

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 6-7 лет)

Направленность: художественная

Возраст обучающихся: для детей 6-7 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.....	3
1.2.	Возрастные особенности обучающихся 6-7 лет.....	4
1.3.	Планируемые результаты освоения программы.....	5
II.	Содержательный раздел.....	5
2.1.	Описание образовательной деятельности в соответствии с направленностью программы.....	5
2.2.	Условия реализации программы.....	8
2.2.1.	Материально-технические условия реализации программы.....	8
2.2.2.	Организационно-педагогические условия реализации программы....	8
2.3.	Учебный план	9
2.4.	Расписание занятий.....	9
2.5.	Календарный учебный график	10
2.6.	Календарно-тематическое планирование.....	11
Приложение 1		
Лист изменений		

I. Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

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

Актуальность программы состоит в том, что ритмика в своем роде уникальна. Она базируется на огромном арсенале движений. Упражнения ее направлены на работу, а, следовательно, и развитие всех мышц и суставов. Наряду с этим ритмичная музыка, танцевальные движения создают положительные эмоции, снижают психологическое утомление, повышая работоспособность организма.

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: создать условия для развития творческих способностей детей, укрепление здоровья через включение их в танцевальную деятельность.

Задачи:

1. Создания необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения для выполнения движений танца.
2. Воспитывать у детей чувство музыкального и художественного вкуса в мире музыки и танца.
3. Познакомить детей с миром хореографического искусства, научить ориентироваться в разнообразии танцевального мира.

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 особенности обучающихся 6-7 лет

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнения движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети 6-7 лет способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений. Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества. Таким образом, современная ритмическая гимнастика - это самостоятельный вид гимнастики с характерной методикой и правилами организации занятий. Правильное построение комплексов ритмической гимнастики для детей разного возраста позволяет всесторонне воздействовать на детский организм. В старшем

дошкольном возрасте у ребенка происходит изменения всех систем организма, этот возраст наиболее благоприятен для формирования у детей практически всех физических качеств и координационных способностей, реализуемых в двигательной активности. В этом возрасте происходит «закладка фундамента» для развития координационных способностей, а также приобретение знаний, умений и навыков при выполнении упражнений на координацию.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

1. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами ритмических и хореографических упражнений.
2. Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт другим детям.
3. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

II. Содержательный раздел

2.1. Описание образовательной деятельности в соответствии с направленностью программы

Художественной направленности

В работе с обучающимися теория напрямую связана с практикой. При знакомстве с новым видом танца, движением, упражнением, и др. после теоретического объяснения необходимо сразу переходить к практическим действиям. Теория является сопровождением практического процесса непрерывно на протяжении всего учебного периода. Специфика обучения предполагает повторяемость материала, его цикличность с постепенным усложнением элементов.

Занятия строятся в игровой форме, состоящей из взаимосвязанных игровых ситуаций, заданий, упражнений, направленных на развитие первоначальных ритмических навыков, музыкального восприятия образа, навыков координации движений, формирование правильной осанки. Через игру происходит творческое самовыражение детей, развивается воображение и фантазия. Наиболее действенной в работе с детьми данного возраста является цепочка «потребность - переживание - действие», которая наиболее четко реализуется в танцевально-музыкальных играх.

Основное содержание программы: формирование танцевальной техники (упражнения для выработки правильной постановки корпуса, упражнения для стоп, элементарные танцевальные упражнения для развития

силы мышц различных частей тела, элементарный стретчинг, основные танцевальные движения, соединение движений танцевальные композиции, основные движения детского танца с предметом, элементарные движения в паре); постановка сюжетно-образных танцев;

основы детского танца с предметом; постановка на основе изученных комбинаций; упражнения на развитие мышечной силы, гибкости, растяжки и т.д.; танцевальные игры.

1. Раздел ритмическая пластика:

Строевые: - построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг; бег по кругу и по ориентирам («змейкой»); перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом.

Основные: - ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте, топающий шаг, «с каблочки», вперед и назад, высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг», бег- широкий, острый, с остановками, различные виды галопов, поскоков; ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях.

Общеразвивающие упражнения:

- ходьба на носках и с высоким подниманием бедра; сочетание основных движений прямыми согнутыми руками; стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями; основные движения головой; сочетание упоров с движениями ногами.

- упражнения на расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки: потряхивание кистями и предплечьями; раскачивание руками из различных исходных положений; контрастное движение руками на напряжение и расслабление; расслабление рук в положении лежа на спине; посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине; лежа на спине при напряжении мышц - выдох, при расслаблении мышц - вдох; упражнение на осанку в стойке: руки за спину с захватом локтей.

Имитационные движения: - разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных);

вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения; имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения; вымышленные ситуации.

2. Раздел игропластика:

Игропластика: специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях: «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» и т.д.

3. Постановка сюжетно – образных танцев.

Рекомендуемый репертуар танцев: «Кукляндия», «Танец цветов и бабочек», «Полкис», «Дети и природа», «Маляры» «Новогодние игрушки», «Джин», «Ты крутой», «Нон-стоп», «Звезды зажигают», «Мы лучшие», «Смотри, как все прекрасно», «Мечта».

4. Танцевальные образы.

Танцевальные шаги: - мягкий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги; прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360; поворот на 360 на шагах. Элементы плясок и танцев: - притопы, боковой галоп, галоп вперед «лошадками», элементы русской пляски, прыжки.

5. Танцевальные игры:

Подвижные игры: «найди свое место», «нитка-иголка», «цапля и лягушки», «автомобили», «воробушки», «карлики и великаны», «ай да я», «творческая импровизация», «совушка» и др.

6. Раздел репетиционная работа над репертуаром.

Работа над техникой, манерой и выразительностью исполнений танцевальных элементов, номеров, перестроений. Работа над выразительностью эмоций.

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

Методы реализации программы

- Игровой метод;
- Метод комбинированных движений, переходящих 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 ДОУ, 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.

Русский народный костюм – 15 шт.

Шапочка зайца – 15 шт.

Шапочка лисы – 15 шт.

Мягкие игрушки (разные) – 15 шт.

Костюм мышки – 15 шт.

Пышная юбка-пачка – 10 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.
3. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. *«Са-Фи-Дансе» - танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.* — СПб.: «Детство-пресс», 2000 год

2.2.2. Организационно-педагогические условия реализации программы

Направленность Программы – художественная.

Тип программы – модифицированная.

Адресат программы: срок обучения по программе составляет 8 месяцев и реализуется с обучающимися 6-7 лет.

Занятия проводятся в очной форме, групповые, 2 раза в неделю. Длительность занятий - 30 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

по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмика» (возраст обучающихся 6-7 лет)
на 2025/2026 учебный год

№ п/п	Наименование ПОУ	Количество часов		
		в неделю	в месяц	в год
1	«Ритмика» (возраст обучающихся 6-7 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	17.25-17.55
		Четверг	17.25-17.55

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	///	///	///	///
///	///	///	///	///	///	///

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	///	///	///	///	///

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	///
///	///	///	///	///	///	///

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	///	///	///
///	///	///	///	///	///	///

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	///
///	///	///	///	///	///	///

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	
1	Тема «Давайте познакомимся» Знакомство. Беседа по соблюдению техники безопасности на занятиях. Беседа «Танцевальное искусство». Танцевальный этикет на занятиях.
2	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>игропластика:</u> «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья
3	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>игропластика:</u> «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья
4	Тема «Новогодние игрушки» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных)

	<u>игропластика</u>: «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения</u>: танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья <u>элементы танца</u>: «новогодние игрушки»
5	Тема «Новогодние игрушки» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>игропластика</u>: «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения</u>: танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья <u>элементы танца</u>: «новогодние игрушки»
6	Тема «Новогодние игрушки» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца</u>: «новогодние игрушки» <u>репетиционная работа над репертуаром</u>: работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения <u>массовые танцы</u>: «ты крутой»
7	Тема «Новогодние игрушки» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) -

	имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца</u>: «новогодние игрушки» <u>массовые танцы</u>: «ты крутой»
8	Тема «Новогодние игрушки» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца</u>: «новогодние игрушки» <u>массовые танцы</u>: «ты крутой» <u>игровой комплекс</u>: «ручки-ручки»
9	Тема «Новогодние игрушки» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца</u>: «новогодние игрушки» <u>массовые танцы</u>: «ты крутой» <u>игровой комплекс</u>: «ручки-ручки»
Ноябрь	
10	Тема «Новогодние игрушки» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца</u>: «новогодние игрушки» <u>массовые танцы</u>: «ты крутой»

	<u>игровой комплекс:</u> «ручки-ручки»
11	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>игропластика:</u> «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья
12	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>игропластика:</u> «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья
13	Тема «Джин» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>игропластика:</u> «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья <u>элементы танца:</u> «джин»

14	Тема «Джин» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>игропластика:</u> «морские фигуры», «велосипед», «кобра», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья; танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья <u>элементы танца:</u> «джин»
15	Тема «Джин» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца:</u> «джин» <u>репетиционная работа над репертуаром:</u> работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения <u>массовые танцы:</u> «нон-стоп»
16	Тема «Джин» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца:</u> «джин» <u>массовые танцы:</u> «нон-стоп» <u>игровой комплекс:</u> «танцевальный баттл».

Декабрь	
17	Тема «Джин» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца:</u> «Джин» <u>массовые танцы:</u> «нон-стоп» <u>игровой комплекс:</u> «танцевальный баттл».
18	Тема «Джин» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, на пятках, бег – легкий, ритмичный, передающий различные образы, разнообразные сочетания прыжков на одной и двух ногах на месте - строевые движения: построение в шеренгу и колонну; поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: на различные группы мышц и различный характер (махи, пружинность) - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения, жесты, состояние (в природе, в настроениях человека, животных) <u>элементы танца:</u> «Джин» <u>массовые танцы:</u> «нон-стоп» <u>игровой комплекс:</u> «танцевальный баттл».
19	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево
20	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u>

	- основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево
21	Тема «Мексикана» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево <u>элементы танцев:</u> «мексикана»
22	Тема «Мексикана» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево <u>элементы танцев:</u> «мексикана»
23	Тема «Чудеса случаются» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и

	пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево <u>массовые танцы:</u> «чудеса случаются»
24	Тема «Чудеса случаются» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево <u>массовые танцы:</u> «чудеса случаются»
25	Тема «Чудеса случаются» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево <u>массовые танцы:</u> «чудеса случаются»
Январь	
26	Тема «Чудеса случаются» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и

	пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика</u>: «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения</u>: выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево <u>массовые танцы</u>: «чудеса случаются»
27	Тема «Танго» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в кругу - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>элементы танцев</u>: «танго» <u>массовые танцы</u>: «звезды зажигают»
28	Тема «Танго» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в кругу - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>элементы танцев</u>: «танго» <u>массовые танцы</u>: «звезды зажигают»
29	Тема «Звезды зажигают» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в кругу - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>элементы танцев</u>: «танго»

	<u>массовые танцы:</u> «звезды зажигают»
30	Тема «Работа над репертуаром» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>хореографические упражнения:</u> выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре, поворот направо, налево <u>репетиционная работа над репертуаром:</u> работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения <u>игровой комплекс:</u> «бегаем-бегаем», «царевна-несмеяна»
31	Тема «Работа над репертуаром» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>игропластика:</u> «укрепи животик», «укрепи спинку», «мост», «лягушка» <u>репетиционная работа над репертуаром:</u> работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения <u>игровой комплекс:</u> «бегаем-бегаем», «царевна-несмеяна»
Февраль	
32	Тема «Работа над репертуаром» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>репетиционная работа над репертуаром:</u> работа над техникой, манерой,

	выразительностью исполнения <u>игровой комплекс</u>: «бегаем-бегаем», «царевна-несмеяна»
33	Тема «Работа над репертуаром» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: топающий шаг, «с каблучка», вперед и назад - строевые упражнения: поворот переступанием по команде; перестроение в круг - общеразвивающие движения: упражнения на плавность, на развитие гибкости и пластичности, точности и ловкости - имитационные движения: вымышленные игровые ситуации, различные состояния и настроения <u>репетиционная работа над репертуаром</u>: работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения <u>игровой комплекс</u>: «бегаем-бегаем», «царевна-несмеяна»
34	Тема «Общие упражнения» Беседа по соблюдению техники безопасности на занятиях. <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскаков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика</u>: «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>хореографические упражнения</u>: переступая на носках, держась за опору; полуприседы, стоя боком к опоре.
35	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскаков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика</u>: «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>хореографические упражнения</u>: переступая на носках, держась за опору; полуприседы, стоя боком к опоре.
36	Тема «Бабочки» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-

	широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>элементы танцев:</u> «бабочки» <u>игровой комплекс:</u> «магазин игрушек»
37	Тема «Бабочки» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>элементы танцев:</u> «бабочки» <u>игровой комплекс:</u> «магазин игрушек»
38	Тема «Мы лучшие» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика:</u> «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>массовые танцы:</u> «мы лучшие»
39	Тема «Мы лучшие» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика:</u> «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>массовые танцы:</u> «мы лучшие»
Март	
40	Тема «Мы лучшие» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой»)

	- общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>массовые танцы:</u> «мы лучшие» <u>репетиционная работа</u> над репертуаром: работа над техникой, манерой и выразительностью исполнения
41	Тема «Мы лучшие» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>массовые танцы:</u> «мы лучшие» <u>репетиционная работа</u> над репертуаром: работа над техникой, манерой и выразительностью исполнения
42	Тема «Танец роз» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика:</u> «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>элементы танцев:</u> «танец роз» <u>игровой комплекс:</u> «горелки»
43	Тема «Танец роз» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика:</u> «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>элементы танцев:</u> «танец роз» <u>игровой комплекс:</u> «горелки»
44	Тема «Танец роз» <u>ритмическая пластика:</u>

	- основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскаков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика:</u> «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>элементы танцев:</u> «танец роз» <u>игровой комплекс:</u> «горелки»
45	Тема «Флэшмоб» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскаков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика:</u> «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>массовые танцы:</u> «флэшмоб» <u>игровой комплекс:</u> «горелки»
46	Тема «Флэшмоб» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскаков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>игропластика:</u> «винтик», «часики - ходики», «журавль», «улитка» <u>массовые танцы:</u> «флэшмоб» <u>игровой комплекс:</u> «горелки»
47	Тема «Флэшмоб» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскаков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>элементы танцев:</u> «танец роз» <u>массовые танцы:</u> «флэшмоб»

	<u>репетиционная работа</u> над репертуаром: работа над техникой, манерой и выразительностью исполнения
48	Тема «Флэшмоб» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>элементы танцев:</u> «танец роз» <u>массовые танцы:</u> «флэшмоб» <u>репетиционная работа</u> над репертуаром: работа над техникой, манерой и выразительностью исполнения
Апрель	
49	Тема «Флэшмоб» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: высокий шаг, ходьба на четвереньках, «гусиный шаг» бег-широкий, острый, с остановками различные виды галопов, поскоков - строевые упражнения: бег по кругу и по ориентирам («змейкой») - общеразвивающие движения: упражнения на координацию рук и ног - имитационные движения: разнообразные образно-игровые движения <u>элементы танцев:</u> «танец роз» <u>массовые танцы:</u> «флэшмоб» <u>репетиционная работа</u> над репертуаром: работа над техникой, манерой и выразительностью исполнения
50	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика:</u> «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения:</u> закрепление пройденного материала
51	Тема «Общие упражнения» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях

	- строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика</u>: «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения</u>: закрепление пройденного материала
52	Тема «Полкис» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>элементы танцев</u>: «Полкис» <u>репетиционная работа над репертуаром</u>: работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения <u>игровой комплекс</u>: «тетя-весельчак», «зеркало»
53	Тема «Полкис» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>элементы танцев</u>: «Полкис» <u>репетиционная работа над репертуаром</u>: работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения <u>игровой комплекс</u>: «тетя-весельчак», «зеркало»
54	Тема «Полкис» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>элементы танцев</u>: «Полкис» <u>репетиционная работа над репертуаром</u>: работа над техникой, манерой,

	выразительностью исполнения <u>игровой комплекс</u>: «тетя-весельчак», «зеркало»
55	Тема «Смотри, как всё прекрасно» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика</u>: «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения</u>: закрепление пройденного материала <u>массовые танцы</u>: «смотри, как все прекрасно»
56	Тема «Смотри, как всё прекрасно» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика</u>: «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения</u>: закрепление пройденного материала <u>массовые танцы</u>: «смотри, как все прекрасно»
57	Тема «Смотри, как всё прекрасно» <u>ритмическая пластика</u>: - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика</u>: «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения</u>: закрепление пройденного материала <u>массовые танцы</u>: «смотри, как все прекрасно»
Май	
58	Тема «Кукляндия»

	<u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика:</u> «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения:</u> закрепление пройденного материала <u>элементы танцев:</u> «Кукляндия»
59	Тема «Кукляндия» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика:</u> «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения:</u> закрепление пройденного материала <u>элементы танцев:</u> «Кукляндия»
60	Тема «Кукляндия» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>игропластика:</u> «гимнаст», «лыжник», «лодочка» <u>хореографические упражнения:</u> закрепление пройденного материала <u>элементы танцев:</u> «Кукляндия»
61	Тема «Мечта» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации

	<u>хореографические упражнения:</u> закрепление пройденного материала <u>массовые танцы:</u> «мечта»
62	Тема «Мечта» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>хореографические упражнения:</u> закрепление пройденного материала <u>массовые танцы:</u> «мечта»
63	Тема «Работа над репертуаром» <u>ритмическая пластика:</u> - основные движения: ходьба, бег, прыжковые движения в различных вариациях - строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога; передвижение в обход шагом и бегом. - общеразвивающие движения: на различные группы мышц - имитационные движения: вымышленные ситуации <u>элементы танцев:</u> «Кукляндия» <u>массовые танцы:</u> «мечта» <u>репетиционная работа над репертуаром:</u> работа над техникой, манерой, выразительностью исполнения
64	Тема «Итоговое занятие (концерт)»

Приложение 1

Цель: выявление уровня музыкально-двигательного развития ребенка.
Проведение: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

1. Координация, ловкость движений – точность движений, координация рук и ног при выполнении упражнений. Для проверки уровня развития координации рук и ног применяются следующие задания:

Упражнение 1. Отвести в сторону правую руку и в противоположную сторону левую ногу и наоборот.

Упражнение 2. Поднять одновременно согнутую в локте правую руку и согнутую в колене левую ногу (и наоборот).

Упражнение 3. Отвести вперед правую руку и назад левую ногу и наоборот. 3 балла - правильное одновременное выполнение движений.

2 балла - неодновременное, но правильное; верное выполнение после повторного показа.

1 балл - неверное выполнение движений.

2. Творческие проявления - умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па».

Тест на определение склонности детей к танцевальному творчеству. Детям предлагается под музыку (после предварительного прослушивания) изобразить следующие персонажи: ромашку, пчелку, солнечный зайчик и т.п. 3 балл - умение самостоятельно находить свои оригинальные движения, подбирать слова характеризующие музыку и пластический образ.

2 балл - движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения.

1 балл - ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации;

3. Гибкость тела – это степень прогиба назад и вперед. При хорошей гибкости корпус свободно наклоняется.

Упражнение «Отодвинь кубик дальше» (проверка гибкости тела вперед).

Детям предлагается сесть на ковер так, чтобы пятки находились у края ковра, ноги прямые на ширине плеч, прижаты к коврику. У края ковра на полу между ступнями ног расположен кубик. Следует наклониться и отодвинуть кубик как можно дальше. Колени не поднимать, ноги должны оставаться прямыми.

Оценивается расстояние в сантиметрах от линии пяток до грани кубика, в которую ребенок упирался пальцами.

3см и меньше – низкий уровень (1 балл). 4-7см – средний уровень (2 балла)

8-11см – высокий уровень (3 балла).

Упражнение «Кольцо» (проверка гибкости тела назад).

Исходное положение, лёжа на животе, поднимаем спину, отводим назад (руки упираются в пол), одновременно сгибая ноги в коленях, стараемся достать пальцами ног до макушки.

3 балл – максимальная подвижность позвоночника вперед и назад. 2 балл – средняя подвижность позвоночника.

1 балл - упражнения на гибкость вызывают затруднения.

4. Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в процессе самостоятельного исполнения - без показа педагога).

Упражнение «Кто из лесу вышел?»

После прослушивания музыки ребенок должен не только угадать кто вышел из лесу, но и показать движением. Закончить движение с остановкой музыки. (отражение в движении характера музыки).

Упражнение «Заведи мотор».

Дети сгибают руки в локтях и выполняют вращательные движения. Под медленную музыку - медленно, под быструю – быстро (переключение с одного темпа на другой).

Упражнение «Страусы».

Под тихую музыку дети двигаются, как «страусы». Под громкую музыку

«прячут голову в песок» (отражение в движении динамических оттенков). 3 балла – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, передавать основные средства музыкальной выразительности (темп, динамику)

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

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

5. Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что-то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения не выразительные. Оценивается этот показатель по внешним проявлениям (Э-1, Э-3).

6. Развитие чувства ритма. Ритмические упражнения – передача в движении ритма прослушанного музыкального произведения. Эти задания требуют от детей постоянного сосредоточения внимания. Если чувство ритма несовершенно, то замедляется становление развернутой (слитной) речи, она невыразительна и слабо интонирована; ребенок говорит примитивно, используя короткие отрывочные высказывания.

Упражнения с ладошками.

Педагог говорит детям, что он будет хлопать в ладоши по – разному, а дети должны постараться точно повторить его хлопки.

Педагог сидит перед детьми и четвертными длительностями выполняет разнообразные хлопki. Педагог должен молчать, реагируя на исполнение мимикой.

1. 4 раза по коленям обеими руками (повторить 2 раза).
2. 3 раза по коленям, 1 раз в ладоши (повторять до точного исполнения).
3. 2 раза по коленям, 2 раза в ладоши.
4. 1 раз по коленям, 1 раз в ладоши (с повторением).

1 балл - с ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок.

2 балла – выполняет лишь отдельные упражнения, с несложным ритмическим рисунком.

3 балла – точно передает ритмический рисунок.

3.2.1. Уровни развития ребенка в музыкально-ритмической деятельности. Первый уровень (высокий 15-18 баллов) предполагал высокую двигательную активность детей, хорошую координацию движений, способность к танцевальной импровизации. Ребенок умеет передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движение на каждую часть музыки. Имеет устойчивый интерес и проявляет потребность к восприятию движений под музыку. Хлопками передает ритмический рисунок.

Второй уровень (средний 10-14 баллов). Этому уровню свойственна слабая творческая активность детей, движения его довольно простые, исполняет лишь однотипные движения. Воспроизводит несложный ритм. Передаёт только общий характер, темп музыки. Умеет выразить свои чувства в движении. В образно - игровых движениях легко передает характер персонажа. Верное выполнение упражнений на координацию после повторного показа движений.

Третьему уровню (низкому 6-9 баллов) соответствовали следующие характеристики детей: они повторяют несложные упражнения за педагогом, но при этом их повторы вялые, мало подвижные, наблюдается некоторая скованность, заторможенность действий, слабое реагирование на звучание музыки. Движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения. Мимика бедная,

движения невыразительные. Ребенок не способен перевоплощаться в творческой музыкально-игровой импровизации. С ритмическими заданиями не справляется, не может передать хлопками ритмический рисунок. Упражнения на гибкость вызывают затруднения.

Фамилия, имя	Начало года	Конец года

Лист изменений

[illegible]

