

**Рабочая программа дополнительной общеобразовательной программы –  
дополнительной общеразвивающей программы «Спорттик» (дети 6 -7-го года жизни)**

<b>Период прохождения материала</b>	<b>№ занятия</b>	<b>Содержание</b>
<i><b>Степ-аэробика, силовая гимнастика на степ-платформе, школа мяча, акробатика и стретчинг</b></i>		
<b>Октябрь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 107: 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. 112: Е.В.Сулим –ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<i><b>Степ-аэробика с большим мячом, школа мяча, акробатика и стретчинг</b></i>		
<b>Ноябрь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 117: 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. 121: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<i><b>Степ-аэробика с малым мячом, художественная гимнастика с малым мячом, силовая гимнастика с атлетическим мячом, акробатика и стретчинг</b></i>		
<b>Декабрь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 126: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<i><b>Степ-аэробика с малым мячом, художественная гимнастика с малым мячом на степ-платформе, силовая гимнастика с атлетическим мячом на степ-платформе, акробатика и стретчинг</b></i>		
<b>3-4 неделя</b>	<b>3-4</b>	С. 130: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<i><b>Степ-аэробика с большим мячом, силовая гимнастика с резиновым жгутом, художественная гимнастика с мячом, акробатика и стретчинг</b></i>		
<b>Январь 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 135: 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. 141: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<i><b>Силовая гимнастика с резиновым жгутом, школа мяча, акробатика и стретчинг</b></i>		
<b>Февраль 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 145: 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. 149: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<i><b>Акробатика, силовая гимнастика с атлетическим мячом, школа мяча и стретчинг</b></i>		
<b>Март 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 153: 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. 158: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.
<i><b>Силовая гимнастика на степ-платформе с малым мячом, школа мяча, акробатика и стретчинг</b></i>		
<b>Апрель 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 163: 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. 167: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2015. – 224с.

*Силовая гимнастика с гантелями, школа мяча, акробатика и стретчинг*

<b>Май 1-2 неделя</b>	<b>1-2</b>	С. 172: 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. 176: Е.В.Сулим – ДЕТСКИЙ ФИТНЕС Физкультурные занятия для детей 5 – 7 лет. – М.:ТЦ Сфера, 2015. – 224с.