

Календарно-тематическое планирование На 2025-2026 учебный год По программе «Скиппинг и фитбол», студия «Цирковая арена» Педагог Ларина М.В. 1-й год обучения, группа № 4 понед., суббота			Согласовано _____ (дата) зав. отделом _____	
№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Наименование раздела, тема занятия	Кол-во часов
•	01.09.25		Вводное занятие Обзор программы и репертуара. Инструктаж по ТБ.	2
•	06.09.25		ОФП Формирование навыков разминки	2
•	08.09.25		ОФП Комплекс упражнений для укрепления мышц спины	2
•	13.09.25		ОФП Комплекс упражнений для рук и на растяжку ног	2
•	15.09.25		ОФП Комплекс упражнений на шведской стенке	2
•	20.09.25		ОФП Виды прыжков, бега и ходьбы	2
•	22.09.25		ОФП Комплекс упражнений на подвижность плечевых суставов, на подвижность голеностопов.	2
•	27.09.25		ОФП Комплекс упражнений на фитболе	2
•	29.09.25		ОФП Комплекс упражнений со скакалкой	2
•	04.10.25		ОФП Веселые старты	2
•	06.10.25		Скиппинг История развития скиппинга. Виды прыжков	2
•	11.10.25		Скиппинг Обучение захода в маленькую скакалку. Вращение скакалки вперед –назад	2
•	13.10.25		Скиппинг Перешагивания через скакалку	2
•	18.10.25		Скиппинг Прыжки через скакалку на месте	2
•	20.10.25		Скиппинг Вращение скакалки вперед и прыжок на двух ногах через скакалку	2
•	25.10.25		Скиппинг Прыжки на двух ногах через скакалку назад	2

•	27.10.25		Скиппинг Прыжки скрестно	2
•	01.11.25		Скиппинг Выполнение прыжков на двух ногах, с бегом в маленькой скакалке.	2
•	03.11.25		Скиппинг Прыжки с ноги на ногу	2
•	08.11.25		Скиппинг Упражнения для прыгучести	2
•	10.11.25		Скиппинг Прыжки на одной ноге	2
•	15.11.25		Скиппинг Знакомство и отработка упражнения «колесо»	2
•	17.11.25		Скиппинг Прыжки с высоким подниманием колена	2
•	22.11.25		Скиппинг Прыжки «ноги врозь»	2
•	24.11.25		Скиппинг Прыжки с переменной ног	2
•	29.11.25		Скиппинг Прыжки через скакалку в стороны (поочередно прыгать вправо и влево).	2
•	01.12.25		Скиппинг Прыжки в продвижением назад	2
•	06.12.25		Скиппинг Бег с вращением скакалки вперёд	2
•	08.12.25		Скиппинг Прыжки в большой скакалке с центра	2
•	13.12.25		Скиппинг Правила захода и выхода в большую скакалку	2
•	15.12.25		Контрольные и итоговые занятия Контрольное занятие по Видам прыжков за первое полугодие	2
•	20.12.25		Фитбол История развития фитбола. Техника безопасности при работе с фитболом	2
•	22.12.25		Фитбол Упражнения на баланс: правильно сидеть и покачиваться	2
•	27.12.25		Фитбол Пружинистые покачивания на фитболе	2
•	29.12.25		Фитбол Базовые шаги с фитболом	2
•	10.01.26		Фитбол Упражнения для укрепления мышц спины с фитболом	2

•	12.01.26		Фитбол Ведение фитбола с ударами об пол	2
•	17.01.26		Фитбол Махи через фитбол, прыжки	2
•	19.01.26		Фитбол Прыжки на фитболе	2
•	24.01.26		Фитбол Прыжки с продвижением на фитболе	2
•	26.01.26		Фитбол Прыжки на фитболе через большую скакалку	2
•	31.01.26		Фитбол Прыжки на фитболе через большую скакалку	2
•	02.02.26		Фитбол Перекаты на фитболе	2
•	07.02.26		Фитбол Перекаты на фитболе	2
•	09.02.26		Фитбол Элемент «Рыбка» на фитболе с помощью педагога	2
•	14.02.26		Фитбол Отработка «рыбки» на фитболе	2
•	16.02.26		Фитбол Веселые старты	2
•	21.02.26		История циркового искусства Презентация по истории развития циркового искусства	2
•	28.02.26		История циркового искусства История советского цирка	2
•	02.03.26		История циркового искусства История российского цирка	2
•	07.03.26		История циркового искусства История цирка на Фонтанке	2
•	14.03.26		История циркового искусства История цирка на Цветном бульваре	2
•	16.03.26		История циркового искусства Цирковые династии	2
•	21.03.26		История циркового искусства История циркового училища ГУЦЭИ	2
•	23.03.26		Контрольные и итоговые занятия Контрольное занятие по фитболу	2
•	28.03.26		Постановочная деятельность Работа над концертным репертуаром	2
•	30.03.26		Постановочная деятельность Подготовка к концерту: сценарий	2
•	04.04.26		Постановочная деятельность Выбор костюмов, грима	2
•	06.04.26		Постановочная деятельность Выбор музыкального сопровождения	2

•	11.04.26		Постановочная деятельность Подбор прыжков на скакалке и упражнений на фитболе	2
•	13.04.26		Постановочная деятельность Выбор реквизита	2
•	18.04.26		Контрольные и итоговые занятия Контроль освоения программы первого года обучения	2
•	20.04.26		Постановочная деятельность Постановка номера "Шари-вари - скиппинг"	2
•	25.04.26		Постановочная деятельность Отработка номера «Шари-вари - скиппинг»	2
•	27.04.26		Постановочная деятельность Постановка номера «Акробатический этюд с фитболом»	2
•	02.05.26		Постановочная деятельность Репетиция номера «Акробатический этюд с фитболом»	2
•	04.05.26		Постановочная деятельность Прогон всех номеров в костюмах	2
•	11.05.26		Постановочная деятельность Репетиция всех номеров	2
•	16.05.26		Контрольные и итоговые занятия Игровое занятие «Веселая эстафета»	2
•	18.05.26		Контрольные и итоговые занятия Закрепление пройденного теоретического и практического материала за год обучения	2
•	23.05.26		Постановочная деятельность Заключительный прогон номеров	2
	25.05.26		Контрольные и итоговые занятия Отчётный концерт для родителей Подведение итогов года	2
			ИТОГО	144

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09.25	25.05.26	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
2					
3					
4					

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты	Декабрь. Май

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	<ul style="list-style-type: none"> • Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. • Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы. • Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. • Итоги учебного года и творческие перспективы. 	<p>Сентябрь</p> <p>В течение года</p> <p>Декабрь</p> <p>Май</p>
Совместные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> • Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. • Отчётные концерты • Посещение отчётного концерта ДЮТЦ. 	<p>В течение года</p> <p>Декабрь, Апрель</p> <p>Май</p>
Анкетирование родителей	<p>Анкеты, предлагаемые родителям</p> <p>в начале года</p> <p>в середине года</p> <p>в конце учебного года</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Январь</p> <p>Май</p>
Индивидуальные и групповые консультации	<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. • Групповая консультация • Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. • Индивидуальные консультации по физическому развитию учащихся и результатам их обучения по программе. 	<p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Февраль</p>

Календарно-тематическое планирование На 2025-2026 учебный год По программе «Скиппинг и фитбол», студия «Цирковая арена» Педагог Ларин М.В. 3-й год обучения, группа № 2 понед., суббота			Согласовано _____ (дата) зав. отделом _____	
№ п/п	Дата планируемая	Дата фактическая	Наименование раздела, тема занятия	Кол-во часов
•	01.09.25		Вводное занятие. Обзор программы. Инструктаж по ТБ.	2
•	06.09.25		Скиппинг Проведение разминки со скакалкой.	2
•	08.09.25		Скиппинг Упражнения со скакалкой для гибкости позвоночника	2
•	13.09.25		Скиппинг Упражнения со скакалкой для рук	2
•	15.09.25		Скиппинг Упражнения для прыгучести	2
•	20.09.25		Скиппинг Упражнения со скакалкой для развития общей координации, ловкости	2
•	22.09.25		Скиппинг Пробегание поточно через каждые оборот, на 2 или 3 оборота скакалки	2
•	27.09.25		Скиппинг Виды парных прыжков	2
•	29.09.25		Скиппинг Прыжки через вращающуюся параллельно земле скакалку	2
•	04.10.25		Скиппинг Прыжки на скорость	2
•	06.10.25		Скиппинг Прыжки на выносливость	2
•	11.10.25		Скиппинг Прыжки в присяде вперед и назад	2
•	13.10.25		Скиппинг Прыжки с полуоборотами	2
•	18.10.25		Скиппинг "Весёлые состязания по прыжкам"	2
•	20.10.25		Скиппинг Прыжки с продвижением вперед и назад в среднем темпе	2
•	25.10.25		Скиппинг Прыжки с продвижением вперед и назад в быстром темпе	2
•	27.10.25		Скиппинг Групповые простые прыжки	2
•	01.11.25		Скиппинг Групповые смешанные прыжки	2
•	03.11.25		Скиппинг	2

			Перепрыжки через большую скакалка	
•	08.11.25		Скиппинг Групповые прыжки в большой скакалке	2
•	10.11.25		Скиппинг Упражнения со скакалкой для развития общей координации, ловкости	2
•	15.11.25		Скиппинг Прыжки в большой скакалке с предметами	2
•	17.11.25		Скиппинг Прыжки через хула-хуп в большой скакалке	2
•	22.11.25		Скиппинг Прыжки с выполнением восьмерки хала-хупами через большую скакалку	2
•	24.11.25		Скиппинг Прыжки с простой круткой хула-хупа на руке	2
•	29.11.25		Скиппинг Парные и групповые прыжки на фитболах через большую скакалку	2
•	01.12.25		Скиппинг Прыжки с поворотами на 180 или 360 градусов через большую скакалку.	2
•	06.12.25		Скиппинг Прыжки в маленькой скакалке через большую скакалку	2
•	08.12.25		Скиппинг Обучение самостоятельной крутке большой скакалки	2
•	13.12.25		Скиппинг Эстафета с элементами скакалки. Зачет по прыжкам с предметами	2
•	15.12.25		Фитбол Техника безопасности при работе с фитболом. Разминка с фитболом под музыку	2
•	20.12.25		Фитбол Упражнения на растяжку с фитболом	2
•	22.12.25		Фитбол Упражнения для укрепления мышц спины с фитболом	2
•	27.12.25		Фитбол Стойка на лопатках с фитболом	2
•	29.12.25		Фитбол Перекаты на фитболе	2
•	10.01.26		Фитбол Мостик с фитболом	2
•	12.01.26		Фитбол	2

			Шпагат с фитболом	
•	17.01.26		Фитбол Колесо на одну руку с фитболом	2
•	19.01.26		Фитбол Стойка мостик на фитболе	2
•	24.01.26		Фитбол Зачет по выполнению упражнений Колесо и мостик с фитболом	2
•	26.01.26		Фитбол Групповые прыжки на фитболах через большую скакалку	2
•	31.01.26		Фитбол Полушпагат на фитболе	2
•	02.02.26		Фитбол Кувырок с фитболом	2
•	07.02.26		Фитбол Рондат с фитболом	2
•	09.02.26		Фитбол Стойка на лопатках с фитболом	2
•	14.02.26		Фитбол Работа с двумя фитболами	2
•	16.02.26		Фитбол Удержание баланса на двух фитболах	2
•	21.02.26		Фитбол Рыбка с вторым фитболом лёжа на первом	2
•	28.02.26		Фитбол Удержание ногами фитбола с переворотом назад	2
•	02.03.26		Фитбол Удержание ногами фитбола с переворотом вперед	2
•	07.03.26		Фитбол Колесо по кругу с фитболом	2
•	14.03.26		ОФП Упражнение стойка на лопатках с руками и без рук,	2
•	16.03.26		ОФП Упражнение складочка	2
•	21.03.26		ОФП Упражнение лягушка	2
•	23.03.26		ОФП Разножка, полушпагат, шпагат	2
•	28.03.26		ОФП Растяжка на шведской стенке	2
•	30.03.26		ОФП Упражнения с фитболом	2
•	04.04.26		ОФП Упражнение тачка	2

•	06.04.26		ОФП Ползанья	2
•	11.04.26		ОФП Упражнение бабочка	2
•	13.04.26		История циркового искусства Династия Бакдосаровы	2
•	18.04.26		История циркового искусства Тестирование по истории циркового искусства	2
•	20.04.26		Контрольные и итоговые занятия Эстафета с элементами скакалки. Зачет по прыжкам с предметами	2
•	25.04.26		Контрольные и итоговые занятия Разучивание концертного номера	2
•	27.04.26		Контрольные и итоговые занятия Разучивание концертного номера	2
•	02.05.26		Постановочная деятельность Подготовка к концерту: сценарий, выбор участников	2
•	04.05.26		Постановочная деятельность Подготовка к концерту: сценарий, выбор участников	2
•	11.05.26		Постановочная деятельность Выбор косюмов, грима, реквизита	2
•	16.05.26		Постановочная деятельность Генеральная репетиция в костюмах на сцене	2
•	18.05.26		Постановочная деятельность Генеральная репетиция в костюмах на сцене	2
•	23.05.26		Постановочная деятельность Подведение итогов. Концерт для родителей	2
•	25.05.26		Постановочная деятельность Подведение итогов. Концерт для родителей	2
			ИТОГО	144

Календарный учебный график

Год	Дата начала	Дата	Количество	Количество	Режим занятий
-----	-------------	------	------------	------------	---------------

обучения	занятий	окончания занятий	учебных недель	учебных часов	
1	01.09.25	25.05.26	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
2					
3					
4					

Воспитательная работа и массовые мероприятия

Мероприятие	Сроки
Посещение массовых мероприятий ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Участие в праздничных программах ДЮТЦ, района, города.	В течение года.
Отчётные концерты	Декабрь. Май

Взаимодействие педагога с родителями

Формы взаимодействия	Тема	Сроки
Родительские собрания	<ul style="list-style-type: none"> Организационное собрание. Презентация деятельности детского коллектива. Подготовка к выступлениям на концертах и конкурсах. Организационные вопросы. Подведение итогов за I полугодие. Творческие планы на II полугодие. Организационные вопросы. Итоги учебного года и творческие перспективы. 	<p>Сентябрь</p> <p>В течение года</p> <p>Декабрь</p> <p>Май</p>
Совместные мероприятия	<ul style="list-style-type: none"> Посещение детей с родителями праздничных мероприятий, района и города, концертных программ ДЮТЦ. Отчётные концерты Посещение отчётного концерта ДЮТЦ. 	<p>В течение года</p> <p>Декабрь, Апрель Май</p>
Анкетирование родителей	<p>Анкеты, предлагаемые родителям</p> <p>в начале года</p> <p>в середине года</p> <p>в конце учебного года</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Январь</p> <p>Май</p>
Индивидуальные и групповые консультации	<ul style="list-style-type: none"> Индивидуальные беседы с родителями о творческом развитии детей. Групповая консультация Беседа о культуре поведения на праздничных мероприятиях. Индивидуальные консультации по развитию физических способностей Индивидуальные консультации о физическом образовании. 	<p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Февраль</p> <p>Май</p>

--	--	--