

620144, г. Екатеринбург, ул. Отто Шмидта, д.121, тел.: 8(343) 257-14-43  
Сайт: 451.tvoysadik.ru, e-mail: mdou451@eduekb.ru

**Учебно-тематический план**  
**по «Дополнительная общеобразовательная**  
**общеразвивающая программа для детей дошкольного**  
**возраста спортивной направленности**  
**«Йожики»**  
**для воспитанников 6-7 лет**

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводно-диагностическое занятие	2	1	1	-
2	Асаны	20	7	13	беседа, самоконтроль
3	Самомассаж	11	3	8	самоконтроль.
4	Дыхательная гимнастика	10	2	8	самоконтроль.
5	Гимнастика для глаз	8	2	6	беседа, самоконтроль.
6	Пальчиковая гимнастика	8	1	7	самоконтроль.
7	Релаксация	16	3	13	беседа, самоконтроль.
8	Подвижные игры	4	1	3	беседа, самоконтроль.
9	Педагогический мониторинг	1	-	1	проводиться в начале года (сентябрь) и в конце года (июнь)
Итого		80	20	60	

## Содержание учебно-тематического плана

№	Тема	Игровая гимнастика	Гимнастика под приговорки	Самомассаж	Асаны	Дыхательная гимнастика	Гимнастика для глаз	Пальчиковая гимнастика	Релаксация	Игра
1	Вводное занятие									
2	Правила дорожного движения	Светофор	Мартышки	Умывание	Комплекс 1	Регулировщик	Комарик	Наши пальцы	Паучок	Ловкий пешеход
3	Сам себя я полечу	Гимнастика для ног	Зайчик	Вышел зайчик погулять	Комплекс 2	Воздушный шар	Зайка	Считалка	Пушистые облака	Прятки
4	Как защитить себя от микробов	Я позвоночник берегу	Аэробика	Умывалочка	Комплекс 3	По ступенькам	Угощение для больного	Мяч	Лентяи	Догони мяч
5	Чистота – залог здоровья	Мойдодыр	Для мышц шеи	В январе	Комплекс 4	Самовар	Смотрит носик	Крокодил	Лимон	Бегай и замри
6	Школа здоровья	Шли мы после школы	Буквы	Красим	Комплекс 5	Гармошка	Буквы	Слова	Вибрация	Петух, цапля и коршун
7	Опасности в природе весной	Медведь	В лесу	Неболейка	Комплекс 6	Дует ветерок	Самолет	Пироги	Ленивая кошечка	Охотник и и

										куропатки и
8	ОБЖ	По полям бегут ручьи	Я иду!	Тили-бом	Комплекс 7	Песок	Дождик 2	Весна	Ленивый барсук	Домовитый хомячок
9	Опасности в лесу и на воде	Утята	В речке	Солнышко	Комплекс 8	Вдохни аромат цветка	Треугольник, круг, квадрат	Кто приехал	Палуба	Лягушки и цапля
10	Открытое занятие									



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 547202938716807997915962127595569658521524720979

Владелец Таланова Елена Викторовна

Действителен с 24.04.2024 по 24.04.2025