Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 24 комбинированного вида Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета ГБДОУ детский сад № 24 протокол № 1/25 от 29.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказ 62/3-о от 11.09.2025г Заведующий ГБЛОУ детский сад № 24 Приморского района Санкт-Петербурга Л.В Гришаева

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

для детей старшего дошкольного возраста по реализации дополнительной общеразвивающей программы «СТЕП-АЭРОБИКА»

на 2025-2026 учебный год

Возраст обучающихся: 6-7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:

Мерлина Эляна Владимировна, педагог дополнительного образования

Учебный план на 2025-2026 уч.год 6-7 лет

№, месяц	Название раздела, темы		Кол	Формы контроля		
		Заняти й	Часов (минут)			
		И	Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	1, 2	60	10	50	Наблюдение
Октябрь	Степ - аэробика – ознакомительное					
	Раз ступенька, два ступенька	3, 4	60	10	50	
	Базовые шаги «Степ – тач»	5	30	5	25	
	Базовые шаги «Бейсик – степ»	6	30	5	25	Самостоятельная работа
	Базовые шаги «Ви - степ»	7	30	5	25	
	Раз, два, повтори	8	30	5	25	
2 Ноябрь	Базовые шаги «Степ- ап»	1	30	5	25	
	Базовые шаги «Степ- захлест»	2	30	5	25	
	Базовые шаги Топ-ап»	3	30	5	25	
	Базовые шаги «Шаг- колено»	4	30	5	25	
	Базовые шаги Шаг «Крест»	5	30	5	25	
	Базовые шаги Шаг « Ниап, шаг-кик»	6	30	5	25	
	Базовые шаги Шаг «Мамбо»	7, 8	60	10	50	
3	Комплекс	1 - 8	240	40	200]
Декабрь	Nº1					

4	Комплекс № 2	1-3	90	15	75
Январь	Комплекс № 3	4	30	5	25
	Комплекс № 4	5, 6	60	10	50
	Комплекс № 5	7	30	5	25
	Базовые шаги «Кни ап» мах в сторону	8	30	5	25
	Базовые шаги «Шаг – бэк»	1	30	5	25
5	Комплекс № 6	2	30	5	25
Февраль	Непоседы «Барбарики»	3-8	180	30	150
6	Весёлое кружение	1	30	5	25
Март	Раз прыжок, два прыжок	2	30	5	25
	Мой весёлый звонкий мяч	3, 4	60	10	50
	Комплекс с мячом «Когда мои друзья со мной»	5-8	120	20	100
7 A rmorr	Комплекс с мячом «Когда мои друзья со мной»	1, 2	60	10	50
Апрель		2	20	~	25
	Базовые шаги в диагональ ном направлен ии	3	30	5	25
	Комплекс с мячом «Когда мои друзья со мной»	4	30	5	25
	Базовые шаги в диагональном направлении Комплекс	5	30	5	25

	«Неразлучные друзья» Подскоки Комплекс «Неразлучные друзья»	6	30	5	25	
	Комплекс «Неразлучные друзья»	7,8	60	10	50	
8	Комплекс № 7	1, 2	60	10	50	
Май	Комплекс «Неразлучные друзья»	3-5	90	15	75	
	Весёлый тренинг	6, 7	60	10	50	
	Итоговое занятие	8	30	5	25	Открытое занятие, посещение занятия руководителем
всего		64	2640	440	2200	
•			мин	мин.	мин.	
			(44	(7,33	(36,67	
			часа)	часов)	час)	