

РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА

Педагогическим советом:

Протокол № 1 от 26.08.2025

УТВЕРЖДЕНА

Заведующим МБДОУ

«Детский сад №23»

 Ю.С. Илатовская

Приказ № 01-12/91 от 26.08.2025



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Ритмика» (возраст обучающихся 4-5 лет)

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: для детей 4-5 лет

Форма проведения занятия: групповая

Срок реализации: 8 месяцев

Автор-составитель: Дячук Елена

Викторовна, хореограф

Барнаул
2025

Содержание

I.	Целевой раздел.....	3
1.1.	Пояснительная записка.....	3
1.1.1.	Цели и задачи программы.....	3
1.1.2.	Принципы и подходы к формированию программы.....	4
1.2.	Возрастные особенности обучающихся 4-5 лет.....	4
1.3.	Планируемые результаты освоения программы.....	5
II.	Содержательный раздел.....	6
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направленностью программы.....	6
2.2.	Условия реализации программы.....	8
2.2.1.	Материально-технические условия реализации программы.....	8
2.2.2.	Организационно-педагогические условия реализации программы....	9
2.3.	Учебный план	10
2.4.	Расписание занятий.....	10
2.5.	Календарный учебный график	11
2.6.	Календарно-тематическое планирование.....	12
Приложение 1		
Лист изменений		

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмика» (далее – программа) спроектирована на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад №23».

Актуальность программы.

В настоящее время существует много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это танцевально-игровая ритмика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях, танцах и играх. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт занятию привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей обучающихся.

Практическая значимость.

И. М. Сеченов писал: «Не умеешь двигаться – не умеешь познавать мир, знания такой души перекошены на один бок». Опираясь на выше сказанные слова, можно с уверенностью считать, что музыкально - ритмические движения (упражнения, танцы, музыкально-подвижные игры и т. д.) автоматически становятся приоритетным видом деятельности развития дошкольников. Дошкольный возраст является основным периодом в организации процесса обучения музыкально – ритмическим движениям. Именно в этом возрасте необходимо воспитывать в детях «мышечные чувства», которые в свою очередь способствуют успешной работе мозга. Обучение музыкально – ритмическим движениям, является универсальным средством развития у детей музыкального слуха, памяти, внимания, выразительности движений, творческого воображения.

1.1.1. Цели и задачи программы

Цель: всестороннее развитие обучающихся, развитие музыкальности и ритма на занятиях, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств обучающихся средствами музыки и ритмических движений.

Задачи программы:

1. Формировать правильную постановку корпуса ног, головы и рук.

2. Воспитывать самостоятельность в исполнении музыкально-ритмических композиций.
3. Побуждать обучающихся к творчеству, обучать детей основам танца.

1.1.2. Принципы и подходы к формированию программы

Программа построена на основе следующих принципов:

1. Комфортность: атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха.
2. Погружение каждого ребенка в творческий процесс: реализация творческих задач достигается путем использования в работе активных методов и форм обучения.
3. Опора на внутреннюю мотивацию: с учетом опыта ребенка создание эмоциональной вовлеченности его в творческий процесс, что обеспечивает естественное повышение работоспособности.
4. Постепенность: переход от совместных действий взрослого и ребенка, ребенка и сверстников к самостоятельным; изучение материала от простого к сложному; «открытие новых знаний».
5. Вариативность: создание условий для самостоятельного выбора ребенком способов работы, типов творческих заданий, материалов, техники и др.
6. Индивидуальный подход: создание в творческом процессе раскованной, стимулирующей творческую активность ребенка атмосферы. Учитываются индивидуальные психофизиологические особенности каждого ребенка и группы в целом. В основе лежит комплексное развитие всех психических процессов и свойств личности в процессе совместной (дети - дети, дети - родители, дети - педагог) продуктивно-творческой деятельности, в результате которой ребенок учится вариативно мыслить, запоминать, придумывать новое, решать нестандартные задачи, общаться с разными людьми и многое другое.
7. Принцип взаимного сотрудничества и доброжелательности: общение с ребенком строится на доброжелательной и доверительной основе.
8. Принцип интеграции: интегративный характер всех аспектов развития личности ребёнка дошкольного возраста: общекультурных, социально-нравственных, интеллектуальных.

1.2. Возрастные и индивидуальные особенности обучающихся 4-5 лет

Обучающиеся 4-5 лет способны выделять и сравнивать признаки отдельных явлений, в том числе и музыкальных, устанавливать между ними связи. В этом возрасте обучающийся не только предпочитает тот или иной вид музыкальной деятельности, но и избирательно относится к различным ее сторонам. Дети этого возраста проявляют в движении ловкость, быстроту, умение двигаться и ориентироваться в пространстве, в коллективе. Больше внимания обращают на звучание музыки, лучше согласовывают движения с ее характером, формой, динамикой. В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа,

средств музыкальной выразительности. Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми среднего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

1. Показывает выразительность и непосредственность движений под музыку.
2. Умеет точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности.
3. Запоминает и самостоятельно исполняет композиции.
4. Использует разнообразные виды движений в импровизации под музыку.

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направленностью программы

Художественная направленность

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Приоритетные задачи: развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

Развитие музыкальности:

- воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;
- для слушания: включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных произведений изобразительного характера композиторов-классиков («Детский альбом» П. Чайковского, «Бирюльки» М. Майкапара);
- развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);
- развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;
- развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выразить это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.

Развитие двигательных качеств и умений:

Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

Основные:

- ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;
- бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);
- прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;

- общеразвивающие упражнения на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность);
- упражнения на гибкость, плавность движений;
- имитационные движения разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения.
- плясовые движения – элементы народных плясок, доступных по координации.

Развитие умений ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

Развитие творческих способностей:

- воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;
- формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;
- развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.

Развитие и тренировка психических процессов:

- развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;
- развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;
- развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.

Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:

- воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;
- формирование чувства такта;
- воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.

Структура занятия состоит из трех частей:

I часть включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе. По длительности – 1/3 часть общего времени занятия.

II часть включает задания с большой двигательной активностью, разучивание новых движений. По длительности – 2/3 общего времени занятия.

III часть включает музыкальные игры, творческие задания, комплекс упражнений на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2-3 минуты.

Методы и приемы, используемые при реализации программы с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся

Методы реализации программы

- Игровой метод;
- Метод комбинированных движений, переходящие в небольшие учебные этюды;
- Метод показа;
- Метод повторения;
- Метод объяснения.

Методические приемы, используемые при реализации программы

- показ образца выполнения движения без музыкального сопровождения, под счет;
- выразительное исполнение движения под музыку;
- словесное пояснение выполнения движения;
- внимательное отслеживание качества выполнения упражнения и его оценка;
- творческие задания.

Методические приемы варьируются в зависимости от используемого ритмического материала, его содержания; объема программных умений; этапа разучивания материала; индивидуальных особенностей обучающихся.

2.2. Условия реализации программы

2.2.1. Материально-технические условия реализации программы

Занятия проходят в музыкальном зале ДООУ, его площадь составляет 52,8 кв.м.

Оснащение: детские стулья, шкафы, музыкальный центр, зеркальная стена, станок.

Примерное оснащение развивающей предметно-пространственной среды:

Музыкальные инструменты: ложки – 15 шт., маракасы – 15 шт., платочки – 15 шт., ленточки – 15 шт., флажки – 15 шт., обручи – 15 шт., фонотека.

Костюмы:

Красная шапочка – 1 шт.
Шапочки зайчика – 15 шт.
Костюмы мишек – 15 шт.
Костюмы поварят – 15 шт.
Шапочки ромашек, букашек – 15 шт.

Методическое обеспечение программы:

1. Буренина А. И. *Ритмическая мозаика: (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста).* — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000. - 220 с.
2. Слуцкая С.Л. *Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду.* – М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2006. – 272 с.

2.2.2. Организационно-педагогические условия реализации программы

Направленность программы – художественная.

Адресат программы: срок обучения по программе составляет 8 месяцев и реализуется с обучающимися 4-5 лет.

Занятия проводятся в очной форме, групповые, 2 раза в неделю. Длительность занятий - 20 мин., общее количество часов в год - 64. Группы формируются с обучающимися одного возраста от 5 до 20 человек в группе. Программа реализуется в свободное время от основной образовательной деятельности по образовательной программе дошкольного образования МБДОУ «Детский сад №23».

Кадровые условия:

Педагогическая деятельность по реализации данной Программы может осуществляться лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование в соответствии с направленностью данной программы (художественная) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

МБДОУ «Детский сад №23» вправе привлекать к занятию педагогической деятельностью по Программе лиц, обучающихся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ, и успешно прошедших промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

Формы подведения итогов: участие в конкурсах, показательные выступления, итоговое занятие (концерт), анализ достижений, педагогические наблюдения.

Оценочные материалы:

Для отслеживания результативности образовательного процесса проводятся педагогические наблюдения развития обучающихся, результаты проведенных наблюдений фиксируются в карте (приложение 1).

2.3. Учебный план

Учебный план

реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика» (возраст обучающихся 4-5 лет)
на 2025/2026 учебный год

№ п/п	Наименование ПОУ	Количество часов		
		в неделю	в месяц	в год
1	«Ритмика» (возраст обучающихся 4-5 лет)	2	6-9	64

2.4. Расписание занятий

Расписание занятий на 2025/2026 учебный год

№ п/п	Платная образовательная услуга	День недели	Время
1	Ритмика	Вторник	16.30-16.50
		Четверг	16.30-16.50

2.5. Календарный учебный график на 2025/2026 учебный год

Сентябрь 2025						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	///	///	///	///	///
///	///	///	///	///	///	///

Декабрь 2025						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	///	///	///	///
///	///	///	///	///	///	///

Октябрь 2025						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
///	///	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	///	///
///	///	///	///	///	///	///

Январь 2026						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
///	///	///	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	///
///	///	///	///	///	///	///

Ноябрь 2025						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
///	///	///	///	///	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
///	///	///	///	///	///	///

Февраль 2026						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
///	///	///	///	///	///	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	///
///	///	///	///	///	///	///

Март 2026						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
///	///	///	///	///	///	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	///	///	///	///	///

Апрель 2026						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
///	///	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	///	///	///
///	///	///	///	///	///	///

Май 2026						
п	вт	ср	чт	пт	с	в
///	///	///	///	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
///	///	///	///	///	///	///

	- выходные дни
	- праздничные дни
	- учебные дни

2.6. Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Содержание работы с детьми
Октябрь Тема: «Осенний листопад»	
1,2	1. Разминка (поклон, марш по кругу, лёгкий бег). 2. Дыхательная гимнастика «Гуси летят». 3. Игровой стретчинг «Дерево», «Лошадка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Вальс листочков» Л.Горцуева. 5. Игровой самомассаж, релаксация.
3,4	1. Разминка (поклон, марш по кругу, лёгкий бег). 2. Дыхательная гимнастика «Гуси летят». 3. Игровой стретчинг «Дерево», «Лошадка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Вальс листочков» Л.Горцуева. 5. Музыкальная игра «Весёлый паровозик». 6. Игровой самомассаж, релаксация.
5,6	1. Разминка (поклон, марш по кругу, лёгкий бег). 2. Дыхательная гимнастика «Гуси летят». 3. Игровой стретчинг «Дерево», «Лошадка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Вальс листочков» Л.Горцуева. 5. Музыкальная игра «Весёлый паровозик». 6. Игровой самомассаж, релаксация.
7,8	1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках). 2. Дыхательная гимнастика «Ёжик». 3. Игровой стретчинг «Кошка», «Дуб». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Красная шапочка».
Ноябрь Тема: «Подарок для мамы»	
10	1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках). 2. Дыхательная гимнастика «Ёжик». 3. Игровой стретчинг «Кошка», «Дуб». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Красная шапочка».
11,12	1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках). 2. Дыхательная гимнастика «Ёжик». 3. Игровой стретчинг «Колобок», «Замок». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Мой весёлый каблучок» А.Евтодьева 5. Музыкальная игра «Домик для зайчат» С. Насауленко.

	6. Игровой самомассаж, релаксация.
13,14	1. Разминка (бодрый и спокойный шаг, легкий бег, ходьба на носках и пятках). 2. Дыхательная гимнастика «Ёжик». 3. Игровой стретчинг «Колобок», «Замок». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Мой весёлый каблучок» А.Евтодьева 5. Музыкальная игра «Домик для зайчат» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
15,16	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Игровой стретчинг «Колобок», «Замок». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Мой весёлый каблучок» А.Евтодьева .
Декабрь	
Тема: «Новогодний карнавал»	
17	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Игровой стретчинг «Звездочка», «Ёлка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Шоколадные мишутки» А.Евтодьева.
18	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Игровой стретчинг «Звездочка», «Ёлка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Шоколадные мишутки» А.Евтодьева.
19,20	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Игровой стретчинг «Звездочка», «Ёлка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Шоколадные мишутки» А.Евтодьева. 5. Музыкальная игра «Дед Мороз» . 6. Игровой самомассаж, релаксация.
21,22	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Игровой стретчинг «Звездочка», «Ёлка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Шоколадные мишутки» А.Евтодьева 5. Музыкальная игра «Дед Мороз». 6. Игровой самомассаж, релаксация.
23,24	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Партерная гимнастика. 4. Музыкально-ритмическая композиция «Шоколадные мишутки»

	А.Евтодьева 5.Музыкальная игра «Лесом по просёлку звери шли на Ёлку».
25	1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Партерная гимнастика. 4. Музыкально-ритмическая композиция «Шоколадные мишутки» А.Евтодьева 5.Музыкальная игра «Лесом по просёлку звери шли на Ёлку».
Январь	
26	Тема: «Новогодний карнавал» 1. Разминка (шаг с носка, прямой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Удивимся». 3. Партерная гимнастика. 4. Музыкально-ритмическая композиция «Шоколадные мишутки» А.Евтодьева 5.Музыкальная игра «Лесом по просёлку звери шли на Ёлку».
Тема: «Зимушка-зима»	
27,28	1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Часики». 3. Игровой стретчинг «Самолет», «Ласточка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Солдатики». 5. Игровой самомассаж, релаксация.
29,30	1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Часики». 3. Игровой стретчинг «Самолет», «Ласточка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Солдатики». 5. Игровой самомассаж, релаксация.
31	1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Часики». 3. Игровой стретчинг «Солнечный луч», «Месяц». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Солдатики». 5. Музыкальная игра «Горка крутая» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
Февраль	
32	Тема: «Зимушка-зима» 1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Часики». 3. Игровой стретчинг «Солнечный луч», «Месяц». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Куклы и Солдатики». 5. Музыкальная игра «Горка крутая» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
Тема: «Мы мороза не боимся»	
33	1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Часики».

	3. Игровой стретчинг «Солнечный луч», «Месяц». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Повернись-отвернись» А.Евтодьева. 5. Музыкальная игра «Горка крутая» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
34,35	1. Разминка (шаг с носка, боковой галоп). 2. Дыхательная гимнастика «Часики». 3. Игровой стретчинг «Солнечный луч», «Месяц». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Повернись-отвернись» А.Евтодьева 5. Музыкальная игра «Горка крутая» С. Насауленко. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
36,37	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Маятник». 3. Музыкально-ритмическая композиция «Варись кашка». 4. Игровой самомассаж, релаксация.
38,39	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Маятник». 3. Игровой стретчинг «Качели», «Солнце садится за горизонт». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Варись кашка». 5. Игровой самомассаж, релаксация.
Март	
40	Тема: «Мы мороза не боимся» 1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Маятник». 3. Игровой стретчинг «Качели», «Солнце садится за горизонт». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Варись кашка». 5. Музыкальная игра «Лиса и зайцы». 6. Игровой самомассаж, релаксация.
Тема: «Пестрые ленточки»	
41	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Маятник». 3. Игровой стретчинг «Качели», «Солнце садится за горизонт». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева. 5. Музыкальная игра «Ручейки» А.Евтодьева. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
42,43	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Маятник». 3. Игровой стретчинг «Волна», «Лебедь». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Танцуйте сидя» Б. Савельева. 5. Музыкальная игра «Ручейки» А.Евтодьева. 6. Игровой самомассаж, релаксация.

44,45	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Задувание свечи». 3. Игровой стретчинг «Волна», «Лебедь». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Лодочка» А.Евтодьева «Танцевальная обучалочка».
46,47	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Задувание свечи». 3. Игровой стретчинг «Волна», «Лебедь». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Лодочка» А.Евтодьева «Танцевальная обучалочка». 5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко.
48	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Задувание свечи». 3. Игровой стретчинг «Бабочка», «Тигр». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Лодочка» А.Евтодьева «Танцевальная обучалочка». 5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко.
Апрель	
49	Тема: «Пестрые ленточки» 1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Задувание свечи». 3. Игровой стретчинг «Бабочка», «Тигр». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Лодочка» А.Евтодьева «Танцевальная обучалочка». 5. Музыкальная игра «Аист и лягушки» С. Насауленко.
Тема: «Весенняя капель»	
50,51	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Задувание свечи». 3. Игровой стретчинг «Бабочка», «Тигр». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Ромашки и букашки».
52,53	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Ушки». 3. Игровой стретчинг «Лягушка», «Ковшик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Ромашки и букашки».
54,55	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Ушки». 3. Игровой стретчинг «Лягушка», «Ковшик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Ромашки и букашки». 5. Музыкальная игра «По кружочку похожу » А.Евтодьева. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
56,57	1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Ушки». 3. Игровой стретчинг «Ручей», «Кустик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Ромашки и букашки».

	5. Музыкальная игра «Друг за другом мы бежим» А.Евтодьева. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
Май	
58	Тема: «Весенняя капель» 1. Разминка (шаг с высоким подниманием бедра, поскоки). 2. Дыхательная гимнастика «Ушки». 3. Игровой стретчинг «Ручей», «Кустик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Ромашки и букашки». 5. Музыкальная игра «Любим мы игрушки в группе нашей» А.Евтодьева. 6. Игровой самомассаж, релаксация.
Тема: «Летние забавы»	
59,60	1. Разминка (спокойная ходьба, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках); 2. Дыхательная гимнастика «Петух». 3. Игровой стретчинг «Лягушка», «Бабочка». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Калинка-малинка». 5. Музыкальная игра «Комар и мушки» 6. Игровой самомассаж, релаксация.
61	1. Разминка (спокойная ходьба, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках); 2. Дыхательная гимнастика «Петух». 3. Игровой стретчинг «Ручей», «Кустик». 4. Музыкально-ритмическая композиция «Калинка-малинка». 5. Музыкальная игра «Комар и мушки» 6. Игровой самомассаж, релаксация.
62,63	Подготовка к итоговому отчетному концерту, повторение пройденного материала.
64	Итоговое мероприятие (отчетный концерт).

Критерии оценки музыкальности и ритмичности:

5 баллов - умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения в ответ на звучание каждой части музыкального произведения.

4-2 балла - в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения не всегда совпадают с движениями.

0-1 балл - движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Фамилия, имя	Начало года	Конец года

Лист изменений

Дата внесения изменений	Содержание	Основание внесения изменений	Подпись лица, внесшего запись