



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ д/с №55 города Тюмени
Т. Н. Чернова

Учебный план
по дополнительной образовательной программе по оздоровительной гимнастике
«Здоровейка»

Возраст детей	Средняя группа			Старшая группа			Подготовительная группа		
	Количество единиц образовательной деятельности (неделя, месяц, год)								
	неделя	месяц	год	неделя	месяц	год	неделя	месяц	год
Обучить ребенка упражнениям на сохранение равновесия с различными положениями на фитболе.	2	8	70	2	8	70	2	8	70
Обучение сохранению правильной осанки при выполнении упражнений для рук и ног в сочетании с покачиваниями на фитболе.	2	8	70	2	8	70	2	8	70
Обучение выполнению упражнений в расслаблении мышц на фитболе	2	8	70	2	8	70	2	8	70
Продолжительность непосредственно образовательной деятельности	20 мин.			25 мин.			30 мин.		
Максимально допустимый объем образовательной деятельности в неделю	40 мин.			50 мин.			60 мин.		
Объем образовательной деятельности в год	40 мин.	2 часа 40 мин.	23 часа 20 мин.	50 мин.	3 часа 30 мин.	29 часов 10 мин.	60 мин.	4 часа	35 часов