

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №64 комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
ГБДОУ № 64 комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол №3 от 31.08.2023

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий ГБДОУ № 64  
комбинированного вида  
Невского района Санкт-Петербурга  
Приказом № 11 от 11.09.2023  
Е.В. Тимофеева



**Подписано цифровой подписью: Тимофеева Елена  
Васильевна**

DN: E=uc\_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, ИНН ЮЛ=7710568760,  
OGRN=1047797019830, STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6,  
строение 1", L=г. Москва, C=RU, O=Казначейство России, CN=Казначейство  
России

Причина: Этот документ утверждён  
Местонахождение: Санкт-Петербург  
Дата: 11 Сентябрь 2023 г. 16:40:15

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

по реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Веселый каблучок» для детей 3-7 лет  
на 2023-2024 учебный год.

Санкт-Петербург

2023

## Учебный план работы по программе (3-7 лет)

№ п/п	Тема	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Азбука музыкального движения. Элементы русской пляски.	1	1		Наблюдение за детьми во время вводного занятия
2.	Тема 1.1. Ориентировка в пространстве. Исходные положения	1	1		Наблюдение
3.	Тема 1.2. Основные движения под музыку: виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).	1		1	Наблюдение
4.	Тема 1.3. Элементы русской пляски Ритм, ритмический рисунок	1		1	Наблюдение
5.	Тема 1.4. Контрастные темпы. Происхождение и особенности русского хоровода. Положение рук в русской пляске. Построения и перестроения, орнаментальные хороводы.	1		1	Наблюдение
6.	Тема 1.5. Хороводные шаги: топающий (топотушки, перетопы), дробный шаг. Движение по линии танца, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки	2		2	Наблюдение
7.	Тема 1.6. Хороводные шаги: приставной шаг, шаг с притопом. Перепляс. Танцевальные комбинации русских танцев	1		1	Наблюдение
8.	Тема 1.7. Танцевальные импровизации. Выступление на Новогоднем утреннике	1		1	Наблюдение
9.	Элементы ритмической гимнастики. Танцевальные	1		1	Наблюдение

	движения.				
<b>10.</b>	Тема 2.1 Выставление ноги на носок, на пятку с полуприседанием. Полуприсядка, «ковырялочка». Движение приставными шагами с носка, ходьба на полупальцах в колонне	1		1	Наблюдение
<b>11.</b>	Тема 2.2. Виды хлопков. Гимнастика для развития мышц и суставов плеч, рук, кистей, головы. Прыжки на 180* и обратно.	2		2	Открытое занятие для родителей
<b>12.</b>	Тема 2.3. Образные движения. Развитие «мышечного чувства»: расслабление и напряжение мышц корпуса, рук и ног.	2		2	Наблюдение
<b>13.</b>	Тема 2.4. Характерные движения. Упражнения на координацию движений: повороты головы с шагами, движение рук и головы	2		2	Наблюдение
<b>14.</b>	Тема 2.5. Парные пляски. Положения а парах. Кадрили. Упражнения на равновесие	2		2	Наблюдение
<b>15.</b>	Тема 2.6. Построения и перестроения группы: «Воротца», «Звёздочки», «Карусели». Упражнения: наклоны к ногам, упражнения на подвижность стопы и эластичность	2		2	Наблюдение
<b>16.</b>	Тема 2.7. Повторение и подведение итогов. Конкурс танцоров.	2		2	Наблюдение
<b>17.</b>	Элементы классического танца.	2		2	Наблюдение
<b>18.</b>	Тема 3.1. Основные позиции ног и рук в классическом танце	2		2	Наблюдение
<b>19.</b>	Тема 3.2. Музыкальный размер 3\4. Вальс, кружение «лодочкой». Менуэт, шаг менуэта.	2		2	Наблюдение

	Перестроения в танце. Постановка корпуса, осанка				
<b>20</b>	Тема 3.3. Полонез. Шаг полонеза. Характерные перестроения. Упражнения для выработки осанки, выворотности, эластичности и крепости коленного и тазобедренного суставов.	2		2	Наблюдение
<b>21</b>	Тема 3. 4. Перестроения в колонны по два, по четыре.	1		1	Мониторинг
	Танцевальные движения и современные танцы.				
	Тема 4.1. Первоначальные сведения по историческому танцу, происхождение и особенности эстрадных танцев. Движение в парах. Финский танец	1		1	
	Тема 4.2. Шаги польки. Галоп (прямой и боковой) в кругу по линии танца, в парах, лицом друг к другу. Поскоки на месте, кружение поскоками	1		1	
	<b>Итого:</b>	<b>32</b>			