.09.2024 года по 31.05.2025 года 1 раз в неделю.

На основании вышеизложенного материала для каждой возрастной группы составлено расписание образовательной деятельности по развивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Общая физическая подготовка с элементами единоборств» на год.

### **Объем образовательной деятельности**

<b>Количество занятий/минут в неделю</b>		
<b>Название Программы</b>	<b>Форма аудиторных занятий</b>	<b>Продолжительность занятий</b>
«Общая физическая подготовка с элементами единоборств»	Практическое занятие	1 раз в неделю 25 мин (для детей 5-6 лет)
	Игровое занятие	1 раз в неделю 30 мин (для детей 6-7 лет)

Занятия с детьми старшего дошкольного возраста осуществляются в первой половине дня с 10.30- 11.00, согласно расписания.

### **Расписание занятий**

№	Возрастная группа	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
1	Группа №1 5-6 лет	-	-	10.30-11.00	-	-
2	Группа №2 6-7 лет	-	-	-	-	10.30-11.00

Дополнительная общеразвивающая программа «Общая физическая подготовка с элементами единоборств» реализуется за рамками освоения образовательной программы дошкольного образования МАДОУ «Детский сад № 9 «Теремок». Деятельность по реализации дополнительной общеразвивающей программы «Общая физическая подготовка с элементами единоборств» в старшей и подготовительной к школе группе планируется с 01 сентября 2024 года по 31 мая 2025 года. Платная образовательная услуга реализуется в ДОО в течение учебного года, согласно утвержденного календарного учебного графика и составляет 36 академических часа.

Название дополнительной общеразвивающей программы	Возраст детей	Срок освоения программы	Количество занятий			Форма обучения	Продолжительность занятий	Форма организации занятий
			неделя	месяц	год			
«Общая физическая подготовка с элементами единоборств»	5-6 лет	1.09.2024-31.05.2025г.	неделя	месяц	год	очная	25 минут	Группа 10-15 человек
			1	4	36			
«Общая физическая подготовка с элементами единоборств»	6-7 лет	1.09.2024-31.05.2025г.	неделя	месяц	год	очная	30 минут	Группа 10-15 человек
			1	4	36			

#### **Формы проведения промежуточной аттестации**

1. Контрольные нормативы: челночный бег 3x10м, прыжки в длину с места, отжимание в упоре лёжа, приседания. Самостраховка.
2. Открытое занятие.

#### **Периодичность проведения промежуточной аттестации**

Периодичность аттестация обучающихся проводится по завершению полугодия или учебного года в формах предусмотренных конкретной дополнительной общеразвивающей программой в период с 16 по 20 декабря 2024 года и с 15 по 30 мая 2025 год