

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №32 комбинированного вида
Колпинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Образовательного учреждения
протокол
от «28» августа 2020 г.
№ 1

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
И.В. Кривовяз
Приказ
от «28» августа 2020 г.
№ 49-А



**Учебно-тематический план дополнительной общеразвивающей
образовательной программы дополнительного образования
«Крепыш»**

№ п.п	Содержание программы	часы
1.	Основа знаний и умений	6
2.	Упражнения для формирования, закрепления и совершенствования навыков правильной осанки	8
3.	Упражнения для коррекции и укрепления мышечного корсета: <ul style="list-style-type: none">• укрепление мышц спины;• укрепление боковых мышц туловища;• укрепление мышц брюшного пресса;• укрепление мышц поясничной области	9 4 4 2
4.	Упражнения для развития функций равновесия	8
5.	Развитие координаций движений	4
6.	Упражнения для развития ориентировки в пространстве	2
7.	Профилактика плоскостопия	6
8.	Развитие мелкой моторики	4
9.	Развитие крупной моторики	2
10.	Упражнения для расслабления мышц и укрепления нервной системы	2
11.	Подвижные игры	В процессе занятия
12.	Проведение контрольных мероприятий: педагогический контроль	3
13.	Всего часов за год:	64