Департамент образования комитета по социальной политике и
культуре администрации г. Иркутска
**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
города Иркутска детский сад № 183
(МБДОУ г. Иркутска детский сад № 183)**

664082, г. Иркутск, мкр. Университетский, 108.,e-mail: mdou183@list.ru тел.: 48-29-41

СОГЛАСОВАНА
на заседании педагогического совета от
Протокол №1 от 29.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ г. Иркутска
детским садом №183
_____ О.С. Кондря
«29» 08 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная программа художественно-эстетической направленности

«Ритмопластика»

Возраст обучающихся 5 – 7 лет.

Срок реализации: 3 года
Автор-составитель:
Мутина Ирина Валерьевна,
инструктор по физической культуре

г. Иркутск
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ритмика- это синтетический вид деятельности
в основе которого лежит музыка,
а движения выражают образ и
конкретизируют основные
средства музыкальной выразительности.

А.И.Буренина

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

В период от четырёх до семи лет ребёнок интенсивно растёт развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В дошкольном возрасте внимание детей ещё неустойчиво, дети отличаются большой подвижностью и впечатлительностью, поэтому они нуждаются в частой смене движений. Для успешного достижения результатов на занятиях ритмики необходимо чередовать разные виды музыкально- ритмической деятельности: использовать музыкально- ритмические игры, этюды, пальчиковую гимнастику. Они коротки, разнообразны и доступны детям по содержанию. Особое место в программе уделяется подбору музыкально-ритмического репертуара, который выполняется ежегодно в связи с современными требованиями. При этом он отвечает требованиям высокой художественности, воспитывает вкус ребёнка и обогащает его разнообразными музыкальными впечатлениями, вызывая моторную реакцию, а также удобен для двигательных упражнений.

Ритмика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств.

Красивые движения, усвоенные на занятии, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома. Сколько приятных волнений для маленького человека и его родных доставляют его показательные выступления на праздничном концерте и на открытых занятиях!

Ритмичные упражнения содействуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмопластикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения.

Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

Актуальность

Ритмика как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребенка, для его гармоничного духовного и физического развития. Танец является богатейшим источником эстетических впечатлений ребенка, формирует его художественное «я» как составную часть орудия общества.

Танец органично сочетает в себе различные виды искусства, в частности, музыку, песню, элементы театрального искусства, фольклор. Он воздействует на нравственный, эстетический, духовный мир людей различного возраста. Что же касается непосредственно детей, то танец, без преувеличения, развивает ребенка всесторонне.

Новизна дополнительной общеразвивающей программы «Ритмопластика» заключается в следующем: программа имеет интегрированный характер обучения, которая позволяет по мере необходимости варьировать образовательный процесс, конкретизировать и структурировать ее содержание, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников. А также предоставляет возможность для развития творческих способностей обучающихся.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что занятия ритмопластикой подразумевает развитие чувства ритма, умения слышать и понимать музыку, согласовывать с ней свои движения, одновременно развивать и тренировать мышечную силу корпуса и ног, пластику рук, грацию и выразительность.

Самореализация и самовыражение, развитие уверенности в себе являются необходимой основой для дальнейшей деятельности ребенка и реализации своих творческих способностей.

Занимаясь ритмопластикой в кружке, дети получают не только подготовку, но и знакомятся с танцевальными композициями, приобретают навыки выступления перед зрителями.

В отличие от существующих программ, данная программа вводит детей в

большой и удивительный мир ритмичных движений, посредством игры знакомит с некоторыми жанрами, видами, стилями танцев. Путем танцевальной импровизации под понравившуюся музыку у детей развивается способности к самостоятельному творческому самовыражению.

Предусматривает дифференцированный подход к обучению, учёт индивидуальных психофизиологических особенностей воспитанников. Использование традиционных и современных приёмов обучения позволяет заложить основы для формирования основных компонентов образовательной деятельности: умение видеть цель и действовать согласно с ней, умение контролировать и оценивать свои действия.

Адресат программы – дети дошкольного возраста. Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеразвивающей программы, от 4-х лет до 7 – ми лет.

Особенности работы обусловлены, прежде всего, возрастными возможностями детей.

Сроки реализации программы, формы и режим занятий.

Программа по ритмике рассчитана на три года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет. В ходе реализации программы сочетается групповая и индивидуальная

Программа рассчитана на 68 учебных часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту детей.

Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста:

- 4 – го года жизни – не более 20 минут,
- 5 – го года жизни – не более 25 минут,
- 6 – го года жизни – не более 30 минут,

Структура занятия по ритмики – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир ритмопластики, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

Цель программы – Формировать у детей творческие способности через развитие ритмичных и танцевальных движений.

Задачи:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.
- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

Планируемые результаты

1 год обучения *(средняя группа).* После первого года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений ритмики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. 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

занимающиеся дети 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.

3 год обучения *(подготовительная группа).* После третьего года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами ритмическими упражнениями. 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.

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ ПО РИТМОПЛАСТИКЕ

Раздел «Ритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

Раздел «Гимнастика» служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

Раздел «Танцы» направлен на формирование у детей танцевальных движений. Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы ритмичных упражнений и элементы различных танцев.

Раздел «Музыкально – ритмическая композиция» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе

представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершённость. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения обогащают внутренний мира ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ.

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

- Начальный этап – обучение упражнению *(отдельному движению)*;
- Этап углубленного разучивания упражнений;
- Этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап	**Этап углубленного разучивания**	**Этап закрепления и совершенствования**
- название упражнения; - показ; - объяснение техники; -опробования упражнений.	- уточнение двигательных действий; - понимание закономерностей движения; - усовершенствование ритма; -свободное и слитное выполнение упражнения.	- закрепление двигательного навыка; - выполнение упражнений более высокого уровня; - использование упр. в комбинации с другими упражнениями; - формирование индивидуального стиля.

Чтобы учебный процесс у детей 4-7 лет был эффективным, на занятиях по ритмике, максимально используется ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника – игра. Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз – физкультминуток – в том случае, если достаточно большая часть занятия проводится сидя на стульях; или же наоборот – для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются на занятиях имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

Занятия по ритмики способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ
ПО ХОРЕОГРАФИИ

№ п/п	**Разделы программы**	**Год обучения** *(возрастная группа)*		
		1 (средняя)	*2 (старшая)*	*3 (подгон.)*
1.	Ритмика	18	18	20
2.	Гимнастика	13	15	16
3.	Танец	5	6	8
4.	Музыкально – ритмическая композиция	27	22	16
6.	Пальчиковая гимнастика	5	5	6
7.	Музыкально – подвижные игры	4	6	6
	Всего занятий	**68**	**68**	**68**

УСЛОВИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

- ✓ Личностное общение педагога с ребенком;
- ✓ Правильное покрытие пола – деревянное либо ковровое покрытие;
- ✓ Избегать употребление жвачки во время занятия;
- ✓ Каждый ребенок должен иметь обязательную спортивную одежду для занятия.
- ✓ Широкое использование технических средств обучения *(видео, аудио техника);*
- ✓ Атрибуты, наглядные пособия;
- ✓ Зал предварительно проветривать и проводить влажную уборку;
- ✓ Иметь: расписание занятий, методический материал, календарный план, результативность каждого занимающегося по итогам года.

ВОЗРАСТНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ

4 – 5 лет.

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

5 – 6 лет.

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений. Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений. Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

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 исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие.

Дети подготовительной группы 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.

ЛИТЕРАТУРА

1. Азбука хореографии Татьяна Барышникова. МОСКВА 1999.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.
3. Дошкольник: Обучение и развитие Белкина В.Н., Васильева Н.Н.-Ярославль-1998г.
4. Танцевальная мозаика- хореография в детском саду - Слуцкая С.Л.-2006г.
5. Чистякова М. Н. Психогимнастика - Просвещение 1995г.
6. Егоров В. Расскажи стихи руками. М.: издательство А/О « Совер» при участии общества « Пролог» 1992
7. «Са-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально- игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учереждений._- СПБ.; « Детство – Пресс»-Фирилёва Ж. Е., Сайкина Е. Г. 2000.
8. Народный танец на самодеятельной сцене (учебно- методическое пособие) А. А. Борзов- москва 1986г.
9. Танцевальная ритмика для детей 1, 2 Татьяна Суворова- СП 2005г.
10. Потанцуй со мной, дружок Ирина Каплунова, Ирина Новоскольцева -2010г

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
Перспективный план работы с детьми

Первый *год обучения*		**ритмика**	**танец**	**Танцевально-ритмическая гимнастика**	**Музыкально-подвижная игра**	**Музыкально – ритмическая композиция**	**Элементы игрового стретчинга**	**Креативная гимнастика, пальчиковая гимнастика, игромассаж**
октябрь	**Занятие 1-4**	Хлопки в такт музыки (дождик) Топание ногами (гром)	“Мы едем, едем, едем…” “Лягушка” «Кузнечик» (песня о кузнечике, муз. В. Шаинского)	“Чунга-чанга” «На крутом бережку» (Б.Савельева, А.Хайт)	«Найди своё место»	Стойка – руки на пояс, пятки вместе, носки врозь и расслабление Танцевальный шаг на носках	«Змея», «Ёжик», «Паук», «Лягушка»	Творческая игра «Кто я?» Пальч. Гимнастика “Туман”
	Занятие 5-8	Хлопки в такт музыки (дождик) Топание ногами (гром)	“Мы едем, едем, едем… “ “Лягушка” “На пруду” «Танец сидя» (музыка любой польки)	“Чунга-чанга” «На крутом бережку» (Б.Савельева, А.Хайт)	«Нитка – иголка» «Пузырь»	Плавные движения руками, Танцевальный шаг на носках	«Морская звезда», «Краб», «Дельфин», «Рыбка»	Упражнение на расслабление мышц «Вороны» Креативная гимнастика “Ветер и листья”

ноябрь	**Занятие 9-12**	Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю	“Бибика” “Рыбачок” «Если весело живётся»	“У жирафа…” Упражнение «Хоровод» песня «От улыбки» В.Шаинский, Пляцковский	«Цапля и лягушка» «Зайчата»	Приседания (плие) поднятие на носки (релеве) Комбинация из шагов: 8 шагов с носка,4 приставных шага вправо, присесть, ногу на пятку, 4 хлопка в ладоши.	«Морская звезда», «Улитка», “Лодочка”, “Камень”.	Творческая игра «Море волнуется» Пальч. Гимнастика “Осень”
	Занятие 13-16	Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю Легкий бег построение в круг;	“Бибика” “Мы едем, едем, едем… “ «Галоп шестёрками” (йоксу-полька)	“У жирафа…” «Чебурашка» (В.Шаинский, Э. Успенский) “Чунга-чанга”	«Карусели» «Пузырь»	Комбинация: 1-2 присесть 3-4 исходное положение 5-6 на носки 7-8 исходное положение 1-2 руки на пояс 3-4 руки вниз 5-6 за спину 7-8 вниз Приставной шаг в сторону, скрестный шаг в сторону Пружинка	«Медведь», «Цапля», «Кошечка», Ежик	На укрепление мышц живота и спины: «Орешек», «Кобра», «Велосипед» Физминутка - “Лягушки”

декабрь	**Занятие 17-20**	Хлопки на каждый счёт и через счёт, Галоп построение в линию;	“Куклы-неваляшки” «Мы пойдём сначала вправо», «Галоп шестёрками (йоксу-полька)	«Часики» (песня «тик-так» З.Петров, А.Островский, «Чебурашка» Упражнение «Хоровод» песня «От улыбки» В.Шаинский, Пляцковский	«Нитка – иголка» «Пузырь»	Комбинация: 1-2 присесть 3-4 исходное положение 5-6 на носки 7-8 исходное положение 1-2 руки на пояс 3-4 руки вниз 5-6 за спину 7-8 вниз Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону	«Месяц», “Черепаха”, “Слон”, “Кобра”, “Ванька-встанька”	Игровой самомассаж «Разотру ладошки сильно» Дыхательное упражнение “Шарики”
	Занятие 21-24	Удары ногой на каждый счёт и через счёт Бег построение в две линии.	“Куклы-неваляшки” «Лавота» Упражнение “Стирка” (по Сувовровой Т.И.)	“Снежинки” (вальс) “Ай-да-да” в парах (Топ-хлоп-малыши)	«Марш-полька», «Птички и ворона»,	Танцевальные позиции ног: 1, 2, 3 Пружинка Пружинка	Упражнение для развития гибкости «Я – маг волшебник»	Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик – дедушка…» Игра “Снежная баба”

январь	**Занятие 25-28**	На 1 – хлопок, 2,3,4 – пауза Марш	«Полька – хлопушка» (музыка любой польки), «Мы пойдём сначала вправо»	Упражнение с платочком (песня «На свете невозможное случается»), «Ну, погоди!» Танец “дедов Морозов”	«Эхо», «Найди себе пару»,	Танцевальные позиции рук: подготовительная, 1, 2,3 Комбинация: 8 танцевальных шагов на носках, 8 шагов с поворотом на 180 градусов Комбинация: 8 танцевальных шагов на носках, 8 шагов с поворотом на 180 градусов Кружение	«Кошечка», «Лисичка», “Медвежонок”, “Лошадка”	Творческая игра «Кто я?» Креативная гимнастика “На горке” Пальчик.гимнастика Я перчатку надеваю…
	Занятии 29-32	На 1 – притоп, 2,3,4 – пауза, Подскоки Бег и прыжки в сочетании по принципу контраста;	«Санки» «Полька – хлопушка»	Упражнение с обручем («Неприят-ность эту мы переживём» Б.Савельев) “Маленький танец” /в парах	«Отгадай, чей голосок», «Поезд»	Перевод рук из подготовительн. позиции в 1, во 2, в 3, чнова в подготовительную Комбинация8 танцевал. шагов на носках, 8 шагов с поворотом на 360 градусов	«Маятник», «Замок» “Дощечка”, “Зернышко”	Упражнение на дыхание и расслабление «Руки к солнцу поднимаю..» Пальчикова я гимнастика Игрушки Игра “Снежинки”

февраль	**Занятие 33-36**	На 1 – хлопок, 2,3,4 – пауза, на 5 – притоп, на 6,7,8 - пауза	Полька «Старый жук» (музыка из к/ф «Золушка»), «Матушка – Россия»	«Ванька - встань-ка» (ансамбль «Рондо»), «Неприят-ность эту мы переживём»	«Совушка», «Цепочка»,	Комбинация из пройденных элементов: 1-2 плие, 3-4 исходное положение, 5-8 повторить, 1-2 ногу в сторону на носок, 3-4 приставить 5-8 повторить 1-2 руки в 1поз. 3-4 во 2 поз. 5-8 в подготовит. Русский хороводный шаг Русский хороводный шаг	«Веточка», «Книжка», “Столбик”, “Качели”	Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик хочет спать…» Творческая игра “Художник-невидимка”
	Занятие 37-40	На 1-4 поднять руки вперёд, 5-8 опустить	«Автостоп» (музыка диско), Полька «Старый жук» «Цыганские напевы»	«Божья коровка» (песня «Лети коровка божья Т.Булановой) «Ванька - встань-ка»	«Вороны-воробьи», С ленточками – “карусель”	Шаг с притопом с переменой ног Комбинация из пройденных элементов: 1-2 плие, 3-4 исходное положение, 5-8 повторить, 1-2 ногу в сторону на носок, 3-4 приставить 5-8 повторить 1-2 руки в 1поз. 3-4 во 2 поз. 5-8 в подготовит.	«Ящерица», «Кораблик» “Крокодил”, “Обезьянка”	Упражнение на релаксацию «Я лежу на спине как медуза на воде…» креативная гимнастика - ”На дне”

март	**Занятие 41-44**	Руки в сцеплении на 1-4 вверх 5-8 вниз 1-2 вверх 3-4 вниз -2р.	«Большая прогулка» (любой марш), «Автостоп» «Кузнечик» (песня о кузнечике, муз. В. Шаинского)	«Пластилино-вая ворона» (Г.Гладков, Э.Успенский) «Божья коровка»	«Поезд» , «Космонавты»,	«Под музыку вивальди» (С.Никитин) Пружинка, Кружение	«Качели», «Рыбка». “Горка”, “Зайчик”	Игровой самомассаж «Я в ладоши хлопаю…» Шофер, Самолет
	Занятии 45-48	Шаги по кругу: 1-4 руки вверх, 5-8 руки вниз, Торжественный шаг	Бальный танец «Вару – вару», «Большая прогулка»	«Разноцветн. игра» (Б. Савельев), «Пластилино-вая ворона»	«Усни трава», «Собери урожай»,	Шаг – “Ковырялочка” Кружение	«Кузнечик», «Черепаха» “Гусеница” “Паучок”	Творческая игра «Магазин игрушек» Пальчиковая гимнастика “волна”, “Змея”, “Цветок”
апрель	**Занятие 49-52**	1-4 первая шеренга руки вперёд 5-8 вторая шеренга руки вперёд 1-4 первая шеренга руки вниз 5-8 вторая шеренга руки вниз	«Чунга-чанга» В.Шаински Бальный танец «Вару – вару»	«Марш» Г.Свиридов, «Разноцветн. игра»	«Погода», «Ловишки»,	«Танцкласс» (Ф.Лоу) “Топотушки”	«Ёжик», «Слон» “Собачка” “Змея”	Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик хочет спать…» Упражнения в парах “Лодочка”, “Вертушка”, “Звездочка”
	Занятие 53-58	Бег по кругу: 1-8 на каждый счёт, 1-8 через счёт (по кочкам)	«Цыганские напевы» «Мячик» (М.Минков) «Чунга-чанга»	«Марш» Г.Свиридов, «Красная шапочка» А.Рыбников	«Марш-полька», «Найди себе мето»,	«Танцкласс» (Ф.Лоу) Боковой шаг «Крестик» Кружение	«Страус», «Птица» “Морская звезда” “Рыбка”	Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене» Упраждение “Дни недели”

май	**Занятие 59-62**	Ходьба по кругу: 1-8 на каждый счёт, 1-8 через счёт, поднимая вперёд колено (через кочки)	«Полька» (Кремена), «Мячик» (М.Минков), «Кузнечик» (песня о кузнечике, муз. В. Шаинского)	«Кот Леопольд» Б.Савельев, «Красная шапочка» А.Рыбников	«Нитка-иголка», «Автомобили»,	Перевод рук из одной позиции. в другую, полуприседы и подъёмы на носки Галоп вперёд и в сторону	«Веточка», “Таракан”, “Пловцы” «Улитка»	Упражнение на расслабление «Ветер дует нам в лицо» Упражнение “На лужайке”
	Занятие 63-66	Ходьба по кругу с подниманием рук вперёд в разном темпе: 1-4 руки вверх, 5-8 руки вниз, 1-2 вперёд, 3-4 – вниз)	Повторение: «Большая прогулка», «Вару-вару», «Чунга-чанга», «Мячик»	Повторение: «Разноцветная игра», «Марш», «Красная шапочка», «Кот Леопольд»	«Отгадай, чей голосок», «Самолеты»,	«Под музыку вивальди» (С.Никитин) Прыжки с выбрасыва-нием ног вперёд	«Месяц», «Лисичка» “Орешек”, “Муравей”	Творческая игра «Магазин игрушек» Пальчиковая гимнастика Ботинки, Упражнения с массажными мячиками “Веселые ножки” Последнее Занятие – 1. конкурс «Разминка» 2. Конкурс на лучшее исполнение танца. 3. Конкурс «Повтори за мной» 4. Конкурс на лучшее танцевальное движение. 5. Весёлый конкурс. 6. Подведение итогов.

<u>Второй</u> год обучения		**Ритмика**	**Танец**	**Танцевально - ритмическая гимнастика**	**Музыкально-подвижная игра**	**Хореографические Упражнения, Танцевальные шаги**	**Элементы игрового стретчинга**	**Креативная гимнастика, Пальчиковая гимнастика, игромассаж**
октябрь	**Занятие 1-4**	Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт Передвижение в обход, шаг и бег, по кругу и змейкой.	«Всё мы делим пополам» В.Шаинский «Старый жук» *(Найди себе пару)* «Танцуйте сидя» Б. Савельев	«Всадник» Т.и С.Никитины «Цыплята»	«Погода» «Космонавты»	Выставление ноги на носок вперёд, в сторону, назад, в сторону – крестом. Тройной шаг с притопом	“Домик”, “Звездочка”, “Ракета”, “самолет”	Самомассаж: «Трём рукой – мочалкой» Пальч. Гимнастика «Кораблик»
	Занятие 5-8	Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт Передвижение в обход, шаг и бег, по кругу и змейкой.	«Волшебный цветок» Ю.Чичиков, «Всё мы делим пополам»	«Зарядка» (песня «День рождения» В.Шаинский), «Всадник»	«Птички и ворона» (муз. А.Кравцова) «Поезд», « Игра по станциям»	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1и 2 Русский шаг - припадание	“Домик”, “лошадка”, “кошечка”, “ласточка”	Упражнение на расслабление «Подуем на плечо» Игровой самомассаж, «Оса»

ноябрь	**Занятие 9-12**	Равновесие на одной ноге с опорой и без неё Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится	«полька» (йоксу-полька), «Волщебный цветок» «Макарена»	«Четыре таракана и сверчок», «Зарядка»	«Эхо» «Музыкальные стулья»	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1и 2, выставление ноги на носок «крестом» Тройной переменный шаг	“Маятник”, «Замок» “Дощечка”, “Зернышко”	Пальчиковая гимнастика «Серенький комок сидит» «Творческая импровизация»
	Занятие 13-16	Перестроение в две колонны. Размыкание по ориентирам. Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон,5-8 выпрямиться	«Модный рок» (любая современная), «Полька»	Упражнение с двумя лентами («Облака» В.Шаинский), «Четыре таракана и сверчок»	«Козочки и волк» (музыка из к/ф «Звуки музыки») «Усни-трава»	«Открывание» рук во 2 поз., ногу в сторону на носок, наклон корпуса в сторону Комбинация из выученных шагов	«Ёжик», «Слон» “Собачка” “Змея”	Упражнение на расслабление «Руки кверху поднимаем»

декабрь	**Занятие 17-20**	Бег по кругу с ноги на ногу. Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер 3/4	Бальный танец «Падеграс» («Маленькая страна»), «Модный рок»	«Бег по кругу» (Кремена), упражнение с двумя лентами «Ну, погоди!» (песня «Расскажи, снегурочка» Г.Гладков, Ю.Энтин) «Часики»	«Игра с мячом» (Берлинская Полька) «Карлики и великаны»,	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1и 2, выставление ноги на носок «крестом», Шаг, шаг, тройной притоп	«Страус», «Птица» “Морская звезда” “Рыбка”	Пальчиковая гимнастика: «Сидит белка на тележке»
	Занятие 21-24	Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер ¾	«Макарена», «Падеграс»	«Приходи сказка» (песня «Приходи сказка»), «Бег по кругу» Танец снеговиков	«Пятнашки» (песня «Тико-тико») «Волк во рву»	«Открывание» рук в сторону и на пояс «Припадание» в сторону, «припадание с поворотом,	«Медведь», «Цапля», «Кошечка», “Ежик”	Дыхательная гимнастика «Воздух мягко набираем»

январь	**Занятие 25-28**	Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрёстно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	Русский оровод (любая русская народная песня), «Макарена» Три поросёнка»	«Чёрный кот» (Ю.Энтин), «Приходи сказка»	«Волшебный весёлый бубен» «Козочки и волк»	«Открывание» рук в сторону и на пояс, Выставление ноги «носок – пятка» вперёд и в сторону	“Шпагат” “Качели”, “месяц”, “ручеек”	Пальчиковая гимнастика «Вот помощники мои»

	Занятии 29-32	Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрёстно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	Танец «Кик» (музыка в стиле диско), «Русский народный»	«Марш» (военный марш Г.Свиридов), «Чёрный кот»	«Шеренга – колона – круг» «Игра – импровизация»	Подъём ноги через выставление на носок вперёд и в сторону Скрестный шаг в сторону, выставить ногу на пятку, руки открыть в стороны «ёлочка»	“Смешной клоун”, “Неваляшка”, “Колобок”, “Карусель”	Упражнение на расслабление «Один, два, три, четыре, пять!» Пальч. Гимнастика «Жук»
февраль	**Занятие 33-36**	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер ¾ при передвижении шагом Ходьба с препятствиями.	«Давай танцуй» (музыка в стиле диско) «Кик»	Упражнения с флажками (песня «Настоящий друг» Б.Савельев, М.Пляцковский) «Марш»	«Музыкальные змейки» «Ловля обезьян»	Прыжки из 1 позиции во 2 Прямой галоп, галоп в сторону	“Рыбка”, “змея”, “Елка”,”окошко”	Самомассаж: «Трём рукой – мочалкой» Пальч. Гимнастика «Птички прилетели»

	Занятие 37-40	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер ¾ при передвижении шагом Ходьба с увеличением темпа.	«Современник» (музыка в стиле диско) «Давай танцуй»	«Три поросёнка» (песня «Ни кола, ни двора»), упражнения с флажками	«Капканы» Найди предмет. «К своим флажкам»	Прыжки из 1 позиции во 2 Шаг польки	“Скамейка”, “кустик”, “бабочка”, “Неваляшка”	Пальчиковая гимнастика «Я в руках флажок держу» Дыхательные упражнения
март	**Занятие 41-44**	1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю Перестроение из одной колонны в три.	«Артековская полька» (дюбая полька), «Современник»	«Белочка» упражнение с мячами (песня Рождественская, В.Шаинский), «Три поросёнка»	«Запев-припев» «Музыкальные змейки»	Шаг польки	“Шпагат” “Ласточка” “Пенек”, “Солнышко”	Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене» Пальчиковая гимнастика «Воздушный шар»
	Занятии 45-48	1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю Перестроение из одной колонны в три.	«Танец с хлопками» (музыка в стиле диско), «Артековская полька»	«По секрету всему свету» - танцевально-беговое упражнение В.Шаинский, «Белочка» Хореогр-ие упр-ия. «Вальс цветов»	«Гонка мяча по кругу» «Гулливер и лилипуты»	Прыжки с вынесением ноги на носок вперёд	“Дуб”, “пушка”, “Стрела”, “вафелька”	Пальчиковая гимнастика «Колокольчик всё звенит»

апрель	**Занятие 49-52**	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Построение по кругу в парах.	«Полька тройками» (любая полька), «Танец с хлопками»	«Антошка» В.Шаинский, «По секрету всему свету»	«Нам не страшен серый волк»	Исходное положение – 1 позиция, руки вниз, плие – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в подгот. позицию, на носках переступаниями, повернуться во 2 точку класса и т.д. Тройной шаг с притопом	“Кузнечик”, «Черепаха» “Гусеница” “Паучок”	Музыкально-творческая игра «Займи место»
	Занятие 53-58	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Построение по кругу в парах.	«Московский рок» (музыка в стиле диско), «Полька тройками»	«Вместе весело шагать», «Антошка» В.Шаинский	«Игра с мячом» (Берлинская полька)	Исходное положение – 1 позиция, руки вниз, плие – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в подгот. позицию, на носках переступаниями, повернуться во 2 точку класса и т.д. Тройной шаг с притопом	“Страус”, “ласточка”, “Шпагат”, “Смешной клоун”	Музыкально-творческая игра «Повтори за мной»

май	**Занятие 59-62**	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 4 хлопка Перестроение из одной колонны в три.	«Круговая кадриль» (муз. размер 2/4), «Московский рок»	«Кукла» В.Шаинский, «Вместе весело шагать»	«Птички и ворона» (музыка А.Кравцо-вич)	Поворот вправо, влево из 3 позиции ног Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	“Лошадка”, “Пирожок”, “Волк”, “цветок”	Творческая игра «Море волнуется»
	Занятие 63-66	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 2 хлопка, на половинные – руки на пояс Построение по кругу в парах.	Ритмический танец «Спенк»(музыка в стиле диско), «Круговая кадриль»	«Аэробика» Музыка Ю. Чичкова	«Музыкальные змейки»	Повторение: позиции ног, позиции рук, точки класса Работа со спорт. атрибутом. Партерная гимнастика. Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	“Ванька-встанька”, “Ласточка”, “Шпагат”, “карусель”	Игровой самомассаж «Разотру ладошки сильно» сюжетное занятие «Приходи, сказка!» Подготовка к путешествию. Письмо от Бабы-Яги. «Королевство лилипутов» «Королевство Крокодила Гены» Прощание со сказочными героями. Подведение итога.

Третий *год обучения*		**Ритмика**	**Танец**	**Танцевально - ритмическая гимнастика**	**Музыкально-подвижная игра**	**Хореографические Упражнения, Танцевальные шаги**	**Элементы игрового стретчинга**	**Креативная гимнастика, Пальчиковая гимнастика, Игромассаж**
октябрь	**Занятие 1-4**	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Танец с хлопками» Музыка М. Леграна, мелодия из к/ф «Шербургские зонтики»	«Воздушная кукуруза» (Т.Спенсер),	«Дирижёр – оркестр»	Мелкий шаг на носках. Шаг вперед, слегка присесть и спрятаться за листья, шаг назад, руки спрятать назад. Кружения. Кружение в парах «Звездочкой». Танцевальные шаги. «Зонтики»	“Ласточка” “Пенек”, “Солнышко”, “месяц”	Акробатические упражнения Игра – “Слушай музыку”
	Занятие 5-8	Хлопки и удары ногой на сильную долю такта. Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Упражнение с осенними листьями» Композиция на музыку Е.Доги «Вальс».	«Озорники» Музыка М.Зацепина к к/ф «Кавказская пленница»	«Круг и кружочки»	два круга, звездочка, два концентрических круга. Топающий шаг. Прямой галоп. Хореог-ие упражнения Поочерёдное пружинное движение ногами.	“Шпагат” “Слоник”, “собачка”, “Ванька-встанька”	Упражнение на расслабление «Подуем на плечо» Пальчик. Гимнастика «Моталочки»

ноябрь	**Занятие 9-12**	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится	«Птичка польку танцевала» Песня из к/ф «Приключения Буратино», музыка А. Рыбникова. «Реченька»	«Дождик».	«Эхо»	Кружение шагом (на прямых «кукольных ногах») на месте. Нога на пятку на прыжке вернуться в исходное положение. Выбрасывание ног. Ритмические хлопки. Притопы. Полуприседания. Подскоки на месте. Выбрасывание ног с ударом носком об пол.	“Пирожок”,” паучок”, “Черепашка”, “жучок”	Упражнения на расслабление - “зарядка для черепахи”, Игра – “хромая собачка”
	Занятие 13-16	Построение в шеренгу Строевые приёмы, строевой шаг. Подскоки. Различные перестроения. Боковой галоп. Ритмические хлопки.	«Игра с мячом» Берлинская полька	Три поросёнка» (песня «Ни кола, ни двора»), упражнения с флажками	«Круг и кружочки»	Хореог-ие упражнения Поочерёдное пружинное движение ногами.	“Посмотри назад”, “Поворот сидя”, “Рыбка”, “змея”	Упражнение на расслабление «Руки кверху поднимаем» Пальч. Гимнастика игра -- Снегопад»

декабрь	**Занятие 17-20**	Перестроение из колоны по одному в колону по трое. Гимнастическое дирижиро-вание: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер 3/4 Маршевый шаг.	«Танец колокольчиков» Музыка п. Чайковского, «Танец феи Драже». «Полонез»	«Танец богатырей» Песня А. Пахмутовой «Сила богатырская»	«Веселая змейка» «Горел-ки»	Импровизация. Работа с мечами. Выпады. Танцевальные шаги-повторение.	“Мостик”, “Веточка”,” гора”, “Елка”	Пальчиковая гимнастика: Этот пальчик хочет спать…. Дыхательная гимнастика –Сдуй меня, пылесос
	Занятие 21-24	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер ¾ Перестроения.	«Какадурчик» Шуточный танец. Музыка В. Козлова Танец «Снежинок»	Хореографичес кие упражнения «Снеговики»	«Делай как я и лучше меня»	Прыжки с поочередным подниманием согнутой в колене ноги и подтягиванием колена к локтю. Шаг с каблучка. Чарльстоновское движение.	“Цапля”, “березка”, “Павлин”, “жучок”	Дыхательная гимнастика «Воздух мягко набираем» Креативная гимнастика - “Оттаивание и замерзание”

январь	**Занятие 25-28**	Упражнение по звуковому сигналу. Ходьба и бег в рассыпную. Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрёстно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	«Старинная полька» Шуточный парный танец со сменой партнеров «Ковырялочка»,	Танец «Новогодний»	«Гонка мяча по кругу»	«Шаг с «plie», Приставные шаг, подскоки.	“Колобок”, “Шпагат”, “Сложный замок”, “Поворт сидя”	Пальчиковая гимнастика Игра – Медленно вперед с мячом
	Занятии 29-32	Хлопки и удары ногой на сильную долю такта Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрёстно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	«Танец мотыльков» Музыка С. Рахманинова, «Итальянская полька». Движения «Самба»	Танец «Чарли»	«День и ночь»	Боковой галоп с приставление ноги. Бег по кругу противоходом. Притопы. Кружения в парах.	“Месяц,” “солнышко”, “Ласточка”, “мостик”	Пальчиковая гимнастика «Гномы» «Птичий двор»

февраль	**Занятие 33-36**	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер ¾ при передвижении шагом Ходьба и бег по звуковому сигналу. Перестроение в колонну	Танец морячков Яблочко	«Танец мышек» Музыка Д. Шостоковича, «Вальс – шутка	«Музыкальные змейки» «Повтори за мной»	Маршевые перестроения. приставные шаги. Кружения парами. Приседания. Шаг «с каблучка» Наклоны головы. Кружения на полупальцах.	“Скамейка”, “кустик”, “бабочка”, “неваляшка”	Пальчиковая гимнастика «В гости к другу» Игра – Огонь на горе
	Занятие 37-40	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер ¾ при передвижении шагом Строевые приемы «Напра-во!», «Нале-во!», «Кру-гом!»	«Современник» (музыка в стиле диско) «Давай танцуй» «Лихие ковбои»	« «Озорники» Музыка М.Зацепина к к/ф «Кавказская пленница»	«Капканы» «Дети и медведь»	Прыжки из 1 позиции во 2 Шаг польки приставные шаги	“Смешной клоун” “Неваляшка”, “Колобок”, “Карусель”	Пальчиковая гимнастика «Я в руках флажок держу», «Зима» Игра-путешествие спортивный фестиваль
март	**Занятие 41-44**	1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю Перестроение из колонны по одному в колонну по три. Размыкания по ориентирам.	««Рок-н-Ролл»	««Цыганские напевы» Венгерская мелодия в исполнении Ф. Гойи.	«Запев-припев» Заводная кукла	Простой шаг. Работа ад пластичностью и мягкостью рук. Перестроения. Кружения.	“Кузнечик», «Черепаха» “Гусеница” “Паучок”	Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене» Пальч.гимнастика «10 маленьких утят» Заводная кукла

	Занятии 45-48	Перестроения, и размыкание, Подскоки.	««Дети и природа» Музыка О. Юдахиной, «Песенка о разных языках» «Танго»	«Калинка» Русская народная мелодия в обработке и исполнении Ф. Гойи	«Гонка мяча по кругу» «День-ночь»	Пантомима. Ориентировка в пространстве. Импровизация движений в образе Животных, Птиц, Бабочек и т.д. «Гармошечка». Шаг с припаданием. «Ковырялочка» «Веревочка».	“Русалочка”, “Мостик”, “Кошечка”, “волк”	Пальчиковая гимнастика «Колокольчик всё звенит», Творч. Игра «Найди животных»
апрель	**Занятие 49-52**	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Строевые приемы «Напра-во!», «Нале-во!», «Кру-гом!»	«Вальс» «Пластический этюд с обручами» Композиция на музыку Поля Мориа	Танец «Детский сад» (шуточный)	«Запев – припев»	Работа с обручем. Перестроения. Тройной шаг с притопом	“Лисичка”, “Шпагат”, “Сложный замок”, “Посмотри назад”	Музыкально-творческая игра «Займи место» «Летает – не летает»
	Занятие 53-58	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Перестроение из колонны по одному в колонну по три. Размыкания по ориентирам. Ходьба в свободных направлениях.	«Сиртаки» Музыка М. Теодоракиса в исполнении Ф. Гойи	«Упражнения с цветами» Музыкальная пьеса «Добрая фея» Г. Гладкова	«Делай как я, делай лучше меня»	Основной шаг танца««Сиртаки». Приставной шаг. Работа головы. Работа над мягкостью и пластичностью рук.	“Кустик”, “бабочка”, “Качели,волна”	Музыкально-творческая игра «Повтори за мной» Пантомима;

май	**Занятие 59-62**	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 4 хлопка Ходьба и бег на внимание. Бег «с захлестом».	Движения «ча-ча-ча»	Танец «Прощальный вальс»	«Птички и ворона» (музыка А.Кравцо-вич)	Поворот вправо, влево из 3 позиции ног Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков Шаг «с каблучка».	“Ручей”,”пирожок”, “Змея”,” фонарик”	Творческая игра «Море волнуется» Пальч. Гимнастика «Кто живёт в моей квартире»
	Занятие 63-66	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 2 хлопка, на половинные – руки на пояс Марш, Перестроения. Ходьба и бег на внимание.	«Два барана» Шуточная парная композиция на песню М. Козлова «Два барана» «Круговая кадриль»	«Песенка о лете» Музыка Е. Крылатова	«Музыкальные змейки» «Круг и кружочки»	Повторение: позиции ног, позиции рук, точки класса Притопы на сильную долю. Импровизация под музыку Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	“Каракатица”, “павлин”, “Березка”, “шпагат”	Игра – волчки и самолеты. Последнее сюжетное занятие «В ГОСТЯХ У ТРЁХ ПОРОСЯТ» - Танцевально – ритмическая гимнастика , общеразвивающие упражнения под музыку, Прыжки , Эстафета с кубиками, Танец. Подведение итога.