

**Принята**  
Протокол Педагогического  
совета МДОБУ  
«Детский сад №18  
комбинированного вида»  
от \_\_25.08.2023\_\_ №\_1

**Утверждена**  
Заведующий МДОБУ  
«Детский сад №18  
комбинированного вида»  
\_\_\_\_\_Е.М. Саблина  
Приказ от 25.08.2023\_№01-08/126\_

**Учебный план**  
**к дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей**  
**программе**  
**Физкультурно-спортивной направленности**  
**«Фитболл гимнастика»**

**2 года обучения**

## Учебный план в старшей группе

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Модуль 1</b>					
1	Вводное занятие	1	1	-	вопросы детям
2	«Давайте-знакомиться –«Я Фитбол»	2	-	2	Практическое задание
3	«Фитбол в гостях у ребят»	2	-	2	Практическое задание
4	«Мой веселый мячик»	2	-	2	Практическое задание
5	«Соберем –урожай»	2	-	2	Практическое задание
6	«Наш друг –мяч»	2	-	2	Практическое задание
7	«Зарядка для Смешариков»	2	-	2	Практическое задание
8	«Наш скелет»	2	-	2	Практическое задание
9	«Как говорят части тела?»	2	-	2	Практическое задание
10	«Веселое путешествие фитбола»	2	-	2	Практическое задание
11	«Что такое красивая осанка?»	2	-	2	Практическое задание
12	«Путешествие на остров Здоровья»	2	-	2	Практическое задание
13	«Веселые гномики»	2	-	2	Практическое задание
14	«С фитболом дружить – здоровым быть»	2	-	2	Практическое задание

15	«Супер –фитбол»	2	-	2	Практическое задание
16	«Приключения лягушки»	2	-	2	Практическое задание
17	«Фитбол –Ура»	2	-	2	Практическое задание
18	«Озорные обезьянки»	2	-	2	Практическое задание
19	«Волшебная страна – Фитболия»	2	-	2	Практическое задание
20	«В Африку на Фитболе»	2	-	2	Практическое задание
21	«Путешествие вокруг света»	2	-	2	Практическое задание
22	«Вы скучали по фитболу?»	2	-	2	Практическое задание
23	«Ковбои»	2	-	2	Практическое задание
24	«С фитболом играй, здоровье укрепляй».	2	-	2	Практическое задание
25	«Путешествие к морю»	2	-	2	Практическое задание
26	«Путешествие в лес»	2	-	2	Практическое задание
27	«На спортивную полянку»	2	-	2	Практическое задание
28	«В магазин игрушек»	2	-	2	Практическое задание
29	«Веселая аэробика»	2	-	2	Практическое задание

30	«Вместе весело шагать»	2	-	2	Практическое задание
31	«Колобок»	2	-	2	Практическое задание
32	«Путешествие в сказку»	2	-	2	Практическое задание
33	«Муравьишки – труженики»	2	-	2	Практическое задание
34	«Сказочная история»	2	-	2	Практическое задание
35	«Придумаем сказку»	2	-	2	Практическое задание
36	«Сказка веселого фитбола»	2	-	2	Практическое задание
37	«Мой друг – фитбол»	1	-	1	Практическое задание

### Учебный план в подготовительной группе

#### Модуль 2.

1	«Путешествие по стране Фитболии»	1	1	-	Практическое задание
2	«Привет ребята, - Я Фитбол!»	1		1	Практическое задание
3	«Мой веселый мячик»				Практическое задание
4	«В страну Фитболию»	1		1	Практическое задание
5	«Поможем Фитболу»	2		2	Практическое задание
6	«С фитболом дружить – здоровым быть!»	2		2	Практическое задание

7	«С Фитболом дружим – никогда не тужим»	2		2	Практическое задание
8	«Здоровье укрепляй, с Фитболом играй»	2		2	Практическое задание
9	«Веселые гномы»	2		2	Практическое задание
10	«Вместе весело шагать»	2		2	Практическое задание
11	«Путешествие в Африку»	2		2	Практическое задание
12	«Веселые обезьянки»	2		2	Практическое задание
13	«Поиграем с фитболом»	2		2	Практическое задание
14	«В страну скороговорок»	2		2	Практическое задание
15	«Путешествие на остров Здоровья»	2	-	2	Практическое задание
16	«Научим Незнайку»	2		2	Практическое задание
17	«Буратино в гостях у ребят»	2		2	Практическое задание
18	«На спортивную полянку»	2		2	Практическое задание
19	«Выходи на тренировку»	2		2	Практическое задание
20	«Мы красивые и ловкие»	2		2	Практическое задание
21	«Мой друг -Фитбол»	2		2	Практическое задание

22	«Веселые Смешарики»	2		2	Практическое задание
23	«Веселые ребята»	2		2	Практическое задание
24	«Мы не Неумейки»	2		2	Практическое задание
25	«Тренировка на фитболе»	2		2	Практическое задание
26	«Мы спортсмены»	2		2	Практическое задание
27	«Мой веселый, звонкий мяч».	2		2	Практическое задание
28	«Аэробика с Фитболом»	2		2	Практическое задание
29	«Морское путешествие»	2		2	Практическое задание
30	«Прогулка в лес»	2		2	Практическое задание
31	«Я люблю играть с мячом»	2		2	Практическое задание
32	«Заколдованный остров»	2		2	Практическое задание
33	«Наши любимые эстафеты»	2		2	Практическое задание
34	«Отправимся в сказку»	2		2	Практическое задание
35	«В страну Шарландию»	2		2	Практическое задание
36	«Фитбол в зоопарке»	2		2	Практическое задание

37	«Придумаем сказку»	2		2	Практическое задание
----	--------------------	---	--	---	----------------------