



АДМИНИСТРАЦИЯ КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
общеобразовательного учреждения  
ГБЛОУ детский сад №91  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от « 30 » августа 2022 г.

УТВЕРЖЕНА  
Заведующим  
ГБДОУ детский сад № 91  
Красносельского района  
Санкт-Петербурга  
И.М. Соболева  
Протокол от « 30 » августа 2022г. №47-ол



**Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«Ритмика»**

для детей 3 – 7 лет

*срок реализации программы: 1 год*

Автор - составитель:  
Янмаева Нурия Камилевна,  
музыкальный руководитель

г. Санкт-Петербург  
2022г.

<b>№</b>	<b>Содержание</b>	
1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Направленность	3
1.2.	Актуальность	3
1.3.	Отличительные особенности	4
1.4.	Адресат программы	4
1.5.	Цель и задачи программы	4
1.6.	Условия реализации программы	6
1.7.	Планируемые результаты	6
2.	Учебный план	8
3.	Календарный учебный график	29
4.	Оценочные и методические материалы	29

## **1. Пояснительная записка**

Исключительно велико и многообразно влияние искусства как важнейшего элемента красоты и эстетического отношения к действительности на человека. Оно, прежде всего, выполняет большую познавательную функцию и тем самым способствует развитию чувств личности, её взглядов и убеждений.

Комплексный подход к воспитанию творческой личности охватывает широкий круг вопросов, относящихся к проблемам эстетического воспитания в условиях детского сада. Важной частью эстетического воспитания, является приобщение дошкольников к музыкальной культуре и формирование специальных способностей и развивающее дарование в определённых его видах: вокальном, хореографическом, театральном, музыкально-игровое и танцевальное творчество. Важно в дошкольном возрасте раскрыть перед ребёнком красоту музыки, дать возможность её почувствовать. Музыкальное развитие оказывает ничем незаменимое воздействие на общее развитие дошкольника: формируется эмоциональная сфера, ребёнок становится чутким к красоте в искусстве и жизни.

Музыкально-ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также психические процессы, которые лежат в основе.

### **1.1. Направленность**

**Основная направленность программы: художественная.**

**Это** психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного «музыкального» инструмента.

### **1.2. Актуальность**

Программа «Ритмика» нацелена на общее, гармоничное психическое, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей учащихся. Поэтому содержание программы, музыкальный материал могут варьироваться с учетом условий ее использования.

Основу музыкальных композиций составляют физические или танцевальные упражнения, выполняемые в согласовании и взаимосвязи с музыкой, передавая её ритм, темп, характер с помощью движений.

Формируются умения и навыка грациозности выполнения физических или танцевальных упражнений, изящество и уверенность в движениях под ритмическую музыку. В программе раскрывается технология, в основе которой - музыкально-ритмические движения, направленные на целостное развитие личности учащихся от 3 до 7 лет, в частности музыкально-ритмическое воспитание, развитие двигательной активности, грации пластических движений под ритмическую музыку.

Система работы предполагает игровые формы организации педагогического

процесса на основе сотрудничества учащегося и взрослого. Используя систему музыкально-ритмических композиций, педагог разучивает разнообразные движения: имитационные, танцевальные, позволяющие выразить различные по характеру эмоциональные состояния, сюжеты, образы и настроения музыкальных произведений.

Доступность танцевально-ритмической гимнастики основывается на простых общеразвивающих упражнениях с элементами танца. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Нетрадиционные виды упражнений представлены музыкально-подвижными играми играми-путешествиями.

### **1.3. Отличительные особенности**

**Отличительная особенность данной программы:**

1. Использование в качестве музыкального сопровождения целостного музыкального произведения.
2. Акцентирование внимания на анализ тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку.

Данная программа является музыкально-ритмическим психотренингом для детей и педагогов, направленным на развитие музыкальности и эмоциональности, творческого воображения, фантазии, способности к импровизации в движении под музыку, что требует свободного владения своим телом, а также развивающим внимание, волю, память, подвижность и гибкость мыслительных процессов,

Музыкальный материал, предлагаемый этой программой и отобранный нами, разнообразен по направленности, стилю, сложности и интенсивности движений, позволяющие использовать их в любых формах организации работы с детьми.

### **1.4. Адресат программы**

Заниматься ритмикой можно с 3 лет с разрешения медицинской сестры детского сада.

Занятия проходят 2 раза в неделю по 25 минут – 3-5 лет 30 минут – 5-7 лет. В группе от 7 до 15 человек, что соответствует СанПиН.

### **1.5. Цель и задачи программы**

**Содержание работы по музыкально-ритмическому воспитанию:**

**Конкретизация содержания программы по возрастным группам**

**3-7 лет**

**Приоритетные задачи: Формирование и укрепления здорового образа жизни учащихся.**

- Развитие способности к выразительному, одухотворенному исполнению движений
- Умение импровизировать под незнакомую музыку
- Формирование адекватной оценки и самооценки.

### **Основное содержание:**

#### **1. Развитие музыкальности:**

- Воспитание интереса и любви к музыке
- Потребности слушать музыку
- Двигаться под музыку
- Обогащение служительского опыта разнообразными по стилю и содержанию произведениями
- Развитие умения под музыку выразить ее настроение и содержание
- Развитие умения передавать в движении основные средства музыкальной выразительности: темп, динамику, метроритм, регистр.
- Развитие способности различать жанр произведения: плясовая, песня, марш.

#### **2. Развитие двигательных качеств:**

##### **Основные:**

- **Ходьба** (бодрая, спокойная, на полу пальцах, на носках, на пятках, топающим шагом, «с каблучка», с высоким подниманием колена, с ускорением и замедлением).
- **Бег** (легкий, ритмичный, высокий, ритмичный, острый, пружинящий шаг).
- **Прыжковые движения** (на 1-2 ногах, на месте с различными вариациями, с продвижением вперед, различные виды галопа, поскок «легкий» и «сильный»).

##### **Общеразвивающие упражнения:**

- На различные группы мышц
- На развитие гибкости и пластичности
- На развитие точности и ловкости
- На координацию рук и ног.

##### **Имитационные движения:**

- Различные образно - игровые движения
- Различные настроения или состояния.

##### **Плясовые движения:**

- Элементы народных плясок
- Элементы детского бального танца, доступного по координации
- Современные ритмические танцы
- Сложные циклические виды движений: шаг польки, переменный шаг, шаг с притопом.

#### **3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:**

- Самостоятельно находить место в зале
- Перестраиваться в круг
- Становиться в пары и друг за другом
- Становиться в шеренги, в колонны
- Самостоятельно выполнять перестроения на основе танцевальных композиций: «змейка», «воротники».

#### **4. Развитие творческих способностей:**

- Развитие умения сочинять не сложные плясовые движения
- Формировать умения исполнять знакомые движения в игровых ситуациях
- Развитие воображения, фантазии, умения находить свои оригинальные движения.
- Умение оценивать свои творческие проявления.

#### **5. Развитие и тренировка психических процессов:**

- Тренировка подвижности нервных процессов: умение изменять движения с различным темпом, по фразам.
- Развитие восприятия, внимания, воли.
- Развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике.

#### **6. Развитие нравственно- коммуникативных качеств:**

- Воспитание умения сочувствовать, сопереживать другим людям и животным, игровым персонажам.
- Воспитание потребности научит упражнениям младших детей.
- Воспитание чувства такта.
- Воспитание культурных привычек в процессе группового общения.

#### **Показатели уровня развития детей:**

- Выразительность исполнения движений под музыку.
- Умения самостоятельно отображать характер и содержание произведения.
- Освоение большого объема разнообразных композиций.
- Умение передавать свой опыт младшим детям.
- Способность к импровизации.
- Точность и правильность исполнения движений.

### **1.6. Условия реализации программы**

1. Танцевальный зал, оборудованный зеркалами, коврами.
2. Фортепиано.
3. Музыкальный центр, аудиозаписи музыкальных произведений по тематике занятий

### **1.7. Планируемые результаты**

**1 год обучения** (*средняя группа*). После первого года обучения, занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений хореографии. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Исполняют ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку. Способны запоминать и исполнять танцевальные композиции самостоятельно. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания (*творческие игры, специальные*

задания), используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

**2 год обучения** (*старшая группа*). По окончании второго года обучения, обучающиеся знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении. Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, классические, современные элементы танцев и комплексы упражнений под музыку этого года обучения.

**3 год обучения** (*подготовительная группа*). После третьего года обучения, обучающиеся могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, классические, современные, народные элементы танцев, комплексы упражнений под музыку. Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

## 2. Учебный план

### 4-5 лет

№	Темы, парциальные программы, методические пособия	Количество занятий в месяц								
		октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Всего
1	А.И. Буренина Ритмическая мозаика Пластические этюды» (ритмическая пластика детей)	8	8			2				18
2	Н.А. Фомина сюжетно-ролевая ритмика «Волк и семеро козлят»			8	6	6				20
3	Н.А. Фомина сюжетно-ролевая ритмика «Кошкин дом»						8	8	8	24
<i>Всего занятий в месяц и в год</i>		8	8	8	6	8	8	8	8	62

### 5-6 лет

№	Темы, парциальные программы, методические пособия	Количество занятий в месяц								
		октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Всего
1.	А.И. Буренина Ритмическая мозаика «Танцуйте сидя» (ритмическая пластика для детей)	8	8							16
2.	Н.А. Фомина сюжетно-ролевая ритмика «Голубой щенок»			8	6	7				21

3.	Н.А. Фомина сюжетно-ролевая ритмика «Бременские музыканты» (муз. Г. Гладкова, сл. Ю. Энтина)						8	9	8	25
<i>Всего занятий в месяц и в год</i>		8	8	8	6	7	8	9	8	62

### 6-7 лет

№	Темы, парциальные программы, методические пособия	Количество занятий в месяц								
		октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	Всего
1	А.И. Буренина Ритмическая мозаика Пластические этюды	3	3			3			4	13
2	Н.А. Фомина сюжетно-ролевая ритмика «По следам Бременских музыкантов» (муз. Г. Гладкова, сл. Ю. Энтина)	5	5							10
3	Н.А. Фомина сюжетно-ролевая ритмика «Снежная королева»			8	6	4				18
4	Н.А. Фомина сюжетно-ролевая ритмика «Хоттабыч»						8	9	4	21
<i>Всего занятий в месяц и в год</i>		8	8	8	6	7	8	9	8	62

### Перспективный план (3-4 года) младшей группе

Дата	№	Программное содержание	Источник
------	---	------------------------	----------

	заня тия		
октябрь	1	<p>Познакомить детей с композицией № 1 «Веселые путешественники» (муз. М. Старокадомского). Начать разучивать основные движения. Ходьба – в 1 куплете бодрый шаг, во 2 куплете топающий шаг, в 3 куплете – подскоки по кругу друг за другом. Три хлопка справа и слева у головы, 4 прыжка на двух ногах; наклоны вправо-влево.</p> <p>Познакомить с композицией № 2 «Рыбачок» (муз. М. Старокадомского). По-турецки: «закидывать удочку»; «держат удочку слегка раскачиваясь в такт музыки».</p>	
	2	<p>Продолжать разучивать композицию № 1. Во 2 куплете ходьба топающим шагом, вращение согнутыми в локтях руками («паровозик»). На повторении музыки изменить направление движения, руки держать руль – имитация езды на автомобиле.</p> <p>В 3 куплете подскоки по кругу друг за другом, одновременно выполняя маховые скрещивающиеся движения руками над головой («ветерок»). На последующем аккорде – прыжок на месте, руки вверх.</p> <p>В композиции № 2 разучивать упражнения сидя на полу, ноги прямые, руки сзади в упоре, ударять носком,</p>	
	3	<p>Продолжать разучивать композицию № 1. Развивать координацию движений рук и ног в процессе ходьбы, подскоки друг за другом по кругу, с одновременными маховыми скрещивающими движениями руками над головой. Можно это движение выполнять в рассыпную.</p> <p>В композиции № 2 также развивать координацию. Сидя по-турецки, руки на затылке. Наклон вправо, достать правым локтем, правое колено – выпрямиться, тоже влево, наклон вперед, достать локтями пол.</p> <p>В 3 куплете поочередно вытягивать носки вперед, затем одновременно вытягивать носки вперед. Имитация гребли на лодке. В конце лечь на спину.</p>	

	<p><b>4</b> Развивать быстроту реакции, умения сочетать движения с музыкой и словами (№ 1). В композиции № 2 точно передавать все нюансы песни в движениях. Упражнение укрепляет мышцы спины и голеностопный сустав.</p> <p>Разучить композицию № 3 «Чебурашка» (муз. В. Шаинского). Развивать выразительность пластики. В 1 куплете приподнимание плеч с полуоборотом направо и налево, слегка приподнимаясь на носках. Во 2 куплете повороты туловища вправо-влево, руки расслабленные, болтаются («тряпичные куклы»); в 3</p>	
	<p><b>5</b> Продолжать разучивать композицию № 3. Развивать точность и ловкость движений. В припеве наклоны направо-вперед руки вперед ладони вверх, затем выпрямиться, руки вниз; те же движения налево; наклоны вперед с вытянутыми руками, выпрямиться, руки опустить.</p> <p>Закрепить композицию № 1 и № 2, уточняя отдельные движения (подскоки, упражнения, сидя по-</p>	
	<p><b>6</b> Познакомить детей с композицией № 4 «Плюшевый медвежонок» (муз. В. Кривцова).</p> <p>Воспитывать умение чувствовать настроение музыки и выражать это в пластике (контрастные эмоции: «грустный Чебурашка» - «веселый Чебурашка»).</p> <p>Уточнить движения в композиции № 2 из сидя по-турецки.</p>	
	<p><b>7</b> Разучить композицию № 4. Развивать воображение (превратиться в Мишку). Ходьба на четвереньках в свободных направлениях (1 куплет); во 2 куплете – лежа на спине руками обхватить согнутые в коленях ноги (в группировку); в 3 куплете – кружение на шагах (вперевалочку). В заключение «Мишка кашляет» - похлопать себя по груди. В конце сесть на пол, ноги врозь.</p>	
	<p><b>8</b> Продолжать разучивать композицию № 4. Развивать способность передавать в пластике музыкальный образ, используя вид движения – ходьба на четвереньках (в свободном направлении). В припеве изобразить позу «Медведя». Разучивать элемент народной пляски, доступный по координации – притопывание одной ногой (сначала 4 раза правой, затем левой).</p> <p>Формировать умение выполнять простейшие перестроения: движения по кругу, в рассыпную, поворачиваясь лицом к зрителям (педагогу) – композиция № 1.</p>	

<b>ноябрь</b>	<b>1</b>	<p>Уточнить движения в композиции № 4. Упражнение из положения лежа на спине (в группировке). Качание на спине в разных направлениях.</p> <p>Продолжать формировать умение выполнять простейшие перестроения движения по кругу, врассыпную, поворачиваясь лицом к зрителям. (композиция № 1). Закрепить композицию № 2-3.</p>	
	<b>2</b>	<p>Разучить композицию № 5 «Куклы-неваляшки» (муз. З. Левиной), используя основной вид движения – топающий шаг вперед, руки полочкой и назад (спиной) (1 куплет); на топающем шаге перестроится врассыпную. В 4 куплете движения исполняется с ускорением в соответствии с темпом музыки.</p>	
	<b>3</b>	<p>Продолжать разучивание композиции № 5, используя плясовое движение – элемент народной пляски, доступный по координации, поочередное выставление правой и левой ноги на пятку (на сильную долю) одновременно полуоборот корпуса направляя налево, руки вниз, ладони раскрыты. На слова «яркие рубашки» - кружение на месте на шагах.</p> <p>Развивать воображение, добиваться выразительности движения в композиции № 4.</p>	
	<b>4</b>	<p>Развивать умение ориентироваться в пространстве (композиция № 5). Находить свободное место в зале (врассыпную), на топающем шаге перестроиться вкруг, перестроиться топающим шагом врассыпную.</p> <p>Продолжать уточняя движения в композиции № 4 (припев).</p>	
	<b>5</b>	<p>Изучить композицию № 8 «Белочка» (муз. В. Шаинского) целостным методом под музыку, для создания настроения.</p> <p>Формировать навыки пружинить ногами во время маховых движений руками.</p> <p>Закреплять в композиции № 5 точность и координацию движений; плясовое движение – поочередное</p>	
	<b>6</b>	<p>Продолжать изучать композицию № 8 под музыку. Детально остановиться на прыжковых движениях – 3 прыжка на двух ногах на месте; 3 прыжка на двух ногах вперед, затем спиной назад.</p> <p>Продолжать совершенствовать в композиции № 1 быстроту реакции и умения сочетать движения с музыкой и словом.</p>	

	<b>7</b>	Уточнить маховые движения руками, пружиня одновременно ногами (композиция № 8). Развивать мягкость и плавность движений рук.  Совершенствовать точность и координацию движений (композиция № 4-5).	
	<b>8</b>	Закреплять навык пружинить ногами во время маховых движений руками (композиция № 8).  Продолжать закреплять технику основных движений композиций № 1-5.  Развивать умение ориентироваться в пространстве: самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становиться в пары.	
<b>декабрь</b>	<b>1</b>	Познакомить детей с содержанием музыкальной сказки «Волк и семеро козлят» на новый лад (муз. А. Рыбникова, сл. Ю. Энтина). Вместе с детьми попытаться дать характеристику героям сказки. Педагог должен как бы рассказывать сказку. Каждое движение должно нести в себе эмоциональный образ героев (волка, козы, козлят).	
	<b>2</b>	Изучить композицию № 1 «Песенка козлят». Упражнения: наклон до касания рукой пола (русский наклон); ходьба хороводом, взявшись за руки; серия полуприседов в сочетании с работой рук и туловища, плясовое движение; выставление ноги вперед на пятку.  В композиции № 2 разучить полуприседы в сочетании с наклонами в стороны, волнообразные махи руками вперед-назад.	
	<b>3</b>	Продолжать изучать упражнения из композиции № 1-3.  В композиции № 1 – русский наклон; серия полуприседов в сочетании с работой рук и туловища («рожки», «хвостик»), выставление ноги вперед на пятку, слегка приседая на опорной ноге.	

4	<p>Повторить композицию № 1-3, уточняя отдельные упражнения и их последовательность. Начать изучение композиции № 4 «Волк стучится к козлятам». Развивать имитационные движения, раскрыть понятный детям образ – «страшный Волк».</p> <p>Добавить композицию № 5 «Волк бежит к Пете – кузнецу». Бег по кругу в среднем темпе; 2 минуты закончить бег вокруг своих «ломиков» (обручей).</p>	
5	<p>Закрепить композиции № 1-2. В 3 композиции добавить упражнения с мячом. Прыжки: ноги врозь - вместе, мяч над головой; прыжки со сменой ног вперед-назад, мяч перед грудью.</p> <p>«Стук в дверь»: дети разбегаются по своим заранее определенным «домикам» (разложенные по залу обручи).</p>	
6	<p>Последовательно выполнять 3 композиции, останавливаясь на наиболее трудных элементах (упражнения с мячом).</p> <p>Формировать выразительность движений и жестов в 4 композиции. Шаги на месте с высоким подъемом бедра, выпрямляя поочередно руки вперед («Волк лезет в окно»); «Волк расстроен»: дети машут руками и приседают.</p>	
7	<p>Выполнить последовательно упражнения комплекса, начиная с 1 композиции. По ходу выполнения корректировать технику отдельных упражнений, при необходимости останавливая фонограмму и повторяя их 2-3 раза.</p> <p>Изучить композицию № 6 «Петя учит волка петь» и композицию № 7 «Волк поет голосом мамы».</p> <p>Дыхательные упражнения в сочетании с приседами, бег на месте с упором на руки (показать «копытца») – 6 композиция.</p>	
8	<p>Целиком пройти композиции № 1-7, продолжая закреплять основные упражнения комплекса.</p> <p>Разучить композицию № 8 «Прощальная песенка козлят» - перепрыгивая через скакалку (педагог вращает скакалкой у пола, дети перепрыгивают на двух ногах) и композицию № 9 «Мама ищет козлят» - ходьба по кругу с носка на спине мешок с капустой, группировка «велосипед», покачивания из сидя «п-турецки».</p>	

<b>январь</b>	<b>1</b>	<p>Выполнить комплекс целиком 1 раз, прерываясь на исправления и уточнения техники отдельных упражнений.</p> <p>Начать разучивать отдельные упражнения с мячом в композиции № 3: махи руками с мячом вверх и в стороны; перекаты мяча между кистями; подбрасывания вверх и ловля мяча от пола.</p>	
	<b>2</b>	<p>Продолжать закреплять технику основных движений программы.</p> <p>Закреплять упражнения в 1,2,4-10 «Финал». Продолжать разучивать упражнения с мячом (3) перекаты мяча между кистями, полуприседы с отведением мяча в стороны и вперед, ритмичные отбивы мяча,</p>	
	<b>3</b>	<p>Начать занятие с разучивания упражнений с мячом: 1. Вращение мяча перед грудью; 2. Полуприседы с отведением мяча в стороны и вперед; 3. И.п. – мяч на вытянутых руках вперед; поочередные махи согнутыми ногами вперед; 4. Ритмичные отбивы мяча; 5. Не высокие подбрасывания мяча; 6. Покачивания бедрами, поочередно прижимая мяч к плечам; 7. Прыжки: ноги врозь – вместе, мяч над головой; 8. Прыжки со сменой ног вперед – назад, мяч перед грудью.</p> <p>Уточнить упражнение из композиции № 7 (прогибы и сгибание позвоночника в упоре на четвереньках) и</p>	
	<b>4</b>	<p>Повторить всю сказку целиком под музыку. Закрепить все композиции. Уточнить упражнения в композиции № 9: Ходьба по кругу с носка «на спине мешок с капустой». Упражнения сидя 1. 3 пружинящих наклона вперед, руками достать носочки, 4 наклона в стороны; повторить все. 2-4 раза. 2. Сед –руки в упоре сзади прогнуться, сгруппироваться, обхватив руками колени; 2-4 раза. 3. Упор на предплечьях сзади – «велосипед». 4. Сед «по-турецки», руками обхватить голову; покачивания в стороны; 6-8 раз.</p>	
	<b>5</b>	<p>Выполнить комплекс упражнений 1 раз. Закрепить 6 композицию. Упражнение с обручами: 1. Вдох – поднять обруч вверх; выдох – присед, опуская обруч; 2-4 раза. 2. Поднять обруч верх; правую ногу назад на носок, прогнуться; присед, обруч вниз; повторить 2-4 раза, меняя положения ног.</p> <p>Волк возвращается к козлятам: дети перестраиваются в круг и выполняют бег на месте в упоре на руках.</p>	

	<b>6</b>	Закрепить выполненный целиком сюжетно-ролевой комплекс упражнений. Проверить у каждого ребенка отдельно выполнение упражнений: «велосипед», из седа «по-турецки», «твист», прогибы и сгибания позвоночника в упоре на четвереньках. В конце занятия провести игру «Преодолей препятствие». Пройти на носочках по гимнастической скамейке; пролезание под дугой; прыжки вперед на двух ногах. Обеспечить страховку во время выполнения упражнений.	
<b>февраль</b>	<b>1</b>	Совершенствовать технику основных движений комплекса. Уточнить упражнения с мячом (композиция 3) – махи руками с мячом вверх и в стороны; перекаты мяча между кистями; подбрасывание вверх и ловля мяча; отбивы и ловля мяча от пола; прыжки на двух ногах. Закреплять перепрыгивания через скакалку.	
	<b>2</b>	Продолжать совершенствовать технику основных движений комплекса, уточняя упражнения с мячом и скакалкой. Развивать двигательные способности (быстроту, гибкость). Прививать детям дружелюбие, сопереживание.	
	<b>3</b>	Развивать способность выражать чувства и эмоции через движения, жесты и мимику. Выполнить комплекс упражнений целиком, закрепляя 3 упражнения с мячом (3), совершенствую присед и подъем с движением «твист», наклоны вперед и полуприседы с движениями рук и пальцев (4).  Продолжать совершенствовать упражнения из седа на пятках (7) и из седа на полу (9).	
	<b>4</b>	Совершенствовать все упражнения комплекса. Развивать координацию, гибкость, быстроту. Воспитывать сопереживание, происходящему, двигательное воображение. В конце занятия преодоление препятствий: подтягивание на руках по гимнастической скамейке; пролезание под дугой; прыжки на двух ногах вперед.	
	<b>5</b>	Выполнение комплекса целиком без остановки музыки. Проконтролировать выполнение упражнений у каждого ребенка. Совершенствовать технику основных движений комплекса. В конце занятия преодоление препятствий: подтягивание на руках по гимнастической скамейке, пролезание под дугой на четвереньках, прыжки на двух ногах в обруч.	
	<b>6</b>	Создать у детей бодрое веселое настроение, дать почувствовать радость движения. Выполнить разученный комплекс целиком под музыку. Проконтролировать дыхательные упражнения в 6 композиции. Преодоление препятствий ходьба по гимнастической скамейке на носочках, руки в стороны, спрыгивания со скамейки; пролезание под дугой на четвереньках, прыжок в обруч на двух ногах.	

	<b>7</b>	<p>Развивать двигательные способности (быстроту, гибкость, координацию, музыкальность). Создавать у детей бодрое веселое настроение. Выполнение комплекса целиком под музыку, совершенствуя упражнения с мячом (3). Полоса препятствий: перешагивание через скамейку; пролезание под дугой на четвереньках; бег на месте в упоре на руках.</p> <p>Познакомить детей с композицией «Разноцветная игра» (муз. Б. Савельева). Развивать умение ориентироваться в пространстве; находить свободное место в зале; становиться парами по кругу.</p>	
	<b>8</b>	<p>Формировать способность детей к осознанному выполнению упражнений комплекса. Развивать координации., гибкость, быстроту, силу. Преодоление полосы препятствий: перешагивание через скамейку, ходьба по скамейке на носках, руки в стороны, пролезание под дугой, бег на месте в упоре на руках. Обязательно обеспечить страховку ребенка во время выполнения упражнений.</p> <p>Продолжать разучивать пляску «Разноцветная игра». Прыжкиб ноги врозь – вместе; на припеве выполнять все движения на пружинящих ногах.</p>	
<b>март</b>	<b>1</b>	<p>Познакомить детей с содержанием музыкальной сказки «Кошкин дом» (сказка С. Маршака, муз. Н. Александровой). Изучение начинать без инвентаря. Изучить упражнения композиция № 1 «Тили – бом» и № 2 «Песенка котят». Уделить внимание на обучение серии полуприседов из 1 композиции. Начать изучение целостным методом под музыку, для создания настроения, а затем перейти к детальному обучению. Уделить внимание технике движений рук. Выучить отдельно полуприседы, потом добавить движения рук. Руки в позе «матрешка» - пружинящие шаги с продвижением в круг из круга, меняя положение рук.</p>	
	<b>2</b>	<p>Продолжать изучение комплекса. Уточнить последовательность упражнений в комплексе 1 и 2. Основные движения этих композиций разучивать без музыки. Упражнения из 2 композиции сед на пятках. 1. Наклоны головы вправо-влево; 2. «котят скребутся в дверь» (имитация руками и пальчиками); 3. Руки за спиной – наклон вперед прогнувшись, постепенно разгибаясь, выпрямиться (движения типа «волна»); 4. Стойка на четвереньках – прогнуться («котят просят молока»), согнуться («кошка сердится»); 5. Стойка на руках и ногах – ходьба вперед и назад. Каждую композицию выполнять под музыку 2-4 раза.</p>	

3	<p>Начать занятие с повторения композиции 1 и 2. При необходимости остановиться на выполнении основных движений (2-4 раза без музыки). Детально остановиться на упражнениях композиции № 3 «Гости» (руки за спиной, ходьба с высоким подъемом бедра, двигаясь вперед в круг; поклон, то же назад) и композиция 4 «Дуэт кошки и петуха». 1. Руки в стороны, плавно опуститься на одно колено, наклон вперед, руки вниз то же опускаясь на другое колено); 2. Руки в стороны; равновесии на правой ноге, левая нога согнута вперед, махи руками («петушок машет крыльями»), то же на левой ноге; 3. Руки к плечам, поворот переступанием на месте вокруг себя, одновременно махи согнутыми руками в стороны.</p>	
4	<p>Повторение композиции 1 – 4. Выучить последовательность упражнений в этих композициях. При необходимости еще раз остановиться на выполнении основных движений (2-4 раза без музыки). После этого повторить композиции еще раз целиком в музыкальном сопровождении. Разучить композицию № 5 «Танец гостей»: прыжки на двух ногах, руки на поясе, то же руки к плечам; то же с хлопками; прыжки на левой ноге, прыжки на правой ноге (по 8 раз); прыжки: ноги врозь – вместе, руки на поясе.</p>	
5	<p>Продолжать изучать комплекс целостным методом. Повторять композиции 1-4, уточняя отдельные упражнения и связки, и их последовательность (1-2 раза). Уделять внимание мимике («котятка просит молоко», «кошка сердится»). Разучить последовательность прыжков в композиции № 5, затем повторить ее под музыку.</p> <p>Добавить композицию № 6 «Пожар», создать у детей представление о суете, суматохе, об угрозе жизни при пожаре</p>	
6	<p>Целиком пройти композиции 1-6. Повторить 2-3 раза каждое упражнение. Разобрать детально композицию № 6 без музыки. 1 речитатив: наклоны вправо-влево; куплет: 1. Присед руки за голову (4 раза); 2. Полуприсед, руки внизу («насос») 8 раз; 3 глубокий вдох носом, наклон – выдох через рот, губы «трубочкой» (задуть огонь) 8 раз; 4. Изобразить работу с лопатой (засыпаем огонь песком) 8 раз; 5. Руки в замок, наклон вперед («дровосек») 8 раз.</p> <p>2 речитатив: 1. Бег по кругу в сочетании с движениями рук («суматоха»); 2. Ходьба по кругу в сочетании</p>	

	<b>7</b>	Выполнить последовательно 6 композиций. Формировать выразительность движений и жестов на основе сопереживания двигательным действиям. Продолжать разучивание 6 композиции без музыки, затем повторить целиком под музыку. Разучить композицию № 7 «Песня поросят» - пружинящие полуприседания в сочетании с наклонами и работой рук (малые круги перед собой «едим ложкой», «пяточок», встряхивание кистями перед грудью, поглаживание животика, «грозить «пальцем»). Поочередное выставление ноги вперед на пятку, слегка приседая на опорной ноге, руками ввинчиваем «фонарики».	
	<b>8</b>	Последовательно выполнить 7 композицию. По ходу выполнения корректировать технику отдельных упражнений. Обращать внимание на эмоциональное выразительное выполнение упражнений. Добавить к разучиванию комплекса композицию № 8 «Танец петушков». Разобрать ее детально: 1. Сед на полу, руки согнуты возле пояса. Передвижения вперед («гусеничка»), назад «гусеничка»; 2. Пружинящие наклоны вперед; 3. Из упора сзади на предплечьях «велосипед».	
<b>апрель</b>	<b>1</b>	Разучить композицию № 9 «Финал». Обучить основным упражнениям композиции: «русский поклон», пружинящие полуприседы с хлопками, переступание вокруг себя, шаг с припаданием в круг, из круга. Повторить весь комплекс под музыку.	
	<b>2</b>	Продолжать обучать основным элементам композиции № 8: из седа на полу – «мостик», ходьба в упоре на руках и на ногах сзади в круг, из круга, «гусеничка» вперед-назад, «велосипед». В композиции № 9 учить шаг с припаданием; приседы на одной ноге, другая нога вперед на пятке. Разученный комплекс выполнить под музыку.	
	<b>3</b>	Учить упражнениям с гимнастической палкой в композиции № 6 «Пожар» (палку держать за концы двумя руками). Дыхательные упражнения «насос» - полуприсед; «задуть огонь» - выдох через рот. Развивать воображение (разобрать «Кошкин дом «по кубикам»). Пройти целиком весь комплекс, формируя выразительность движений и жестов на основе сопереживания двигательным действиям.	
	<b>4</b>	Развивать способность передавать в пластике музыкальный образ, используя образно – игровые движения «засыпаем огонь песком», «дровосек» (используя гимнастические палки в композиции № 6 «Пожар»). Выполнить разученный комплекс целиком. Уточнить последовательность упражнений композиции № 7 «Песня поросят» пружинящие полуприседы; полуприседы с наклонами вправо – влево; с хлопками, «покружить хвостиками».	

	<b>5</b>	Продолжать развивать двигательные качества: ходьба по кругу в сочетании с дыхательными упражнениями, легкий бег по кругу в сочетании с движениями рук («суматоха»). Воспитывать сопереживание происходящему, двигательное воображение (раскрыть детям образ несчастных голодных котят, «скребки в дверь», «котят просят молока у сердитой кошки»). Выполнить комплекс целиком.	
	<b>6</b>	Разученный комплекс «Кошкин дом» выполнить целиком. Определить полосу препятствий в композиции № 7 «Песня поросят»: 1. Ходьба на носочках между обручами красного цвета («змейка»); 2. Скольжение по скамейке на животе (подтягивание туловища руками). Развивать координацию, гибкость, силу, быстроту, выносливость.	
	<b>7</b>	Закреплять технику основных движений программы «Кошкин дом» (серия полуприседов, пружинящие шаги, из седа на полу, упражнения с гимнастическими палками). Повторить комплекс целиком, уточняя и исправляя действия детей.  Пройти полосу препятствий: 1. Ходьба на носках между обручами красного цвета («змейка»); 2. Прыжка через синие обручи с ноги на ногу; 3. Ходьба по гимнастической скамейке (обеспечить страховку каждому)	
	<b>8</b>	Выполнить комплекс целиком 1 раз. Совершенствовать технику основных движений комплекса. Новые задания по преодолению препятствий: 1. Подлезание под дугу на четвереньках; 2. Подъем на гимнастическую скамейку и спрыгивание на маты. Стимулировать самостоятельное выполнение комплекса в целом.	
<b>май</b>	<b>1</b>	Создавать радостное веселое настроение, дать почувствовать радость движения, выполняя комплекс упражнений «Кошкин дом». Продолжать развитие общеразвивающих упражнений: пружинность (переступания, приседания, шаги в круг, из круга), гибкость («мостик», «паучок»).	
	<b>2</b>	Разучить упражнение «Лошадки» (А. Буренина), развивая умение ориентироваться в пространстве (перестроение в круг – в рассыпную). Учить пружинящим приседаниям, в сочетании с работой рук («держат поводья», имитация езды на лошади). Ходьба друг за другом с высоким подниманием колена, галоп.  Изучить упражнение «Поросята». Используя образно-игровые движения: «брызганье водой», «стряхивание воды с рукавов», туловища, развивая чувство ритма, чувство равновесия (прыжки на одной ноге). Уточнять ритмичные пружинные приседания в такт музыке («Лошадки»).	

3	<p>Продолжать обучение упражнения «поросята». Используя образно-игровые движения: 2брызганье водой», «стряхивание воды» с рукавов, туловища, развивая чувство ритма, чувство равновесия (прыжки на одной ноге). Уточнять ритмичные пружинные приседания в такт музыке («Лошадки»).</p> <p>Разучить игру «Птички и ворона» (муз. А. Кравцович) А. Бурениной.</p>	
4	<p>Развивать воображение и фантазию в игре «Птички и Ворона». Импровизировать под музыку (летать, клевать, прыгать на полянке). Птички- дети бегают по залу, при появлении вороны прячутся в «домики» - обручи. Ведущий забирает 2-3 обруча. Вырабатывать быстроту реакции.</p> <p>Повторить упражнения «Лошадки» и «Поросята».</p>	
5	<p>Познакомить с упражнением «Кузнечик» (муз. В. Шаинского) А. Бурениной. Разучить последовательность упражнений: прыжки – ноги врозь – вместе, полуобороты направо – налево туловища, повороты головы направо – прямо и налево – прямо; имитация «лягушки» раскачивание туловища из стороны в сторону. Продолжать развивать выразительность движений в игре «Птички и Ворона» Искать зернышки, притаиться, всматриваться в «домики»).</p>	
6	<p>Развивать образное восприятие музыки (безобидный кузнечик и лягушка съела прыгуна). Уметь передавать состояние кузнечика; воспитывать сопереживание происходящему. Уточнить движения имитации «лягушки», пружинящие движения ног в сочетании с работой рук («ножницы» снизу – вверх и обратно).</p>	
<p><b>Всего занятий - 61зан</b></p>		

## Учебно-тематический план (5-7 лет)

Дата	№ зан	Программное содержание
<b>октябрь</b>	<b>1</b>	Разучивание последовательности движений композиции «Озорники». Развитие способности воспринимать музыку, её настроение и характер. Ознакомление детей с содержанием музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Обучение учащихся определять и передавать характерные движения Сыщика, Короля, Принцессы, Трубадура. Изучение упражнения к композиции 1 «Сыщик» и 2 «Переполох во дворце». Обучение серии пружинящих шагов.
	<b>2</b>	Уточнение последовательности упражнений 1-2 музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Детально остановиться на основных упражнениях композиции 3 «На привале» и 4 «Погоня». Выучивание последовательности упражнений в этих композициях. Обучать выразительным жестам и движениям.  <del>Продолжение разучивание композиции «Озорники»: прямой галоп, кружение шагом на месте.</del>
	<b>3</b>	Разучивание композиции 5 «Песня Трубадура» музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Повторение композиции 1-4. Изучение элемента «Мостик», «Стойка на лопатках», «Рыбка». Продолжать разучивание последовательности движений композиции «Озорники» Формирование развития чувства ритма, умение выполнять прямой галоп, кружение шагом
	<b>4</b>	Разучивание композиции 6 «Дуэт короля и принцессы» музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Создание представление об образе и взаимоотношениях Короля и принцессы. Уточнение последовательности упражнений 1-5. Повторение композиции «Озорники» развивать способность прыжковых движений, галоп с продвижением вперёд и в <del>расцепленную</del>
	<b>5</b>	Разбирание детально композиции 6 «Дуэт короля и принцессы» музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Разучивание композиции 7 «Разбойники» и выполнить её целиком создав помощью характерных движений, жестов и мимики образ атаманши и разбойников. Повторение композиции «Озорники» развивать чувство ритма, координацию движений.
	<b>6</b>	Выполнение последовательно композиции 1-7 музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Разучивание акробатического упражнения в композиции 5 «Рыбка», «Мостик» и упражнения хореографии из композиции 6 «деми-плие», «соте» и позиции рук. Разучивание образно-игровой композиции «Маляры»: Высокий бег в рассыпную, выставление на прыжке ноги на пятку, имитация движений «красим потолок».

	<b>7</b>	Повторение движения композиции 1-7 целиком под музыку музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Обучение основным движениям: пружинистая ходьба, приставные шаги, прогибы, выпады. Разучивание композиции 8 «Иностранца» развивать жесты и мимику. Развитие умения ориентироваться в пространстве в композиции «Маляры»: высокий бег по кругу, бег с продвижением вперёд.
	<b>8</b>	Разучивание танцевальных движений «твист» композиции 8 «Иностранца». Разучивание композиции 9 «Баю-баюшки-баю» целиком под музыку. Разбор детально упражнения. Продолжение развития координации движений в композиции «Маляры».
<b>ноябрь</b>	<b>1</b>	Разучивание комплекса музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов» до конца. Развитие физических качеств в полосе препятствий «Ходьба на гимнастической скамейке, подлезание под дугой, прыжки в обруч - композиции 10 «Песня друзей».
	<b>2</b>	Закрепление техники выполнения основных движений комплекса музыкальной сказки «По следам Бременских музыкантов». Стимулирование самостоятельно выполнять детьми отдельных композиций. Повторение комплекса целиком под музыку и руководством ведущих детей.
	<b>3</b>	Развитие физических качества (гибкость, силы, координации, быстрота) в эстафетных соревнованиях: эстафетная палочка, перепрыгни ров. Стимулирование самостоятельно выполнять детьми отдельных композиций. Повторение комплекса целиком под музыку и руководством ведущих детей.
	<b>4</b>	Повторение комплекса под руководством детей. Развитие двигательного воображения, сопереживание происходящему, самовыражение через двигательную деятельность. Развитие физических качества (гибкость, силы, координации, быстрота) в эстафетных соревнованиях: перепрыгни ров (вариант — 2), перетягивание каната.
	<b>5</b>	Совершенствование техники основных движений музыкально-ритмического комплекса «По следам Бременских музыкантов». Выполнение комплекса самостоятельно без активной помощи педагога, дети основные ведущие. Совершенствование способности выражать чувства и эмоции через движения, жесты и мимику.
	<b>6</b>	Совершенствование техники основных движений музыкально-ритмического комплекса «По следам Бременских музыкантов». Стимулирование самостоятельного выполнения детьми комплекса в целом. Закрепление последовательности движений. Разучивание танцевальной композиции «Калинка» Разучивание движений русской народной пляски, движения гармошка, шаг
	<b>7</b>	Повторение последовательности движений музыкально-ритмического комплекса «По следам Бременских музыкантов». Закрепление музыкально-ритмического материала и последовательность выполнения движений композиции «Калинка». Разучивание элемента плясовой пляски «верёвочка», подскоки с ноги на ногу.

	<b>8</b>	Совершенствование техники основных движений музыкально-ритмического комплекса «По следам Бременских музыкантов» - оценивание подготовленности каждого ребёнка: знание двигательного материала, самостоятельное выполнение комплекса в целом. Обогащение двигательного опыта в позиции «Калинка» шаг с припаданием, шаг с притопом.
декабрь	<b>1</b>	Знакомство детей с содержанием музыкальной сказки «Снежная королева». Обучение детей определять и передавать характерные движения Снежной королевы, Кая, Герды. Изучение упражнения к композиции 1 «Пролог». Обучение серии пружинящих шагов с поворотом правого и левого плеча, небольшое скручивание, полувыпады в сторону в круг и из круга. Развитие способности воспринимать музыку, её настроение и характер.
	<b>2</b>	Уточнение последовательности упражнений в композиции 1 музыкальной сказки «Снежная королева». Детально останавливаться на основных упражнениях композиции 1 «Пролог» Разучивание приставных шагов с полуприседом, скачки по кругу и скачки со сменой мест. Обучать детей выразительным жестам и движениям.
	<b>3</b>	Разучивание композиции 2 «Быль. Песня Герды о Снежной Королеве». Повторение композиции 1. Изучение элементов: выпады с поворотом в стороны, движение мельница руками, наклоны «волна», наклоны по дуге, амплитудные круговые движения туловищем, наклоны в стороны. Формирование развития чувства ритма,
	<b>4</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-2 музыкальной сказки «Снежная королева». Изучение музыкально-ритмического материала и последовательность выполнения движений. Разучивание композиции 3 «Хвостовство Кая». Разучивание ритмичных шагов на месте, серия шагов со сменой положения рук, серия прыжков с движениями рук.
	<b>5</b>	Повторение композиции 1-4 музыкальной сказки «Снежная королева». Развитие способности передавать в пластике асимметричные движения — прыжки в полуприседе с поворотами вправо, влево, прыжки и махи голенью вправо, влево. Умение быстро менять направление и характер движения, бег по кругу, махи руками.
	<b>6</b>	Уточнение последовательности движений музыкально-ритмического комплекса «Снежная королева». Закрепление музыкально-ритмического материала и последовательность выполнения движений композиции 1-4. Разучивание с детьми перестроения в круг и перестроение в 2 шеренги.
	<b>7</b>	Повторение движения композиции 1-4 целиком под музыку музыкальной сказки «Снежная королева». Разучивание композиции 5 «Визит Снежной королевы». Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ используя вальсовые движения Развитие умения ориентироваться в пространстве. Разучивание приставных вальсовых шагов в сторону, поворот вокруг себя переступанием на носках, приставные шаги вперёд и назад.
	<b>8</b>	Продолжение разучивания танцевальные вальсовые движения композиции 5 «Визит Снежной королевы». Разбор упражнения детально: приставные вальсовые шаги вперёд и назад с последующим поворотом кругом, вальсовые шаги по кругу, в круг и из круга, перестроения бегом в три шеренги.

<b>январь</b>	<b>1</b>	Разучивание композиции 6 «Весенний реп» музыкальной сказки «Снежная королева». Разучивание пружинящих шагов на месте, с одновременным разгибанием рук от плеча вниз, пружинящие полуприседы в сочетании с работой рук. Повторение движения композиции 1-5 целиком под музыку музыкальной сказки «Снежная королева».
	<b>2</b>	Разучивание махов ногами с прихлёстыванием голени. Целиком повторять движения композиции 1-5 целиком под музыку музыкальной сказки «Снежная королева».
	<b>3</b>	Разучивание композиции 7 «Цветочная поляна»: упражнение из седа на коленях, волнообразные наклоны вперёд, акробатические упражнения «рыбка», «лодочка», «Стойка на лопатках». Разучивание композиции 8 «Танго в лесу»: широкие скользящие шаги вперёд-назад, Развитие творческих способностей - импровизированные движения в характере цыганочки.
	<b>4</b>	Последовательно выполнять композиции 1-8. Разучивание акробатических элементов «Мостик», «Стойка на лопатках», «Рыбка», «Лодочка» - оценить выполнение у каждого ребёнка. Разучивание последовательности композиции 8: прыжки на месте, широкие скользящие шаги вперёд-назад, прыжки с поворотами, скользящие скрещенные шаги в стороны и по кругу.
	<b>5</b>	Формирование выразительности движений и жестов на основе сопереживания двигательным действием. Повторение последовательности композиции 1-8. Разучивание композиции 9 «Скоренько-прескоренько». Разучивание лёгкого бега со сменой направления и преодоления полосы препятствия: перешагивание через гимнастическую скамейку, подлезание под дугой, припрыгивание через предмет.
	<b>6</b>	Разучивание композиции 10 «Крем-брэм. Встреча с атаманшей». Закрепления движения пружинистых шагов на месте, поочерёдное сгибание и разгибание ноги на месте, стойка на согнутой ноге. Разучивание композиции 11 «Секрет розового оленя» б ходьба с высоким подъёмом бедра по кругу, вокруг себя, прыжок «олень» руки скрещены над головой - рога оленя.
<b>февраль</b>	<b>1</b>	Повторение последовательно композиции 1-11. разучить композицию 12 «Бал снежной королевы»: ходьба по кругу в парах, вокруг себя, реверанс.
	<b>2</b>	Уточнение последовательности движений музыкально-ритмического комплекса «Снежная королева» композиции 1-12. Разучивание композиции 12 «Возвращение весны» на основе импровизации.
	<b>3</b>	Совершенствование способности выражать чувства и эмоции через движения музыкально-ритмического комплекса «Снежная королева», жесты и мимику. Стимулирование самостоятельно выполнять детьми комплекса в целом, где герои сказки дети
	<b>4</b>	Разучивание пластического этюда «Дорогой длиною». Развитие гибкости и пластичности в упражнении пластического этюда: «Алёнушка», «Длинные короткие ноги», «Езда на велосипеде». Совершенствование техники основных движений музыкально-ритмического комплекса «Снежная королева». Выполнения комплекса упражнений без остановки под музыкальную фонограмму праздника.

	<b>5</b>	Продолжение разучивания пластического этюда «Дорогой длиною». Разучивание попеременного удара носка через ногу, попеременное сгибание и разгибание ног в коленях. Стимулирование самостоятельного выполнения детьми комплекса «Снежная королева» целом. Развитие самовыражения через двигательную активность.
	<b>6</b>	Разучивание музыкально-ритмической композиции «Под музыку Вивальди». Экзерсис на середине зала. Стимулирование самостоятельное выполнение детьми комплекса «Снежная королева» целом. Развитие самовыражения через двигательную активность. Повторение последовательности движений в пластическом этюде «Дорогой длиною» б дуга и группировка.
	<b>7</b>	Повторение музыкально-ритмической композицию «Под музыку Вивальди». Стимулирование самостоятельно выполнять детьми комплекса «Снежная королева» целом. Развитие самовыражения через двигательную активность. Повторение последовательности движений в пластическом этюде «Дорогой длиною» дуга и группировка
<b>март</b>	<b>1</b>	Ознакомление содержанием музыкальной сказки «Хоттабыч». Обучение определять и передавать характерные движения Хоттабыча, Гоги. Изучение упражнения к композиции 1 «Песня про Хоттабыч». Обучение шагам с пружинкой с поворотом, пружинящий полуприсед с поворотом. Развитие способности воспринимать музыку, её настроение и характер.
	<b>2</b>	Уточнение последовательности упражнений в композиции 1 музыкальной сказки «Хоттабыч». Детально останавливаться на основных упражнениях композиции 1 «Песня про Хоттабыч». Разучивание серии шагов с пружинкой размахивая руками в согласовании с шагами, полуповороты в сторону, шаги и выпады, 4 шага с хлопками. Обучение детей выразительным жестам и движениям
	<b>3</b>	Разучивание композиции 2 «И в мирное время бывают герои». Повторение композиции 1. Изучение маршевых шагов и перестроениям в 3 шеренги, выпады в сторону, два приставных шага в сторону. Формирование развития чувства ритма.
	<b>4</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-2 музыкальной сказки «Хоттабыч». Изучение музыкально-ритмического материала и последовательности выполнения движений. Умение быстро менять направление и характер движения
	<b>5</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-2 музыкальной сказки «Хоттабыч». Разучивание упражнения композиции 3 «Супруги Хапугины» партия Хапугиной. Обучение детей наклонам по дуге с полуповоротов направо (налево). Обучение детей выразительным жестам и движениям.
	<b>6</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-3 музыкальной сказки «Хоттабыч». Разучивание упражнения композиции 3 партию Хапугина. Обучение детей стойке на носках в полуприседе, небольшим жёстким прыжкам на двух ногах, скользящие скрещенные шаги в сторону, медленным наклонам в сторону.
	<b>7</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-3 музыкальной сказки «Хоттабыч». Разучивание упражнения композиции 3 «Партия Хапугина и Хапугиной». Обучение детей скользящим шагам, выпадам, встать прыжком в основную

	<b>8</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-3 музыкальной сказки «Хоттабыч». Разучивание упражнений композиции 4 «Появление Хоттабыча». Обучение стремительному бегу по кругу руками выполняя движения, учить шаги галопом вправо и влево. Скачки с продвижением по кругу, прыжки на двух ногах с хлопками над головой. Обучение дыхательному упражнению «Хоттабыч чихает», приседания и подъёмы из исходного положения, упражнения поз « по-турецки», «полулотос», «лотос».
<b>апрель</b>	<b>1</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-4. Повторение последовательности упражнений в композиции 4: учить шаги галопом вправо и влево, скачки с продвижением по кругу, прыжки на двух ногах с хлопками над головой, упражнения поз «по-турецки», «полулотос», «лотос».
	<b>2</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-4 музыкальной сказки «Хоттабыч». Разучивание упражнения композиции 5 «Песня рабынь». Обучение выполнять горизонтальную «восьмёрку» правым предплечьем, шаги припаданием вправо, влево, скрещенные шаги на носках вперёд к центру круга.
	<b>3</b>	Повторение последовательности движений в композиции 1-5 под музыку и без музыки. Изучение музыкально-ритмического материала и последовательность выполнения движений. Обучение детей выполнять горизонтальную «восьмёрку» правым предплечьем, шаги припаданием вправо, влево, скрещенные шаги на носках вперёд к центру круга
	<b>4</b>	Выполнение комплекса упражнений целиком 1-5 музыкальной сказки «Хоттабыч». Закрепление упражнения композиции 5 «Песня рабынь». Закрепление последовательности выполнения движений. Разучивание упражнения композиции 6 «Прогулка». Обучение детей скрещенным шагам по гимнастической скамейке, ходьбе «змейкой» по протянутой верёвочке.
	<b>5</b>	Выполнение комплекса упражнений 1-6 музыкальной сказки «Хоттабыч» уточняя действия детей, корректируя действия словами и жестами. Разучивание упражнения композиции 7 «Гога». Обучение детей строится в 3 шеренги, прыжком выставлять правую ногу в сторону на носок, прыжком менять положение ног, прыжок с двух ног на одну. Разучивание
	<b>6</b>	Выполнение комплекса упражнений 1-7 музыкальной сказки «Хоттабыч». Закрепление упражнения композиции 7 «Гога» выполняя без музыки и под музыку. Уточнение действия детей в словесной подсказке и жестами. Разучивание упражнения композиции 8 «Как избавиться от бороды» партия Вольки.
	<b>7</b>	Разучивание композиции 8 «Как избавиться от бороды» партию Хоттабыча. Изучение пружинящих полуприседов, руками одновременные горизонтальные круги, пружинящий полуприсед в стойку на одной ноге. Повторение композиции 1-7. Формирование развития чувства ритма.
	<b>8</b>	Выполнение комплекса упражнений 1-8 музыкальной сказки «Хоттабыч». Закрепление упражнения композиции 8 «Как избавиться от бороды» целиком выполняя под музыку. Закрепления выполнение движений пружинящие полуприседы, руками одновременные горизонтальные круги, пружинящий полуприсед в стойку на одной ноге.
	<b>9</b>	Разучивание композиции «Женя Богорад» тема восточные мотивы, маршевую тему. Изучение круговых движений коленом, высокий шаг правой ногой в сторону, удары правой ногой об пол. Закрепление упражнения композиции 8 «Как избавиться от

		бороды» целиком выполняя под музыку. Закрепление выполнения движений пружинящие полуприседы, руками одновременные горизонтальные круги, пружинящий полуприсед в стойку на одной ноге.
<b>май</b>	<b>1</b>	Повторение музыкальной композиции 9 «Женя Богорад» тема восточные мотивы, маршевая тема музыкальной сказки «Хоттабыч». Разучивание упражнения композиции 10 «Отделение милиции». Разучивание движения: высокие шаги на месте, с поворотом направо шаг правой ногой в сторону в выпад, правый «треугольник», левый «треугольник», правый «квадрат».
	<b>2</b>	Продолжение разучивания музыкальной композиции 10 «Отделение милиции». Разучивание движения композиции 11 «Хоттабыч в рабстве у Хапугиных»: махи согнутой ногой вперёд, небольшие прыжки во время выполнения махов, кувырок вперёд из стойки, наклон «складка», упражнение «кошечка».
	<b>3</b>	Продолжение разучивания музыкальной композиции 11 «Хоттабыч в рабстве у Хапугиных» махи согнутой ногой вперёд, небольшие прыжки во время выполнения махов, кувырок вперёд из стойки, наклон «складка», упражнение «кошечка».
	<b>4</b>	Выполнение под музыку композиции 10 «Отделение милиции». Повторение движения композиции 11 «Хоттабыч в рабстве у Хапугиных»: махи согнутой ногой вперёд, небольшие прыжки во время выполнения махов, кувырок вперёд из стойки, наклон «складка», упражнение «кошечка».
	<b>5</b>	Повторение движения композиции 8-10. Закрепление упражнения композиции 10 «Хоттабыч в рабстве у Хапугиных». Разучивание движения композиции 12 «Спасение Хоттабыча»: скрещенные шаги в сторону, последовательные приседания и подьёмы, одновременные покачивания с ноги на ногу.
	<b>6</b>	Разучивание движения композиции 13 «Песня про Хоттабыч». Повторение движения композиции 8-10 музыкальной сказки «Хоттабыч». Закрепление упражнения композиции 11 «Хоттабыч в рабстве у Хапугиных». Повторение комплекса целиком под музыку и руководством ведущих детей.
	<b>7</b>	Стимулирование самостоятельного выполнения комплекса «Хоттабыч» целом. Развитие самовыражения через двигательную активность. Повторение последовательности движений в композициях 10-12. Совершенствование техники основных движений музыкально-ритмического комплекса «Хоттабыч» - оценить подготовленность каждого учащегося: знание двигательного материала, самостоятельное выполнение комплекса в целом.
	<b>8</b>	Совершенствование техники основных движений музыкально-ритмического комплекса «Хоттабыч». Выполнение комплекса упражнений без остановки под музыкальную фонограмму праздника.

**Всего: 61 занятие**

### 3. Календарный учебный график

Срок реализации программы кружка – с 01 октября до 31 мая.

№п/п	Общеразвивающие программы дополнительной части ООП	Возрастная группа	Кол-во в неделю	Продолжительность одного занятия	День(и) недели	Время
1.	«Ритмика»	4-5 5-7	2	20-25 25-30	Понедельник Среда	16.20- 16.50

### 4. Оценочные и методические материалы

#### Уровни освоения программы учащихся дошкольного среднего возраста

##### 4-5 лет.

**Низкий уровень.** Учащийся не качественно выполняет сложные упражнения. Слабо контролирует способ выполнения танцевальных движений. Отсутствует творческая активность. Задания на импровизацию выполняет без увлечения и интереса.

**Средний уровень.** Учащийся качественно выполняет большинство музыкально-ритмических упражнений, но не всегда старается, отвлекается. Осуществляет самоконтроль в движениях. Охотно выполняет задания на импровизацию.

**Высокий уровень.** Учащийся уверенно, точно, с большим напряжением в заданном темпе и ритме выразительно выполняет упражнения. Проявляет самоконтроль и самооценку. Стремится к лучшему результату. Интерес к музыкально-ритмическим упражнениям высокий.

#### Уровни освоения программы учащихся дошкольного старшего возраста

##### 5-7 лет.

**Низкий уровень.** Учащийся активен только в некоторых видах музыкально-ритмической деятельности. Не всегда узнает знакомую музыку. Имеет слабые двигательные навыки. Плохо ориентируется в пространстве при исполнении танцев и перестроении. Не принимает активного участия в импровизации.

**Средний уровень.** Учащийся понимает средства музыкальной выразительности, умеет проанализировать музыку. Узнает интонацию того или иного музыкального произведения, но не уверен в своих знаниях. Затрудняется проявлять активность на праздниках, концертах. Иногда ошибается при выполнении танцевальных движений музыкально-ритмических композициях.

**Высокий уровень.** У учащегося развита культура слухового восприятия, музыкально эрудирован, высоко развиты двигательные навыки, умеет точно выполнять танцевальные движения в хореографических композициях. Хорошо ориентируется в пространстве. Способен творчески составить не сложные комбинации из знакомых упражнений.

### **Методическое обеспечение программы:**

Программа по ритмической пластике «Ритмика» является модифицированной. Она составлена на основе программ: А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика» и методических рекомендаций Н.А.Фоминой «Сюжетно-ролевая гимнастика».

### **Список используемой литературы:**

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика» - программа по ритмической пластике для детей// Санкт -Петербург, 2000
2. Н.А. Фомина «Сюжетно-ролевая гимнастика» - методические рекомендации к программе по физическому воспитанию дошкольников// Москва, 2005
3. А Буренина Т. Сауко « Топ-хлоп, малыш»