

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга  
Управление образования Верх-Исетского района  
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение –  
детский сад комбинированного вида № 115

юридический адрес: 620102, г. Екатеринбург, ул. Волгоградская 180а  
фактический адрес: 620102, г. Екатеринбург ул. Волгоградская 180а  
620102, г. Екатеринбург, ул. Ясная 34-а  
Тел.8 (343) 234-19-71(70)  
[mdou115@eduekb.ru](mailto:mdou115@eduekb.ru)

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
протокол № 1  
от «30» августа 2024 г



УТВЕРЖДЕНО  
Приказом заведующего МАДОУ  
О.В. Бастрикова  
приказ № 1205-О/СД  
от «30» августа 2024г.

**Учебный план**  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
физкультурно-спортивной направленности  
«Акваэробика»

на 2024-2025 учебный год

Екатеринбург, 2024

Учебный план разработан в соответствии с нормативно - правовыми документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями от 17.02.2021.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 г. № 1155.

3. СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормы и требования к безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

4. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

5. Устав Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения - детский сад комбинированного вида № 115, утвержденный Распоряжением Управления образования Администрации города Екатеринбурга № 2556/46/36 от 23.11.2022 г.

6. Приказ Минобрнауки России № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Совместная образовательная деятельность проводится с 1 октября по 30 апреля в течение 28 учебных недель, начиная с 10.00, дни недели – среда, вторник. Полный курс по данной программе проходят дети с 3 до 7 лет.

Учебный план для детей 3-4 лет.

Модуль	Тема	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Итого
«Ознакомление со свойствами воды и обучение погружению и всплытию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка лежания на воде»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка скольжения»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение дыханию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение плавательным движениям»	Занятие 1	0,2	0,5	0,7
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,2	0,5	0,7
	Занятие 5	0,2	1,0	1,2
	Занятие 6	0,3	0,1	0,4
	Занятие 7	0,3	0,1	0,4
	Занятие 8	0,3	0,1	0,4
	Итого	2,0	6,0	8,0
Итого по всем разделам		10,0	18,0	28,0

Учебный план для детей 4-5 лет.

Модуль	Тема	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Итого
«Ознакомление со свойствами воды и обучение погружению и всплытию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка лежания на воде»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка скольжения»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение дыханию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение плавательным движениям»	Занятие 1	0,2	0,5	0,7
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,2	0,5	0,7
	Занятие 5	0,2	1,0	1,2
	Занятие 6	0,3	0,1	0,4
	Занятие 7	0,3	0,1	0,4
	Занятие 8	0,3	0,1	0,4
	Итого	2,0	6,0	8,0
Итого по всем разделам		10,0	18,0	28,0

Учебный план для детей 5-6 лет.

Модуль	Тема	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Итого
«Ознакомление со свойствами воды и обучение погружению и всплытию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка лежания на воде»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка скольжения»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение дыханию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение плавательным движениям»	Занятие 1	0,2	0,5	0,7
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,2	0,5	0,7
	Занятие 5	0,2	1,0	1,2
	Занятие 6	0,3	0,1	0,4
	Занятие 7	0,3	0,1	0,4
	Занятие 8	0,3	0,1	0,4
	Итого	2,0	6,0	8,0
	Итого по всем разделам	10,0	18,0	28,0

Учебный план для детей 6-7 лет.

Модуль	Тема	Кол-во часов		
		Теория	Практика	Итого
«Ознакомление со свойствами воды и обучение погружению и всплытию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5

	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка лежания на воде»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Выработка навыка скольжения»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение дыханию»	Занятие 1	0,5	0,5	1,0
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,5	0,5	1,0
	Занятие 5	0,5	1,0	1,5
	Итого	2,0	3,0	5,0
«Обучение плавательным движениям»	Занятие 1	0,2	0,5	0,7
	Занятие 2	0,3	0,5	0,8
	Занятие 3	0,2	0,5	0,7
	Занятие 4	0,2	0,5	0,7
	Занятие 5	0,2	1,0	1,2
	Занятие 6	0,3	0,1	0,4
	Занятие 7	0,3	0,1	0,4
	Занятие 8	0,3	0,1	0,4
	Итого	2,0	6,0	8,0
	Итого по всем разделам	10,0	18,0	28,0

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 502183754424259648339656506821166549734047792905

Владелец Бастрикова Ольга Викторовна

Действителен с 09.01.2024 по 08.01.2025