

Выписка из Дополнительной
 общеразвивающей программы
 «Детский фитнес» Муниципального
 бюджетного дошкольного
 образовательного учреждения
 «Детский сад № 18 «Волшебница»

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «ДЕТСКИЙ ФИТНЕС»

№	Тема	Кол-во часов
Модуль 1 «Фитнес аэробика»		
1	«Чтоб здоровым быть всегда, аэробике скажем - Да!»	1
2	«Чтоб здоровым быть всегда, аэробике скажем - Да!»	1
3	«Морское путешествие»	1
4	«Радужные шарик»	1
5	«Силачи»	1
6	Аэробика «Зоопарк	1
7	«Мой веселый мяч»	1
8	«В гостях у бегемота»	1
9	«Ушастый нянь»	1
10	Сказочный лес	1
11	«Прыг-скок»	1
12	«В гостях у сказки»	1
13	«Цирк приехал»	1
14	«Топ-хлоп»	1
15	«1-2-3 а ну -ка повтори»	0,5
16	Промежуточная аттестация	0,5
Модуль 2 «Степ-аэробика»		
1	«Волшебные ступеньки»	1
2	Озорные гномики	1
3	«Веселые кузнечики»	1
4	«Цирковые лошадки»	1
5	«Забавные обезьянки»	1
6	«Лягушата»	1
7	«Фантазеры»	1
8	В гости к «Бармалею»	1
9	«Чтобы сильным быть и ловким, нам поможет тренировка»	1
10	«Волшебные ступеньки»	1
11	«Озорные гномики»	1
12	«В гости к Буратино»	1
13	«Чтобы сильным быть и ловким, нам поможет тренировка»	0,5
14	Промежуточная аттестация	0,5

Итого:	28
Длительность одного занятия (академический час)	30 минут
Количество занятий в неделю/ время (минуты)	1/30 минут
Количество занятий в месяц / время (минуты)	4/120 минут
Количество занятий в учебном году / время (минуты)	28/840