

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Тематическое содержание модулей программы

№ п/п	Наименование	Количество занятий (теория/практика)
1.	Базовый модуль (б)	8
2.	Силовой модуль (с)	3
3.	Игровой модуль (и)	9
4.	Тренировочный модуль (т)	9
5.	Итоговые мероприятия (показательные выступления) (и.м.)	2
Всего		31

№ п/п	Тематическое содержание модуля программы	Модуль	Количество часов		
			Теория	Практика	Всего
1	Просмотр видеороликов	б	1	0	1
2	Знакомство со степ - платформами	б	0,5	0,5	1
3	Базовые шаги	б	1	1	2
4	Силовой комплекс на растяжку	с	0	1	1
5	«Я иду, иду, иду»	б	0	1	1
6	«Веселые мячи»	б	0,2	0,8	1
7	Игра – медитация «У озера»	б	0,2	0,8	1
8	Стретчинг (упражнение на растягивание)	с	0,2	0,8	1
9	Игра – занятие (Силовой комплекс на растяжку)	с	0,2	0,8	1
10	Игра - занятие «Цирковая арена»	и	0,2	0,8	1
11	Итоговое занятие «Циркачи» (показательные выступления)	и.м.	0,2	0,8	1
12	«Веселые дошколята»	т	0,2	0,8	1
13	Игра - занятие «Снеговики»	т	0,2	0,8	1
14	«Спорт – это сила и здоровье»	т	0,3	0,7	1
15	Игра - занятие «Нам на месте не сидится»	б	0,2	0,8	1

16	Логоритмическое упражнения «Никогда не унывай»	т	0,2	0,8	1
17	Игра - занятие «Бравые солдаты»	т	0,2	0,8	1
18	Занятие «Спортландия»	т	0,2	0,8	1
19	Игра – занятие (закрепление пройденного материала)	и	0,2	0,8	1
20	Игра – занятие «Мы растем здоровыми»	и	0,2	0,8	1
21	Игра «Зверолов»	и	0,2	0,8	1
22	Логоритмические упражнения «Мы спортсмены»	т	0,2	0,8	1
23	Игра «Карусель»	и	0,2	0,8	1
24	Занятие - игра «Послушные мячи»	и	0,2	0,8	1
25	Игра «Мой веселый звонкий мяч»	и	0,2	0,8	1
26	Логоритмическое упражнения «Перелет птиц»	т	0,2	0,8	1
27	Игра «Тише едешь – дальше будешь».	и	0,2	0,8	1
28	Логоритмические упражнения «Раз, ступенька»	т	0,2	0,8	1
29	Игра – упражнение «Колючий ежик»	и	0,2	0,8	1
30	Итоговое мероприятие с родителями «Весёлые ступеньки» (показательные выступления)	и.м.	0,2	0,8	1
Итого в год			7,6	23,4	31