

**Рабочая программа дополнительной общеобразовательной программы –  
дополнительной общеразвивающей программы «Спорттик» (дети 4 - 5-го года жизни)**

<b>Период прохождения материала</b>	<b>№ занятия</b>	<b>Содержание</b>
<b><i>Степ-аэробика с обручем, силовая гимнастика на степ-платформе, художественная гимнастика и стретчинг</i></b>		
<b>Октябрь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 41: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 44: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>Ноябрь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 48: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 51: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b><i>Степ-аэробика с большим мячом, силовая гимнастика на степ-платформе, школа мяча и стретчинг.</i></b>		
<b>Декабрь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 55: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 59: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b><i>Аэробика, степ-аэробика, силовая гимнастика на степ-платформе и с атлетическим мячом, художественная гимнастика и стретчинг</i></b>		
<b>Январь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 64: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 70: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b><i>Силовая гимнастика с атлетическим мячом, художественная гимнастика с малым мячом, акробатика и стретчинг</i></b>		
<b>Февраль 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 75: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 78: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b><i>Степ-аэробика, школа мяча, силовая гимнастика с атлетическим мячом и стретчинг</i></b>		
<b>Март 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 81: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 85: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b><i>Аэробика, силовая гимнастика с гантелями, школа мяча, акробатика и стретчинг</i></b>		
<b>Апрель 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 89: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 94: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b><i>Степ-аэробика с большим мячом, силовая гимнастика с атлетическим мячом, художественная гимнастика с обручем и стретчинг</i></b>		
<b>Май 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 98: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 102: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.

