

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

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
ГБДОУ детский сад № 24
протокол № 1/26 от 28.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказ №69/2-0 от 17.09.2026г.
Заведующий, ГБДОУ 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 2026 - 2027 учебный год

Возраст обучающихся: 6 -7 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:

**Мерлина Эяна Владимировна,
педагог дополнительного образования**

Учебный план на 2026-2027 уч.год
6-7 лет

№, месяц	Название раздела, темы	Количество				Формы контроля
		Заняти й	Часов (минут)			
			Всего	Теория	Практика	
1 Октябрь	Вводное занятие.	1, 2	60	10	50	Наблюдение, ознакомительный мониторинг
	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	Тестирование, анализ занятий
	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	Самостоятельная работа
	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 Декабрь	Комплекс №1	1 - 8	240	40	200	

4 Январь	Комплекс № 2	1-2	60	10	50
	Комплекс № 3	3	30	5	25
	Комплекс № 4	4	30	5	25
	Комплекс № 5	5	30	5	25
	Базовые шаги «Кни ап» мах в сторону	6	30	5	25
5 Февраль	Базовые шаги «Шаг – бэк»	1	30	5	25
	Комплекс № 6	2	30	5	25
	Непоседы «Барбарики»	3-8	180	30	150
6 Март	Весёлое кружение	1	30	5	25
	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 Апрель	Комплекс с мячом «Когда мои друзья со мной»	1, 2	60	10	50
	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 :		62	1860 мин (31 час)	310 мин. (5 часов)	1550 мин. (26 часов)	