

**муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова – на – Дону «Детский сад №111»**

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете

МБДОУ № 111

Протокол № 1 от «30» 08. 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 111

Ю.Г. Вerveкина

приказ № 288 от «01» 09. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЕ

**«Са-Фи-Дансе»
Ж.Е.Фирлева, Е.Г. Сайкина;
(подготовительная группа)**

(6-7 лет)

2023-2024 учебный год

Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования» (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 октября 2013 г. № 1155);
- Приказом Минпросвещения России от 15.05.2020 № 236 «Об утверждении порядка приема на обучение по образовательным программам дошкольного образования»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 31.07.2020 г. № 373 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования»;
- Комментарии к ФГОС дошкольного образования (приказ Министерства образования и науки РФ № 08-249 от 28.02.14);
- Методические рекомендации по использованию примерной основной образовательной программы дошкольного образования при разработке образовательной программы дошкольного образования в образовательной организации (письмо Министерства общего и среднего образования РО № 24\4.1.1-5025 от 14.08.15);
- Постановление Администрации города Ростова-на-Дону от 04.12.2019г, № 1120 «О внесении изменений в постановление Администрации города Ростова-на-Дону от 18.06.2012 № 462 «Об утверждении тарифов на платные образовательные услуги, предоставляемые муниципальными образовательными учреждениями Ворошиловского района города Ростова-на-Дону» (ред. от 16.11.2018);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СанПиН 2.4.3648-20);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.08.2021 №2 СанПиН 1.2.3685-21 ««Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Лицензия на право ведения образовательной деятельности (серия 61Ло1 № 0003107, регистрационный № 5442 от 13.08.2015г.);
- Устав МБДОУ № 111;

Направленность программы:

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

В период от трех до семи лет ребенок интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-ритмическая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно - сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Оздоровительно-развивающая программа по танцевально-игровой гимнастике направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста и рассчитана на четыре года обучения – от четырех до семи лет.

В программе «Са-Фи-Дансе» представлены различные разделы, но основными являются танцевально- ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Так, в танцевально – ритмическую гимнастику входят разделы: игроритмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Основной целью программы «Са-Фи-Дансе» является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию. Его отдельных органов и систем. Обучение по программе «Са-Фи-Дансе» создаёт необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

Основные задачи:

1. Укрепление здоровья:

- Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- Формировать правильную осанку;
- Содействовать профилактике плоскостопия;
- Содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:

- Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, проприоцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
- Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
- Развивать ручную умелость и мелкую моторику.

3. Развитие творческих и созидательных способностей:

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- воспитывать умения эмоционального выражения, закрепощенности и творчества в движениях;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Принципы построения программы:

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривающий учет возрастных особенностей и возможностей преемственность и постепенность усложнения заданий. Предлагаемые задания доступны для дошкольников и предполагают успешное преодоление трудностей путем физических и психологических усилий занимающихся. Например, ходьба на каждый счет, хлопки через счет способствуют исполнению в

дальнейшем более сложных сочетаний ритмического рисунка. Шаг на месте, переступание способствуют овладению танцевальными шагами.

Индивидуализация обучения заключается в учете индивидуальных особенностей ребенка. Так, например, детям робким, застенчивым предлагается показать какое-либо упражнение остальные детям, в игре предлагаются ведущие роли, что способствует освобождению детей от застенчивости и повышению интереса к занятиям.

Принцип постепенного повышения потребностей, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Принцип систематичности – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.

Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям. Для этого необходимо четко объяснять ребенку, что и как нужно выполнять, и почему именно так, а не иначе.

Принцип повторяемости материала, заключается в многократном повторении вырабатываемых двигательных навыков. Программным материалом предусмотрено многократное повторение упражнений, способствующих образовательного стереотипа. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо вносить в повторяющиеся упражнения некоторые изменения, или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.

Принцип гуманности выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в детском коллективе.

Принцип наглядности. На начальной стадии разучивания упражнения главенствует зрительный анализатор, поэтому очень важен высококачественный практический показ движений педагогом в сочетании с образным словом. После того, как разучивание движение переросло в навык, образно слово будет вызывать необходимые двигательные представления.

При организации занятий используются **методические приемы**, активизирующие у детей желание творчества: метод показа, словесный метод, музыкальное сопровождение, импровизационный метод, игровой метод.

Возраст детей:

Программа обучения рассчитана на детей младшей группы 6-7 лет.

Объём реализации программы:

2 занятия в неделю, 8 занятий в месяц, 64 академических часа, срок реализации программы составляет 8 месяцев.

Предполагаемые результаты:

- Научить ребенка чувствовать и ощущать музыкальный ритм;
- Формировать потребность к творческому самовыражению;
- Овладение детьми приемами, связками движений в танцевальных композициях;
- Развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, координационных способностей;
- Повышение работоспособностей и двигательной активности;

- Развитие парильной осанки;
- Привитие культуры общения между собой, в паре, в танце, с окружающими.

Занятия хореографией делятся на несколько видов. Основная часть занятия изменяется в зависимости от методов решения поставленных задач.

- **Обучающие занятия.** На занятиях мною детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На одно занятие может быть введено не более 2-3 комбинаций.

- **Закрепляющие занятия.** Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе со мной. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы моего помощника.

- **Итоговые занятия.** Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.

- **Постановочные занятия.** На занятии разучивается рисунок танца, дети учатся эмоционально передавать характер танца.

- **Импровизационная работа.** На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, заданную мною. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Приведенная ниже используемая мною последовательность творческих заданий способствует творческому развитию детей.

Разделы реализации программы:

- **«Игроритмика»** (основа для развития чувства ритма и двигательных способностей детей) - в данный раздел включены специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания, игры.

- **«Игрогимнастика»** (основа для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков) – в раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, упражнения на укрепление осанки, на расслабление мышц, дыхательные упражнения.

- **«Игротанцы»** (направлены на формирование у детей танцевальных движений) – в раздел входят танцевальные шаги, различные танцевальные формы (современный, ритмический, народный, бальный танцы), элементы хореографических упражнений.

- **«Танцевально-ритмическая гимнастика»** (физические упражнения, используемые в данном разделе оказывают определенное воздействие на детей, решаются конкретные задачи данной программы) - представлена образно-танцевальными композициями, которые имеют целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Все композиции объединяются в комплексы упражнений

- **«Игропластика»** (основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей) – в разделе используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме.

- **«Пальчиковая гимнастика»** (основа для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук) –

- **«Игровой самомассаж»** (основа закаливания и оздоровления детского организма) - упражнения

- **«Музыкально-подвижные игры»** - используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

- **«Игры-путешествия»** (или сюжетные занятия) (основа для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее) – включают все виды подвижной деятельности.

- **«Креативная гимнастика»** (создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и закрепощенности) – в раздел включены нестандартные упражнения, специальные задания, творческие игры.

Формы проведения итогов и способы проверки реализации программы:

Проведение диагностики в начале учебного года и в конце.

Проведение концертов, утренников.

Реализации рабочей программы:

Занятие следует начинать с организованного входа в зал, под музыку. Затем осуществляется построение и детям сообщается задача урока – чем они будут заниматься, что узнают нового, чему научатся на данном уроке. Если в конце урока дети ответят на вопросы педагога, то поставленные задачи урока можно считать почти выполненными.

Каждый урок в поурочном планировании программы «Са-Фи-Дансе» представляет собой единство содержательных, методических и организационных элементов. Нарушение этого единства приведет к снижению Эффективности урока и поставит под сомнение возможность решения педагогических задач.

Цель и общие задачи в программе «Са-Фи-Дансе» реализуются путем постановки частных задач на каждый урок, в формулировке которых педагог должен отразить конечный результат данного занятия. Частные задачи урока должны быть взаимосвязаны между собой и отвечать на вопросы: с чем знакомится ребенок? Что развивается или в дальнейшем совершенствуется в нем?

Для проведения урока педагогу необходимо владеть различными методами организации деятельности учащихся и способами проведения упражнений. Это построения, перестроения и передвижения, использование гимнастических снарядов, предметов и другого вспомогательного инвентаря.

Рекомендуется проводить занятия в сопровождении рассказов, речитативов, во время которых педагог предлагает детям выполнять цепь последовательных упражнений. Так создается ряд знакомых каждому ребенку образов, воображаемая игровая и ролевая ситуация, сюжет, правила для действий с предметами и без них. В сюжетных уроках предварительная подготовка создаст благоприятные условия для их проведения и освоения программного материала. Для этого можно заранее подготовить отличительные знаки, эмблемы, жетоны, а для подведения итогов занятий и награждения – грамоты, значки, медали. Желательно на таких уроках использовать маршрутные листы, обеспечить соответствующее теме оформление зала, подготовить костюмы.

Особое значение в проведении уроков имеет статус педагога, его речь, эмоциональный настрой, доброжелательное отношение к окружающим, активное участие в выполнении своей задачи. Все это создает атмосферу праздника и вызывает положительные эмоции участников.

Методические пособия и используемая литература:

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – СПб, 2000.- 220с.
2. Голицина Н.С. Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении.- М.: Скрипторий, 2003, 2006.-72с.
3. Давыдова М.А. Музыкальное воспитание в детском саду.-М.: Вако, 2006.-240 с.
4. Зарецкая Н., Роот З., Танцы в детском саду.-М.: Айрис-пресс, 2006.-112с.
5. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения.- Ярославль: Академия развития, 200.-112с.
6. Слуцкая С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.- М.: Линка-пресс, 2006.- 272с.
7. Суворова Т.И. Танцуй. Малыш!.-СПб.: Музыкальная палитра, 2006.-44с.
8. Суворова Т.И. Танцевальная ритмика для детей 4.- СПб.: Музыкальная палитра, 2006.-44с.
9. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей.-СПб.: Детство-пресс, 2006.-352 с.
10. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец «Фитнес-Данс»: Учебно-методическое пособие.-СПб.: Детство-пресс,2007-384 с.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Дата | № Занят ия | Содержание | Кол- во часов | Примечание |
|------|------------------|--|---------------------|------------|
| | 1 | <p>Игроритмика: Ходьба на счёт, хлопки через счет. Строевые приемы «Становись», «Разойдись», в образно-двигательных действиях</p> <p>Общеразвив. Упр.: Комбинированные упражнения в седах и положении лежа; Сед «по-турецки»; Прыжки на двух ногах</p> <p>Ритмич. танец: «Танец с хлопками»</p> <p>Танц. шаги: пружинка.</p> <p>Муз.подвиж.игра: «Дирижер-оркестр»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 2 | <p>Строев. Упр.: Шаг на месте, переменный шаг.</p> <p>Общеразвив. Упр.: Комбинированные упражнения в седах и положении лежа; Сед «по-турецки»; Прыжки на двух ногах</p> <p>Упр. «Ванька-встанька»</p> <p>Ритмич. танец: «Танец с хлопками»</p> <p>Муз.подвиж.игра: «Трансформеры»</p> <p>Игропластика: упражнения на развитие мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях.</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 3 | <p>Игроритмика: Ходьба на счёт, хлопки через счет. Строевые приемы «Становись», «Разойдись», в образно-двигательных действиях</p> <p>Общеразвив. Упр.: Комбинированные упражнения в седах и положении лежа; Сед «по-турецки»; Прыжки на двух ногах</p> <p>Ритмич. танец: «Танец с хлопками»</p> <p>Танц. шаги: пружинка.</p> <p>Муз.подвиж.игра: «Дирижер-оркестр»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 4 | <p>Строев. Упр.: Шаг на месте, переменный шаг.</p> <p>Общеразвив. Упр.: Комбинированные упражнения в седах и положении лежа; Сед «по-турецки»; Прыжки на двух ногах</p> <p>Упр. «Ванька-встанька»</p> <p>Ритмич. танец: «Танец с хлопками»</p> <p>Муз.подвиж.игра: «Трансформеры»</p> <p>Игропластика: упражнения на развитие мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях.</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 5 | <p>Строев. Упр.: Шаг на месте, переменный шаг.</p> <p>Муз.подвиж.игра: «Круг и кружочки»</p> <p>Общеразвив. Упр.: «Зарядка»</p> <p>Танц. шаги: пружинка</p> <p>Игроритмика: Хлопки и удары ногой а сильные и слабые доли такта</p> <p>Танц. ритмич. Гимнастика: «Марш»</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 6 | <p>Сюжетный-урок: «Охотники за приключениями»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Игра «По дорожке» 2. Танец «Слоненок» 3. Игра «Капканы» 4. Муз.подвиж. игра: «Найди предмет», «Танец с хлопками». 5. Игра «Колдуны» | 1 час | |
| | 7 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению</p> <p>Игроритмика: Хлопки и удары ногой а сильные и слабые доли такта</p> <p>Танц. Шаги: Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком</p> <p>Танц.упр.: Наклоны туловища, русский поклон.</p> <p>Ритмич. Танец: «Полька тройками»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Марш»</p> | 1 час | |

| | | | | |
|--|-----------|---|--------------|--|
| | | Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. | | |
| | 8 | <p>Строевые Упр.: Построение в шеренгу и клонну по сигналу. Повороты направо, налево по распоряжению. Повторить музыкально-подвижную игру для закрепления строевых действий и приемов</p> <p>Танц.Упр.: «Легает-не летает»</p> <p>Игроритмика: Ходьба под счёт. Хлопки и притопы на сильную долю.</p> <p>Муз.подвиж.игра: «Запев-припев»</p> <p>Общеразвив. упр.: с флажками.</p> <p>Ритмич. Танец: «Полька тройками»</p> <p>Игровой массаж: для кистей и пальчиков.</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 9 | <p>Строевые Упр.: Построение в шеренгу и клонну по сигналу. Повороты направо, налево по распоряжению. Повторить музыкально-подвижную игру для закрепления строевых действий и приемов</p> <p>Игроритмика: Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта</p> <p>Муз.подвиж.игра: «Запев-припев»</p> <p>Танц.шаги: припадание с поворотом.</p> <p>Ритмич. танец : «Московский рок»</p> <p>Общеразвив. упр.: с флажками.</p> <p>Игропластика: Упр. на развитие гибкости.</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 10 | <p>Строевые Упр.: Построение в шеренгу и клонну по сигналу. Повороты направо, налево по распоряжению. Повторить музыкально-подвижную игру для закрепления строевых действий и приемов</p> <p>Игроритмика: Ходьба под счёт. Хлопки и притопы на сильную долю.</p> <p>Танец: «С хлопками»</p> <p>Танц. шаги: Ковырялочка, гармошка.</p> <p>Ритмич. танец : «Московский рок»</p> <p>Танц.ритмич. гимнастика: «Марш»</p> <p>Муз. подвиж игра: «Круг и кружочки»</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 11 | <p>Строевые Упр.: Построение в шеренгу и клонну по сигналу. Повороты направо, налево по распоряжению. Повторить музыкально-подвижную игру для закрепления строевых действий и приемов</p> <p>Игроритмика: Ходьба под счёт. Хлопки и притопы на сильную долю.</p> <p>Танец: «С хлопками»</p> <p>Танц.ритмич. гимнастика: «Марш»</p> <p>Игропластика: упр. для развитие мышечной силы.</p> <p>Ритмич. танец : «Московский рок»</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 12 | <p>Строевые Упр.: Построение в шеренгу и клонну по сигналу. Повороты направо, налево по распоряжению. Повторить музыкально-подвижную игру для закрепления строевых действий и приемов</p> <p>Игроритмика: Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта</p> <p>Муз. Подвиж. Игра: «Группа, Смирно!»</p> <p>Танц.шаги: Шаг галопа вперед и в стороны. Шаг полька, подскок.</p> <p>Ритмич. танец: «Полька»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища.</p> | 1 час | |
| | | <p>Строевые Упр.: Построение в шеренгу. Повороты налево, направо.</p> <p>Игроритмика: Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта</p> <p>Муз. Подвиж. Игра: «Группа, Смирно!»</p> <p>Танц. Шаги: Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг полька,</p> | | |

| | | | |
|----|---|-------|--|
| 13 | шаг с подскоком. Ритмич. танец: «В ритме польки» Танц.ритмич.гимнастика: «Всадник» Пальч.гимнастика: Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях со стихами и речитативом | 1 час | |
| 14 | Строев. упр.: «Летает-не летает» Игроритмика: Ходьба на счет и хлопки через счет. Танц. Шаги: Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг полька, шаг с подскоком Муз.подвиж игра: «Запев-припев» Общеразвив. упр.: «Зарядка» Ритмич. танец: «Полька тройками» Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища. | 1 час | |
| 15 | Игроритмика: Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта Муз.подвиж игра: «Запев-припев» Танц. шаги: Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны. Танц. ритмич. гимнастика: «упр. с флажками» Игропластика: Упр. на развитие мышечной силы. Упр. на расслабление Строевые Упр: Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Построение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам мышц, дыхательные и на укрепление осанки. | 1 час | |
| 16 | Строевые Упр: Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Построение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам Игроритмика: Ходьба на счет и хлопки через счет. Ритмич. танец: «Танец с хлопками», «Московский рок» Танц.шаги: Ковырялочка, гармошка. Танц.ритмич. гимнастика: «Марш» Муз. игра: «Круг и кружочки» Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. | 1 час | |
| 17 | Сюжетный-урок: «Морские учения» Разн.ходьба: обычная, приставной, с высоким подниманием бедра, змейка. Игра: «Стоп, хлоп, раз» Танц. ритмич. гимнастика: «упр. с флажками» Муз. игра: «Круг и кружочки» Танец: «С хлопками» Игра: «Товарищи матросы» | 1 час | |
| 18 | Строевые Упр: Построение в шеренгу. Повороты направо, налево по распоряжению. Построение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот Танц.нц. шаги: Комбинация из ранее изученных шагов. Ритмич. танец: «Полька тройками» Танц.ритмич. гимнастика: «Три поросёнка» Муз.творч.игра: «Займи место» Игропластика: «винтик», «ходики», «улитка», «мост», «лягушка». Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. | 1 час | |
| 19 | Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот Хор. упр.: «носок-пятка-вперед и в сторону». Танц. шаги: Ковырялочка, тройной притоп. Танц.ритмич. гимнастика: «Три поросёнка» Муз.подвиж. игра: «Горелки» Игра: «Киселек» Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. | 1 час | |

| | | | | |
|----|--|---|-------|--|
| 20 | | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу. Повороты направо, налево по распоряжению. Построение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам</p> <p>Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот</p> <p>Танц.нц. шаги: Комбинация из ранее изученных шагов.</p> <p>Ритмич. танец: «Полька тройками»</p> <p>Танц.ритмич. гимнастика: «Три поросёнка»</p> <p>Муз.творч.игра: «Займи место»</p> <p>Игропластика: «винтик», «ходики», «улитка», «мост», «лягушка».</p> <p>Упр. На расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| 21 | | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам.</p> <p>Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот</p> <p>Муз. Подвиж. Игра: «Пятнашки»</p> <p>Хореограф. Упр.: Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры</p> <p>Танц. Шаги: Пружинистые движения ногами на полуприседе «Кик-движение»</p> <p>Бальный танец: «Педеграс»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Ванечка-пастух»</p> <p>Пальч.гимнастика: Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях со стихами и речитативом</p> | 1 час | |
| 22 | | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам.</p> <p>Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот</p> <p>Хореограф. Упр.: Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры</p> <p>Танц. Шаги: Пружинистые движения ногами на полуприседе «Кик-движение»</p> <p>Бальный танец: «Педеграс»</p> <p>Муз. Подвиж. Игра: «Пятнашки»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Ванечка-пастух»</p> <p>Пальч.гимнастика: Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях со стихами и речитативом</p> | 1 час | |
| 23 | | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам.</p> <p>Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот</p> <p>Муз. Подвиж. Игра: «Пятнашки»</p> <p>Хореограф. Упр.: Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры</p> <p>Танц. Шаги: Пружинистые движения ногами на полуприседе «Кик-движение»</p> <p>Бальный танец: «Педеграс»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Ванечка-пастух»</p> <p>Пальч.гимнастика: Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях со стихами и речитативом</p> | 1 час | |
| 24 | | <p>Сюжетный урок «Путешествие в спорландию»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Подготовка к празднику. Построение в шеренгу, сообщение задач урока 2. «Организация» - Ходьба под музыку с различными видами фигурной маршировки 3. «Тренировка» - выполнение общеразвивающих упражнений «Богатырская сила» С. Намин 4. «Открытие игр» -танец «Педеграс» 5. Знакомство с олимпийскими видами спорта. «Легкая атлетика», игра «пятнашки» 6. Гимнастика – выполнение изученных акробатических упражнений 7. Танец «Модный рок» 8. Подведение итогов занятия | 1 час | |
| 25 | | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной</p> | | |

| | | | | |
|--|-----------|---|--------------|--|
| | | <p>колонны в две по выбранным водящим. Размыкания по ориентирам</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж.игра: «Волк во рву»</p> <p>Танц. шаги: Переменный шаг, шаг с притопом, припадание.</p> <p>Бальный танец: «Педеграс»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Четыре таракана и сверчок»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 26 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж.игра: «Группа, смирно!»</p> <p>Танц. шаги: Переменный шаг, шаг с притопом, припадание.</p> <p>Ритмич. Танец: «Макарена»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Четыре таракана и сверчок»</p> <p>Игропластика: Специальные упражнения для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 27 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Размыкания по ориентирам</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж.игра: «Волк во рву»</p> <p>Танц. шаги: Переменный шаг, шаг с притопом, припадание.</p> <p>Бальный танец: «Педеграс»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Четыре таракана и сверчок»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 28 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж.игра: «Группа, смирно!»</p> <p>Танц. шаги: Переменный шаг, шаг с притопом, припадание.</p> <p>Ритмич. Танец: «Макарена»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Четыре таракана и сверчок»</p> <p>Игропластика: Специальные упражнения для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 29 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колоны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам</p> <p>Муз.подвиж игра: на закрепление строевых действий</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Танц. шаги: Комбинация из изученных танцевальных шагов</p> <p>Ритмич. Танец: «Макарена»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |

| | | | | |
|--|----|---|-------|--|
| | 30 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам</p> <p>Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот</p> <p>Общеразвив. упр. с предметами: упражнения с лентой</p> <p>Акробат. упр.: Группировка в приседе и седе на пятках.</p> <p>Перекаты вправо – влево из группировки в седе на пятках с опорой на предплечья.</p> <p>Ритмич. танец: «Русский хоровод» Б.Карамышев</p> <p>Муз. подвиж. игра: «Пятнашки»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 31 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам</p> <p>Муз.подвиж игра: на закрепление строевых действий</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Танц. шаги: Комбинация из изученных танцевальных шагов</p> <p>Ритмич. Танец: «Макарена»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 32 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам</p> <p>Игроритмика: Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот</p> <p>Общеразвив. упр. с предметами: упражнения с лентой</p> <p>Акробат. упр.: Группировка в приседе и седе на пятках.</p> <p>Перекаты вправо – влево из группировки в седе на пятках с опорой на предплечья.</p> <p>Ритмич. танец: «Русский хоровод» Б.Карамышев</p> <p>Муз. подвиж. игра: «Пятнашки»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 33 | <p>Сюжетный урок «Маугли»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вход под музыку в зал «Маугли» «Упражнения в ходьбе» 2. Упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Воробьиная дискотека» 3. Игра «Ловля обезьян» 4. Танец «Макарена» <p>Подведение итогов занятия</p> | 1 час | |
| | 34 | <p>Игроритмика: Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет – небольшими прыжками с ноги на ногу</p> <p>Муз. подвиж. игра: «Пятнашки»</p> <p>Строевые Упр: Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам</p> <p>Общеразвив. упр. с предметами: упражнения с лентой</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Облака» С. Козлова</p> <p>Акробат. упр.: Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях</p> <p>Ритмич. танец: «Русский хоровод» Б.Карамышев</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 35 | <p>Игроритмика: Выполнение движений туловищем в различном темпе</p> <p>Муз. подвиж. игра: «Пятнашки»</p> <p>Строевые Упр: Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам</p> <p>Общеразвив. упр. с предметами: упражнения с лентой</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Облака» С. Козлова</p> <p>Ритмич. танец: «Травушка-муравушка».</p> <p>Игропластика: Специальные упражнения для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |

| | | | | |
|----|--|---|-------|--|
| 36 | | <p>Игроритмика: Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет – небольшими прыжками с ноги на ногу</p> <p>Муз. подвиж. игра: «Пятнашки»</p> <p>Строчные Упр: Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам</p> <p>Общеразвив. упр. с предметами: упражнения с лентой</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Облака» С. Козлова</p> <p>Акробат. упр.: Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях</p> <p>Ритмич. танец: «Русский хоровод» Б.Карамышев</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| 37 | | <p>Игроритмика: Выполнение движений туловищем в различном темпе</p> <p>Муз. подвиж. игра: «Пятнашки»</p> <p>Строчные Упр: Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам</p> <p>Общеразвив. упр. с предметами: упражнения с лентой</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Облака» С. Козлова</p> <p>Ритмич. танец: «Травушка-муравушка».</p> <p>Игропластика: Специальные упражнения для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| 38 | | <p>Строчные Упр: Перестроение в шеренгу. размыкание по ориентирам</p> <p>Игроритмика: Выполнение движений туловищем в различном темпе.</p> <p>Ритмич. танец: «Травушка-муравушка».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух»</p> <p>Муз. подвиж. игра: «Пятнашки»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| 39 | | <p>Сюжетный урок «Цветик-семицветик»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вход в зал под песню «Все сбывается на свете» 2. Танец «Утят» 3. Танц. ритмич. гимнастика: «Всадник» 4. Упр. танцевально-ритм. гимнастики: «Облака» 5. Игра «Волшебный веселый бубен» 6. Танц. ритмич. упр.: «Чебурашка» 7. Подведение итогов занятия | 1 час | |
| 40 | | <p>Строчные Упр: Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Повороты направо,налево по распоряжению</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Танц. шаги: Комбинации на изученных танцевальных шагах</p> <p>Танец: «Кик»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |

| | | | | |
|--|----|---|-------|--|
| | 41 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение динамики музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 42 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Повороты направо,налево по распоряжению</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Танц. шаги: Комбинации на изученных танцевальных шагах</p> <p>Танец: «Кик»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 43 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение динамики музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 44 | <p>Строевые Упр: Построение в круг</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения «Мальчики пляшут, девочки танцуют»</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 45 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу. колонну и круг по звуковому сигналу.</p> <p>Муз. подвиж.игра: для закрепления навыка построения в шеренгу, колонну и круг.</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Современник»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |

| | | | |
|----|---|-------|--|
| 46 | <p>Строевые Упр: Построение в круг</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения «Мальчики пляшут, девочки танцуют»</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| 47 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу. колонну и круг по звуковому сигналу.</p> <p>Муз. подвиж. игра: для закрепления навыка построения в шеренгу, колонну и круг.</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Современник»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| 48 | <p>Сюжетный урок «Искатели клада»</p> <p>Построение в шеренгу. Сообщение задач урока</p> <p>Перестроение в круг. Общеразвив. упражнения</p> <p>Упражнения для глаз</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Ходьба по препятствиям</p> <p>Муз. игра : «Найди предмет»</p> <p>Танец «Давай танцуй»</p> <p>Подведение итогов занятия</p> | 1 час | |
| 49 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам</p> <p>Муз. подвиж. игра: «К своим флажкам»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Приходи, сказка»</p> <p>Ритмич. танец: «Современник»</p> <p>Криативная гимнастика: Музыкально-творческие игры на упражнениях танцевально-ритмической гимнастики «Бег по кругу»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| 50 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам</p> <p>Муз. подвиж. игра: «К своим флажкам»</p> <p>Игроритмика: Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки, удары ногой на сильные и слабые доли такта.</p> <p>Ритмич. танец: «Артековская полька»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Приходи, сказка»</p> <p>Криативная гимнастика: Музыкально-творческие игры на упражнениях танцевально-ритмической гимнастики «Бег по кругу»</p> | 1 час | |
| 51 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам</p> <p>Муз. подвиж. игра: «К своим флажкам»</p> <p>Игроритмика: Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки, удары ногой на сильные и слабые доли такта.</p> <p>Ритмич. танец: «Артековская полька»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Приходи, сказка»</p> <p>Криативная гимнастика: Музыкально-творческие игры на упражнениях танцевально-ритмической гимнастики «Бег по кругу»</p> | 1 час | |

| | | | | |
|--|----|---|-------|--|
| | 52 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам Муз. подвиж.игра: «К своим флажкам» Игроритмика: Ходьба на каждый счет и через счет. Хлопки, удары ногой на сильные и слабые доли такта. Ритмич. танец: «Артековская полька» Танц. ритмич. гимнастика: «Приходи, сказка» Пальчиковая гимнастика: Общеразвив. упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях со стихами и речитативом Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 53 | <p>Сюжетный урок «Клуб веселых человечков» «Знакомство» - Построение в шеренгу. «В гостях у Петрушки» - танец «Артековская полька» «В гостях у карандаша» - упр. танцевально-ритм. гимнастики «Ванечка-пастух» «В гостях у Незнайки» - муз. подвиж.игра «К своим флажкам» «В гостях у Буратино» - креативная гимнастика «Бег по кругу» «В гостях у Пончика» - упражнение «Велосипед» с речитативом Подведение итогов занятия</p> | 1 час | |
| | 54 | <p>Строевые Упр: Построение в круг Игроритмика: Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно Муз. подвиж.игра: для закрепления навыка построения в шеренгу, колонну и круг Ритмич. танец: «Русский хоровод» Танц. ритмич. гимнастика: «Черный кот» Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях Игровой массаж: Поглаживание растирание рук, ног в положении сидя. Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 55 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу Подвижная игра: «Гулливвер и лилипуты» Танец: «Кик» Ритмич. танец: «Русский хоровод», «Макарена» Танц. ритмич. гимнастика: «Черный кот» Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях Игровой массаж: Поглаживание Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 56 | <p>Строевые Упр: Построение в круг Игроритмика: Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно Муз. подвиж.игра: для закрепления навыка построения в шеренгу, колонну и круг Ритмич. танец: «Русский хоровод» Танц. ритмич. гимнастика: «Черный кот» Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях Игровой массаж: Поглаживание растирание рук, ног в положении сидя. Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |

| | | | | |
|--|----|--|-------|--|
| | 57 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу Подвижная игра: «Гулливвер и лилипуты» Танец: «Кик» Ритмич. танец: «Русский хоровод», «Макарена» Танц. ритмич. гимнастика: «Черный кот» Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях Игровой массаж: Поглаживание Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 58 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу Подвижная игра: «Гулливвер и лилипуты» Танец: «Кик» Ритмич. танец: «Русский хоровод», «Макарена» Танц. ритмич. гимнастика: «Черный кот» Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях Игровой массаж: Поглаживание Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 59 | <p>Строевые Упр: Построение в круг Игроритмика: Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно Подвижная игра: «Гулливвер и лилипуты» Бальный танец: «Педеграс» Ритмич. танец: «Давай танцуй» Танц. ритмич. гимнастика: «Черный кот» Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 60 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в три по выбранному водящим игровым способом Муз. подвиж. игра: «Музыкальные змейки» Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу» Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 61 | <p>Строевые Упр: Построение в круг Игроритмика: Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно Подвижная игра: «Гулливвер и лилипуты» Бальный танец: «Педеграс» Ритмич. танец: «Давай танцуй» Танц. ритмич. гимнастика: «Черный кот» Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 62 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в три по выбранному водящим игровым способом Муз. подвиж. игра: «Музыкальные змейки» Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу» Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 63 | <p>Строевые Упр: Перестроение из одной колонны в три по выбранному водящим игровым способом Муз. подвиж. игра: «Музыкальные змейки» Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу» Игровой самомассаж: Поглаживание и растирание отдельных частей тела в образно игровой форме Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки</p> | 1 час | |

| | | | | |
|--|----|---|-------|--|
| | 64 | <p align="center">Сюжетный урок «Приходи, сказка!»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Подготовка к путешествию» - игра «Музыкальные змейки» 2. «Королевство лилипутов» - игра на внимание «Гулливер и лилипуты» 3. Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу» 4. Упр. танцевально- ритмич. гимнастики: «Приходи, сказка!» 5. Игра «В мире много сказок» 6. Подведение итогов занятия | 1 час | |
| | 65 | <p>Строчные Упр: Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Повороты направо,налево по распоряжению</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Танц. шаги: Комбинации на изученных танцевальных шагах</p> <p>Танец: «Кик»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 66 | <p>Строчные Упр: Построение в шеренгу</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение динамики музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 67 | <p>Строчные Упр: Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Повороты направо,налево по распоряжению</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Танц. шаги: Комбинации на изученных танцевальных шагах</p> <p>Танец: «Кик»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игропластика: Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |

| | | | | |
|--------------|----|--|---------|--|
| | 68 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу</p> <p>Игроритмика: Гимнастическое дирижирование – тактирование на муз.размер 2/4</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение динамики музыкального произведения</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 69 | <p>Строевые Упр: Построение в круг</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения «Мальчики пляшут, девочки танцуют»</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 70 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу. колонну и круг по звуковому сигналу.</p> <p>Муз. подвиж. игра: для закрепления навыка построения в шеренгу, колонну и круг.</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Современник»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 71 | <p>Строевые Упр: Построение в круг</p> <p>Муз. подвиж. игра: на определение характера музыкального произведения «Мальчики пляшут, девочки танцуют»</p> <p>Ритмич. танец: «Давай танцуй».</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Игровой массаж: Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| | 72 | <p>Строевые Упр: Построение в шеренгу. колонну и круг по звуковому сигналу.</p> <p>Муз. подвиж. игра: для закрепления навыка построения в шеренгу, колонну и круг.</p> <p>Хореограф. упр.: Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную позицию у опоры.</p> <p>Ритмич. танец: «Современник»</p> <p>Танц. ритмич. гимнастика: «Зарядка», «Всадник», «Ванечка-пастух», «Четыре таракана и сверчок», «Бег по кругу»</p> <p>Упр. на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p> | 1 час | |
| ИТОГО | 72 | | 72 часа | |