

Пояснительная записка

Рабочая программа «Весёлые лучики» разработана в соответствии с дополнительной образовательной программой для детей дошкольного возраста муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Крепыш» муниципального образования город Ноябрьск.

Содержание программы направлено на развитие у дошкольников художественно - творческих способностей через использование новых методик и технологий.

Программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

1. Киенко О.Л., «Детская хореография» Программа по организации и структуре занятий для детей среднего дошкольного возраста., - Харьков, 2019 г. – 177с.
2. Киенко О.Л., Киенко М.Л., Методика развития данных маленьких танцоров., - Харьков, 2019 г. – 140 с.

Рабочая программа «Весёлые лучики» ориентирована на возраст детей 4 - 5 лет, срок реализации – 7 месяцев.

Программа реализуется в ходе дополнительной образовательной деятельности и предусматривает 57 периодов образовательной деятельности (2 раза в неделю).

Максимальная общеобразовательная нагрузка не превышает допустимого объема, установленного СанПиН 1.2.3.3685-21 и составляет 20 минут, а также предусматривает проведение физкультминуток и подвижных игр в ходе образовательной деятельности.

Форма реализации программы – групповая.

Цель программы – приобщить детей к танцевальному искусству, способствовать их эстетическому и нравственному развитию. Привить детям основные навыки умения слушать музыку и передавать в движении её многообразие и красоту. Выявить и раскрыть творческие способности дошкольника посредством хореографического искусства.

Задачи программы:

Обучающие:

- Знакомство и изучение разных направлений танца.
- Формирование умения слушать музыку, понимать её настроение, характер, передавать их танцевальными движениями.
- Формирование правильной постановки корпуса, рук, ног, головы; пластики, культуры движения, умения ориентироваться в пространстве.

Развивающие:

- Развитие координации движения, мышечной, слуховой и зрительной памяти.
- Развитие чувства темпа и ритма, эмоциональности и позитивного самоощущения.

Воспитательные:

- Формирование художественного вкуса.
- Выработка навыков общения в коллективе.
- Воспитание культуры поведения и чувства прекрасного.
- Создание атмосферы радости детского творчества в сотрудничестве.

Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что система обучения танцу строится с учётом индивидуальных и психофизиологических особенностей каждого ребёнка; соблюдается личностно – ориентированный подход в обучении хореографии; танец рассматривается как способ развития основных познавательных процессов личности ребёнка, творческой инициативы и его эмоционально – волевой сферы. В дополнительную программу включены нетрадиционные виды упражнений:

- игропластика позволяет детям свободно выражать свои эмоции;
- пальчиковая гимнастика, помимо развития мелкой моторики рук, оказывает положительное воздействие на улучшение памяти, мышления;
- игровой самомассаж формирует у ребёнка навык сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления;

- креативная гимнастика, направлена на развитие выдумки, творческой инициативы, свободного самовыражения и раскрепощённости.

Отличительная особенность программы

Данная программа предполагает:

- выявление индивидуальных возможностей воспитанника;
- создание ситуации успеха в ходе образовательной деятельности;
- использование нетрадиционных видов упражнений (игропластика, стретчинг, игровой самомассаж, креативная гимнастика).

Особенности организации образовательного процесса

В планировании занятий соблюдается система и преемственность использования нетрадиционных видов упражнений, учитываются возрастные и индивидуальные особенности и способности детей.

В танцевально – ритмическую деятельность входят следующие разделы: игроритмика, этюды, упражнения, стретчинг, пальчиковая гимнастика, игровой самомассаж, танец - игра.

Креативная гимнастика включает музыкально – творческие игры и специальные задания. Игровая форма данных видов облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон компонентов организованной детской деятельности, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Примерная структура занятий

Целостный процесс обучения танцам можно условно разделить на три этапа:

1. Начальный этап – обучение музыкально – ритмическим движениям.
2. Этап углублённого разучивания музыкально – ритмических движений.
3. Этап закрепления и совершенствования музыкально – ритмических движений.

Каждый этап – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

Начальный этап (*подготовительная часть*) занятия занимает 5-15% общего времени.

Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе.

Этап углублённого разучивания музыкально – ритмических движений (*основная часть*) занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей, даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические танцы, этюды, упражнения, ритмопластика.

Этап закрепления и совершенствования музыкально – ритмических движений (*заключительная часть*) занятия длится от 3 до 7 % общего времени. На данном этапе используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог.

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

Приемы и методы, используемые на занятиях художественной деятельности:

- эмоциональный настрой – использование музыкальных произведений;
- практические – упражнения, этюды, игровые методы;
- словесные методы – рассказы, беседы, художественное слово, педагогическая драматизация, словесные приемы – объяснение, пояснение;
- наглядные методы и приемы – наблюдения, показ образца, показ способов выполнения и др.

Все методы используются в комплексе.

Основные правила при проведении занятий:

1. Систематичность

Занятия хореографией должны быть регулярными. Важно постепенно повышать сложность и продолжительность танцевальных движений. Например, ребёнок не сразу запоминает весь танец, поэтому необходимо разучивать отдельные движения и постепенно соединять их в общую композицию.

2. Последовательность

Каждое занятие имеет определённую структуру. Сначала проводится разминка и разогреваются мышцы, затем повторяются выученные движения, и только после этого начинается разучивание нового материала.

3. Доступность

Оценивается уровень подготовки детей и учитываются задачи данной возрастной категории. Обучение проводится в игровой форме.

4. Разнообразие

Все движения должны быть интересными и отличаться друг от друга. Обучение хореографии начинается с упражнений, которые имитируют движения животных или используются в детских играх. Они развивают образное мышление, фантазию, учат координировать свои действия, развивают ловкость и пластичность.

Формы организации образовательного процесса

Содержание работы	Формы работы	Формы организации детей
Художественно-эстетическое развитие	Игроритмика, танцевально – ритмическая гимнастика, игропластика, музыкально – подвижная игра, сюжетная игра, стретчинг, пальчиковая, креативная гимнастика и дыхательная гимнастика, ритмический танец, этюды, упражнения, игровой самомассаж.	Групповая

Формы подведения итогов

Формами подведения итогов реализации программы являются следующие мероприятия:

- проведение открытых компонентов организованной детской деятельности для родителей;
- проведение праздников;
- выставки детского творчества, конкурсы художественного мастерства самостоятельных работ детей;
- мастер – классы, проводимые на базе других дошкольных учреждений.

Психолого-педагогические особенности детей от 4 до 5 лет

Возраст от четырех до пяти лет – это средний дошкольный период. Он является очень важным этапом в жизни ребенка. Это период интенсивного развития и роста детского организма. На данном этапе существенно меняется характер ребенка, активно совершенствуются познавательные и коммуникативные способности.

В среднем дошкольном возрасте физические возможности ребенка значительно возрастают: улучшается координация, движения становятся все более уверенными. При этом сохраняется постоянная необходимость движения. Активно развивается моторика. Дети хорошо выделяют несоответствие нормам и правилам не только в поведении другого, но и в своём собственном и эмоционально его переживают, что повышает их возможности регулировать поведение.

В этом возрасте происходит развитие инициативности и самостоятельности ребенка в общении со взрослыми и сверстниками. У детей наблюдается потребность в уважении взрослых, их похвале, поэтому на замечания взрослых ребёнок реагирует повышенной обидчивостью. Общение со сверстниками по-прежнему тесно переплетено с другими видами детской деятельности - игрой, трудом и т. п., однако уже отмечаются и ситуации чистого общения.

Игровая деятельность по-прежнему остается основной для малыша. Число детей, участвующих в общении, возрастает. Появляются тематические ролевые игры. Игра становится все более сложной: она уже сюжетно-ролевая, моделирующая и групповая. Теперь дети могут

играть самостоятельно. Они заранее придумывают сюжет, распределяют роли, подчиняются определенным правилам и жестко контролируют выполнение этих правил. В игре ребенок учится общению со сверстниками, учится контролировать свое поведение, подчиняясь правилам игры. В игре ребенок проявляет чудеса терпеливости, настойчивости, дисциплинированности. В игре ребенок развивает творческое воображение, сообразительность, волевые качества, нравственные установки.

Возрастные особенности детей 4–5 лет таковы, что они больше склонны общаться с ровесниками своего пола. Девочки больше любят семейные и бытовые темы (*дочки-матери, магазин*). Мальчики предпочитают играть в водителей и т. д. На этом этапе дети начинают устраивать первые соревнования, стремятся добиться успеха. Наблюдается повышенная потребность в признании и уважении со стороны ровесников.

На четвертом-пятом году жизни ребенок не просто активно овладевает речью - он творчески осваивает язык, он, по существу, занимается словотворчеством. Такое словотворчество позволяет ребенку к концу этого возрастного периода перейти к отвлеченной речи, пересказать сказку, рассказ, поделиться своими впечатлениями, переживаниями. В этом возрастном периоде характерной особенностью речи ребенка является использование ее для общения со сверстниками. А общение, в свою очередь, развивает речь. Благодаря развитию речи, мышления, памяти, восприятия и, главным образом, воображения ребенок четырех-пяти лет воспринимает сказку и открывает в ней свое собственное решение насущных жизненных проблем. Ребенок хочет походить на положительного героя, и таким образом сказка прививает ему доброту, чувство справедливости, умение сопереживать, то есть развивает в нем эмоциональное отношение к окружающему в соответствии с ценностями, идеалами и нормами жизни.

4-5 лет - важный период для развития детской любознательности. Дети активно стремятся к интеллектуальному общению со взрослыми, что проявляется в многочисленных вопросах (почему? зачем? для чего, стремятся получить новую информацию познавательного характера.

Говоря о воспитании детей этого возраста, нужно помнить, что на данном этапе существенно меняется характер. Ребенок становится гораздо более послушным и покладистым, чем раньше. Именно на этом этапе необходимо закладывать нравственные качества, развивать в ребенке доброту, вежливость, отзывчивость, ответственность, любовь к труду. Начинают проявляться интерес и избирательность по отношению к различным видам музыкально - художественной деятельности (пению, слушанию, музыкально - ритмическим движениям).

У детей средней группы в результате обучения, воспитания и приобретения непосредственного опыта, накапливается большой запас конкретных представлений, вырабатывается хорошая осанка. Они ходят спокойнее, ровно, бегают ритмично и довольно легко, умеют делать простые движения с атрибутами, легче и увереннее исполняют танцевальные движения, более осознанно меняют движения в соответствии с характером музыки. Все это создает предпосылки для успешной дальнейшей работы по развитию танцевальных навыков. Танцы для детей отличаются более сложным построением, танцевальные движения более детально отражают изменения характера музыки.

Детей среднего дошкольного возраста необходимо продолжать учить:

- сознательно начинать и заканчивать движения одновременно с началом и концом музыки;
- изменять характер движений в соответствии с тремя частями музыкального произведения;
- воспитывать наблюдательность, инициативу и самостоятельность;
- развивать музыкальную память, чувство ритма, творческое воображение;
- легко и свободно двигаться парами;
- точно выполнять элементы народных плясок, доступных по координации: поочередное выставление ноги на пятку, «выбрасывание» ног, полуприседания и др.

Тематический план

№	Тема	Количество периодов образовательной нагрузки	В т.ч. практических
1	Вводное занятие. Разминка. Игроритмика.	1	1
2	Этюды, танцы.	1	1
3	Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.	1	1
4	Весёлая растяжка. Пальчиковые игры.	1	1
5	Игроритмика. Музыкально – подвижная игра.	1	1
6	Азбука движения.	1	1
7	Ритмический танец. Креативная гимнастика.	1	1
8	Весёлая растяжка. Музыкально – подвижная игра.	1	1
9	Игроритмика. Ритмичный танец.	1	1
10	Танцевально – ритмическая гимнастика.	1	1
11	Азбука движений.	1	1
12	Упражнения, танцы.	1	1
13	Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.	1	1
14	Весёлая разминка. Танцевально – ритмическая гимнастика.	1	1
15	Игроритмика. Ритмический танец.	1	1
16	Этюды, танцы.	1	1
17	Весёлая растяжка. Пальчиковая гимнастика.	1	1
18	Упражнения, этюды, танец – игра.	1	1
19	Азбука движений.	1	1
20	Весёлая аэробика.	1	1
21	Ритмические упражнения, танцевальная гимнастика.	1	1
22	Игровой стретчинг: «На лесной полянке».	1	1
23	Танец. Музыкально – подвижная игра.	1	1
24	Игроритмика. Подвижная игра.	1	1
25	Этюды, танцы.	1	1
26	Азбука движений.	1	1
27	Танцевальное ассорти. Импровизация.	1	1
28	Весёлая растяжка «Цирк».	1	1
29	Музыкально – подвижная игра.	1	1
30	Весёлая разминка. Танец.	1	1
31	Ритмопластика.	1	1
32	Азбука движений	1	1
33	Танец – игра.	1	1
34	Весёлая разминка.	1	1
35	Танцевально – ритмическая гимнастика.	1	1
36	Этюды, танцы.	1	1
37	Весёлая растяжка. Игровой стретчинг.	1	1
38	Музыкально – подвижная игра.	1	1
39	Креативная гимнастика. Ритмопластика.	1	1
40	Танец – игра.	1	1
41	Азбука движения.	1	1
42	Ритмопластика.	1	1

43	Этюды, танцы, пляски.	1	1
44	Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.	1	1
45	Этюды, танцы.	1	1
46	Танец - игра, самомассаж.	1	1
47	Ритмический танец. Хоровод.	1	1
48	Разминка. Игроритмика.	1	1
49	Танцевальное ассорти.	1	1
50	Танцевально – ритмическая гимнастика.	1	1
51	Танцевально – ритмическая гимнастика.	1	1
52	Ритмический танец. Музыкально – подвижная игра.	1	1
53	Азбука движений.	1	1
54	Разминка. Игроритмика.	1	1
55	Танец – игра. Хоровод.	1	1
56	Ритмический танец. Музыкально – подвижная игра.	1	1
57	Танец, игра, весёлая растяжка.	1	1
	Итого	57	57

Требования к результатам освоения программы

К концу года дети должны знать:

- основные правила технически правильного выполнения музыкально – ритмических движений (разминка, этюд, упражнение, ритмопластика, игроритмика, стретчинг);
- последовательность выполнения музыкально – ритмических движений.

К концу года дети должны уметь:

- соблюдать элементарные правила безопасности в ходе непосредственно образовательной деятельности;
- ориентироваться в зале;
- строиться в шеренгу, колонну, круг; становиться в пары, в рассыпную и друг за другом;
- выполнять ритмические упражнения, танцы и комплексы упражнений под музыкальное сопровождение;
- овладеть навыками ритмической ходьбы;
- передавать в пластике музыкальный образ;
- оценивать свою работу, корректировать деятельность с целью исправления недочетов;
- различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове;
- использовать разнообразные движения в импровизации под музыку;
- представлять в музыкально – подвижной игре различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры).

Содержание учебного предмета

№	Тема	Содержание учебного материала
1	Вводное занятие. Разминка. Игроритмика.	Формировать способность воспринимать и воспроизводить движения с гимнастическими лентами, показываемые взрослым (повороты корпуса, шаги на месте, шаги высоко поднимая колени тянемся вверх на носочках, наклоны корпуса вниз, прыжки на двух ногах). Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями.
2	Этюды, танцы.	Формировать элементарные плясовые навыки. Развивать координацию движений, музыкальную выразительность, используя в танце – платочек. Выполнять плясовые

		движения, ритмично и согласно темпу и характеру музыкального произведения.
3	Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.	Развивать эмоциональность и образность восприятия музыки через движения. Научить детей слышать начало и окончание звучания музыки. Формировать коммуникативные отношения. Ритмично выполнять движения в соответствии с текстом, хлопать в ладоши, ритмично играть на ложках.
4	Весёлая растяжка. Пальчиковые игры.	Тренировать и укреплять мелкие мышцы рук. Выполнять упражнения на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.
5	Игроритмика. Музыкально – подвижная игра.	Развитие чувства ритмического восприятия и двигательных способностей. Формировать правильную осанку. В процессе игровых действий вызывать желание передавать движения, связанные с образом (белочка, лисичка, волк, мишка, зайка).
6	Азбука движения.	Развивать умение ритмично хлопать в ладоши: перед собой, по коленям, над головой, справа, слева от себя. Развивать наблюдательность, двигательные способности. Продолжать учить согласовывать движения с музыкой.
7	Ритмический танец. Креативная гимнастика.	Формировать элементарные плясовые навыки, расширять двигательный опыт, развивать координацию движения с музыкой. Учить детей танцевать в паре. Развивать коммуникативные навыки, эмоциональность и образность, восприятия музыки через движения. Учить ритмично хлопать в ладоши, выполнять пружинку, кружится в паре в положении «Лодочка». Развивать раскрепощённость, свободное самовыражение.
8	Весёлая растяжка. Музыкально – подвижная игра.	Развивать умение выполнять упражнения на растяжку и эластичность мышц ног, спины и живота. Учить согласовывать движения с музыкой, формировать правильную осанку.
9	Игроритмика. Ритмичный танец.	Формировать навыки ориентировки в пространстве, менять движения с изменением характера музыки и содержания песни. Способствовать приобретению умения вслушиваться в музыку
10	Танцевально – ритмическая гимнастика.	Развивать ручную умелость, мелкую и общую моторику и координацию движений рук. Формировать танцевальные движения. Развивать познавательную активность, мышление, раскрепощённость.
11	Азбука движений.	Предложить детям пофантазировать и показать руками, как машут птички крыльями, бабочки, как качаются веточки на деревьях от сильного и слабого ветра. Приучать детей, во время бега использовать все пространство зала. Изменять движение со сменой частей музыки. Обратит внимание на то, чтобы руки у детей были расслаблены, а движения плавные.
12	Упражнения, танцы.	Помогать детям чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Формировать элементарные плясовые навыки, умение соотносить движения с музыкой. Развивать внимание и умение менять движения. Развивать

		слуховое внимание. Формировать навыки коммуникаций.
13	Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.	Различать контрастную музыку и выполнять движения, ей соответствующие. Передавать в движении образы. Придумывать простейшие элементы творческой пляски. Правильно выполнять движения, которые показывает педагог. Учить детей, выражать характер произведения в движении.
14	Весёлая разминка. Танцевально – ритмическая гимнастика.	Совершенствовать умение (шагать, высоко поднимая ноги, прыжки на двух ножках, наклоны туловища вперед, хлопки в ладоши, ориентация в пространстве, и т.д.). Продолжать формировать навык ритмичного движения в соответствии с характером музыки.
15	Игроримика. Ритмический танец.	Учить детей реагировать на тихую и громкую музыку. Согласовывать с ней свои движения. Способствовать укреплению мышц ног, выработке правильной осанки, сохранению равновесия. Формировать танцевальные движения.
16	Этюды, танцы.	Развивать навыки основных видов движений: вынос ноги на носочек, каблучок, хлопки, пружинку с раскрытием рук в сторону, бег на носочках и т.д.
17	Весёлая растяжка. Пальчиковая гимнастика.	Развитие гибкости – мышц спины, живота, ног, мышц рук. Упражнения на координацию. Воспитывать внимание, самостоятельность, инициативу, положительное отношение к движениям. Тренировать и укреплять мелкие мышцы рук.
18	Упражнения, этюды. Танец – игра.	Осваивать движения новой танцевальной игры (по показу взрослого). Осваивать танцевальные движения через игровые приемы в соответствии с характером музыки, развивать ориентировку в пространстве. Развивать у детей эмоциональную отзывчивость.
19	Азбука движений.	Упражнять детей в кружении на носочках, ритмично хлопать и учить выполнять легкий поклон. Развивать умение менять движения в связи с изменением музыки (кружимся – хлопаем – поклон). Учить реагировать на смену частей музыки и соответственно ей изменять движения. Приучать ходить, бегать под музыку по кругу взявшись за руки, с последующим совершенствованием. Содействовать проявлению активности и самостоятельности. Развивать музыкально – ритмическую координацию движений.
20	Весёлая аэробика.	Формировать основные движения (по сюжету разминки). Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Развивать умение менять движения в связи с изменением содержания текста песенки и музыки.
21	Ритмические упражнения, танцевальная гимнастика.	Совершенствовать танцевальные движения, расширять их диапазон. Развивать эмоциональность и образность восприятия музыки через движения. Учить двигаться с предметами, выполнять плавные танцевальные движения с игрушками.
22	Игровой стретчинг: «На лесной полянке».	Выполнять упражнения на статическую растяжку мышц, а также расслабление для восстановления дыхания. Развивать эластичность мышц, координацию движений.

		Воспитывать у детей выносливость и старательность. Формировать умение познавать технику движений, через подражание сказочных образов. Развивать двигательную память, творческое мышление, быстроту реакции.
23	Танец. Музыкально – подвижная игра.	Выполнять движения с текстом песни. Учить ориентироваться в пространстве зала. Развивать внимание детей, двигательную память. Учить быстро, четко реагировать на смену звучания музыки. Выполнять движение легко, непринуждённо.
24	Игроритмика. Подвижная игра.	Учить детей передавать в движении игровой образ. Учить действовать под слова песни. Развивать координацию движений. Развивать способность чувствовать ритм в музыке и передавать его в движении. Формировать танцевальные движения.
25	Этюды, танцы.	Воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым. Совершенствовать умения выполнять плясовые движения (полуприседание, хлопки в ладоши, вставлять ногу на каблучок, ковырялочку вперед с тройным притопом. Заинтересовать детей, создать радостное настроение. Учить быстро, четко реагировать на смену звучания музыки.
26	Азбука движений.	Совершенствовать танцевальные движения, расширять их диапазон. Обучать умению танцевать в парах, выполнять простейшие перестроения. Продолжать совершенствовать навыки основных движений. Обратит внимание детей на весёлый, озорной характер музыки.
27	Танцевальное ассорти. Импровизация.	Обучать детей комплексу упражнений, которые развивают растяжку, гибкость, координацию, правильную осанку. Учить детей мышечному и эмоциональному расслаблению; развивать умение воплощаться в игровой образ, сочетать темп движений с характером музыки, передавать характер образа через движение. Развивать творческое мышления, творческую двигательную деятельность, умение владеть своим телом. Повышать интерес к физическим упражнениям через игровую деятельность.
28	Весёлая растяжка «Цирк».	Развивать коммуникативные навыки. Способствовать развитию у детей музыкального и выразительного исполнения движений.
29	Музыкально – подвижная игра.	Продолжать формировать способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым и самостоятельно. Развивать способность детей исполнять выразительные движения животных в соответствии с музыкой и игровым образом. Развивать коммуникативные навыки детей. Различать контрастную музыку и выполнять движения, ей соответствующие. Учить ориентироваться в пространстве.
30	Весёлая разминка. Танец.	Формировать основные движения (по сюжету разминки). Воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым. Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями.
31	Ритмопластика.	Развивать музыкальность, пластичность и выразительность

		движений. Развивать координацию движений, чувство ритма, выразительно выполнять движения согласно тексту.
32	Азбука движений.	Формировать умение соотносить движения с музыкой. Развивать навык основных движений разминки. Учить детей ориентироваться в зале. Развивать внимание и умение менять движения. Развивать слуховое внимание.
33	Танец – игра.	Осваивать движения новой танцевальной игры (по показу взрослого). Осваивать танцевальные движения через игровые приемы в соответствии с характером музыки, развивать ориентировку в пространстве. Развивать у детей эмоциональную отзывчивость.
34	Весёлая разминка.	Формирование основных движений (по сюжету разминки). Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Развивать умение менять движения в связи с изменением содержания текста песни и музыки.
35	Танцевально – ритмическая гимнастика.	Формировать навыки простых танцевальных движений. Реагировать на смену характера музыки. Способствовать развитию умения двигаться в соответствии с темпом и характером музыки. Учить детей различать громкую и тихую музыку.
36	Этюды, танцы.	Учить двигаться с предметами, выполнять плавные танцевальные движения с мячами. Разучивание движений пляски. Учить реагировать на смену частей музыки и соответственно ей изменять движения. Развивать умение работать в паре.
37	Весёлая растяжка. Игровой стретчинг.	Упражнения на статическую растяжку мышц, а также расслабление для восстановления дыхания. Развивать эластичность мышц, координацию движений. Воспитывать у детей выносливость и старательность. Познавать технику движений, через подражание сказочных образов. Развивать двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, ориентировку в движении и пространстве, внимание.
38	Музыкально – подвижная игра. Танец.	Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями (идет петушок, бежит курочка, скачет козленок, идет кошечка, бежит собачка). Формировать навыки ориентировки в пространстве.
39	Креативная гимнастика. Ритмопластика.	Продолжать учить выполнять движения по показу педагога, быстро, четко реагировать на смену звучания музыки, выполнять движения легко, непринуждённо. Развивать чувство ритма, способность чувствовать ритм в музыке и передавать его в движении.
40	Танец – игра.	Продолжать учить детей передавать в движении игровой образ, воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым. Совершенствовать умения выполнять плясовые движения (полуприседание, хлопки в ладоши, вставлять ножку на каблучок, ковырялочку вперед с тройным притопом).
41	Азбука движения.	Продолжать учить детей выполнять упражнения на развитие гибкости – для мышц спины, живота, ног, мышц рук, упражнения на координацию. Воспитывать внимание,

		самостоятельность, инициативу, положительное отношение к движениям.
42	Ритмопластика.	Активизировать интерес к движениям под музыку, согласовывать движения с характером музыки. Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Работать над осанкой.
43	Этюды, танцы, пляски.	Развивать умение запоминать и выполнять танцевальные движения, передавать в движении игровые образы. Совершенствовать координацию рук. Согласовывать плясовые движения с текстом песни.
44	Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.	Учить выполнять соответствующие движения по сюжету игры враспынную и по кругу. Развивать коммуникативные навыки, эмоциональность и образность восприятия музыки через движения.
45	Этюды, танцы.	Совершенствовать координацию рук. Выполнять движения эмоционально, изменяя его характер и динамику с изменением силы звучания музыки.
46	Танец - игра, самомассаж.	Развивать двигательные способности (силовые, скоростно-силовые, координационные.). Повышать интерес к физическим упражнениям через игровую деятельность. Осуществлять профилактику плоскостопия. Продолжать учить детей выполнять упражнения для укрепления мышц спины, пресса, ног, рук, и т.д. Развивать мышечную силу, ловкость, гибкость, выносливость. Содействовать развитию чувства ритма, координации движений.
47	Ритмический танец. Хоровод.	Реагировать на звучание музыки, выполнять движения по показу педагога. Уметь действовать с гимнастическими лентами. Развивать музыкально – ритмическую координацию движений.
48	Разминка. Игроритмика.	Формировать умение соотносить движения с музыкой. Развивать координацию движений, умение ориентироваться в пространстве. Развивать умение работать в паре. Развивать коммуникативные навыки.
49	Танцевальное ассорти.	Формировать умения соотносить движения с музыкой. Развивать музыкальную выразительность упражнения с цветами. Учить ориентироваться в пространстве, развивать координацию движений.
50	Танцевально – ритмическая гимнастика.	Развивать умение самостоятельно переходить от быстрого к медленному темпу, менять движения в соответствии с музыкальными фразами. Формировать умение чувствовать характер музыки (веселый, спокойный), эмоционально на нее реагировать
51	Танцевально – ритмическая гимнастика.	Развивать мелкую и общую моторику, координацию движений рук, познавательную активность. Формировать танцевальные движения, правильную осанку.
52	Ритмический танец. Музыкально – подвижная игра.	Совершенствовать танцевальные движения, развивать чёткость и ловкость движения. Согласовывать движения с музыкой. Развивать координацию, чувство ритмического восприятия. Учить подтянуто, легко кружиться на носочках.
53	Азбука движений.	Активизировать интерес к движениям под музыку,

		согласовывать движения с характером музыки. Закрепить последовательность движений. Стимулировать самостоятельное выполнение танцевальных движений.
54	Разминка. Игроритмика.	Развивать у детей слуховое внимание, чувство ритма. Расширять двигательный опыт, развивать координацию движения с музыкой. Эмоционально передавать игровые и сказочные образы.
55	Танец – игра. Хоровод.	Различать контрастную музыку и выполнять движения, ей соответствующие. Эмоционально передавать образы в движении. Придумывать простейшие элементы творческой пляски. Правильно выполнять движения, которые показывает педагог. Учить детей, выражать характер произведения в движении.
56	Ритмический танец. Музыкально – подвижная игра.	Учить выполнять соответствующие движения по сюжету игры. Развивать коммуникативные навыки, эмоциональность и образность восприятия музыки через движения, пространственную ориентацию.
57	Танец, игра, весёлая растяжка.	Активизировать детей, создать радостную, непринуждённую атмосферу. Закрепить умение чётко, последовательно и технически правильно выполнять танцевальные движения, умение образно воспринимать музыку. Совершенствовать навыки пространственной ориентации.

Способы проверки освоения содержания программы

При реализации программы проводится оценка индивидуального развития детей. Такая оценка производится педагогом дополнительного образования в рамках педагогической диагностики (оценка индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанная с оценкой эффективности педагогических действий и лежащая в основе их дальнейшего планирования). Педагогическая диагностика проводится в ходе наблюдений за активностью детей в организованной детской деятельности; зачёты в виде беседы по пройденному материалу; выполнение заданий на проверку практических знаний.

Методика проведения обследования уровня освоения программного материала

Оценка динамики достижений осуществляется по методике «Диагностика художественной деятельности» О.Л. Киенко.

Основной параметр – проявление активности. Педагог наблюдает за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе данного репертуара).

Цель обследования: выявить уровень музыкального и психомоторного развития ребёнка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Методика проведения обследования уровня сформированности музыкально – ритмических движений

1. Внимательно, заинтересованно слушает музыку.
2. Воспроизводит ритмический рисунок хлопками и притопами в различных комбинациях (игра «Повтори ритм»).
3. Быстро реагировать на смену музыкальной фразы.
4. Исполняет под музыку знакомые танцевальные движения.
5. Демонстрирует гибкость и пластичность (упражнения «Улитка», «Бабочка», «Бутербродик»).
6. Выполняет задания на развитие танцевально – игрового творчества: прямой галоп, пружинка, кружение по одному и в парах, приставной шаг с хлопками, выставление ноги на пятку(носок), боковой галоп, «ковырялочка», разнообразные комбинации шагов (игры «Угадай мелодию и потанцуй», «Повтори за мной»).

7. Умеет двигаться в парах по кругу.
8. Эмоционально – образно исполняет танцевальные композиции, используя мимику и пантограмму (зайка весёлый и грустный, хитрая лисичка, сердитый волк, гордый петушок, хлопотливая курица).

Оценка уровня освоения ребёнком программного материала

2 балла – (часто):

- выполнение движений совпадает с началом и концом звучания музыки;
- точное выполнение ритмического рисунка;
- эмоциональная окраска движений соответствует характеру музыки;
- активно проявляет себя в танцевальном творчестве.

1 балл – (иногда):

- не совсем точно выполнение ритмического рисунка;
- выполнение движений не всегда совпадает с началом и концом звучания музыки;
- в движениях выражается общий характер музыки, темп;
- не все движения эмоционально окрашены.

0 баллов – (крайне редко):

- двигается не ритмично;
- движения не совпадают с темпом, началом и концом музыки;
- движения эмоционально не окрашены;
- двигательная реакция на музыку мала;
- ребёнок отказывается выполнять задания.

Протокол

обследования уровня освоения детьми 4-5 лет программного материала

№/п	Фамилия, имя ребенка	Развитие ритмического восприятия	Выразительно е исполнение танцевальных движений	Развитие пластичности и гибкости	Развитие танцевально – игрового творчества	Координация движений	Внимание	Итог
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
		2 балла						
		1 балл						
		0 баллов						

Литература и средства обучения

Методическая литература:

1. Барышникова Т.К. Азбука хореографии. - Санкт – Петербург, 2001.
2. Буренина А.И. Ритическая мозаика. - Санкт – Петербург, 2000.
3. Киенко О. Л., Детская хореография. Программа по организации и структуре занятий для детей среднего дошкольного возраста. - Харьков, 2019.
4. Киенко О. Л., Киенко М. Л., Методика развития данных маленьких танцоров. - Харьков, 2019.

Дополнительная литература для педагога:

1. Буренина А.И. Танцы – игры для детей. - Санкт – Петербург, 2000.
2. Зарецкая Н.В. Танцы для детей. - Москва, 2005.
3. Кирнарская Д. К. Музыкальные способности. - Харьков, 2004.
4. Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - Москва, 2000.
5. Фарфель В.С. Развитие движений у детей дошкольного возраста. - Москва, 2002.

Оборудование:

1. Обручи
2. Мячи
3. Воздушные шары
4. Искусственные цветы
5. Платочки
6. Хохломские ложки
7. Гимнастические ленты
8. Султанчики
9. Бубны
10. Осенние листья

Технические средства обучения:

1. Музыкальный центр
2. Ноутбук
3. Проектор

Электронные средства обучения, интернет - ресурсы:

Аудиозаписи музыкальных произведений: «Русский лирический» муз. Б. Карамышева, «Синяя вода», «Голубой вагон» В. Шаинский, «Вальс – шутка» Д.Шостакович, «Гавот» Ф.Госсек, «Вместе весело шагать» М. Минков, «Песня Красной шапочки» А. Рыбников, «Три поросёнка» Е. Бриске, «Птичка польку танцевала» А. Рыбников, «Разноцветная игра» Б. Савельев, «Кнопочка» А Пинеген, «Весёлые путешественники» М. Старокадомский, «Пластический этюд» Ф. Лист, «Чунга – чанга» Ю. Энтин, «Вместе весело шагать» В. Шаинский, «Кукляндия» М. Пляцковский, «Марш» М. Чичкова, «Детская аэробика» Е. Сайкина, «Лошадки» Л. Банникова, авторский материал Киенко О.Л. и Киенко М.Л.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Месяц	Планируемая дата	Фактическая дата	Тема	Цель	Содержание	Средства обучения/ материал	Методическая литература
Октябрь	1			Вводное занятие. Разминка. Игроритмика	Развитие чувства ритма и двигательных способностей. Учить согласовывать движения с музыкой; формировать правильную осанку; формировать способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым.	Разминка «Звери в Африке» В процессе игровых действий вызывать желание передавать движения, связанные с образом (самолет, мишка, ежик, жеребенок, паучок). Упражнение «Выставление ноги на пятку» Изначально предложить детям встать на пятки, походить на пятках, поставить ножку на пятку. На первую часть музыки, дети выставляют одну ножку на пятку. На вторую часть музыки – дети выполняют хлопки – тарелочки. Танец-игра «Учимся становиться в круг» Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом. Комплекс растяжки «Сказочный остров» Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.	Ленты, гимнастические коврики.	
				Примечание				
	2			Этюды, танцы.	Развивать ритмичность, координацию движений рук и	Разминка – «Звери в Африке» Продолжать учить передавать	Гимнастические коврики,	Киенко О. Л., Киенко М. Л.,

				<p>ног. Воспитывать желание слушать музыку и самостоятельно выполнять простейшие танцевальные движения в разминке. Развиваем наблюдательность, чувство ритма, внимание. Развивать эмоциональность и образность, восприятия музыки через движения. Продолжать прививать навыки совершенного управления своим телом, развивать и высвободить скрытые творческие и оздоровительные возможности.</p>	<p>движения, связанные с образом (самолет, мишка, ежик, жеребенок, паучок).</p> <p>«Мозаика из движений» 1 часть музыки - дети выполняют галоп по кругу. Спину держать прямо. После дети встают парами и выполняют галоп по кругу парами. Можно добавить импровизации – дети встают в круг парами. На первую часть музыки дети бегут по залу парами. На вторую часть музыки дети кружатся в паре. Объяснить детям, что нужно держать расстояние. Учить детей согласовывать движения с музыкой. ножку на пятку.</p> <p>Танец «Веселые грибочки» Ритмично хлопать в ладоши, выполнять пружинку, присядку, «гармошку» и другие танцевальные движения данной пляски.</p> <p>Комплекс растяжки «Сказочный остров» Выполнять растяжку на эластичность мышц ног, спины, живота.</p>	платки.	Методика развития данных маленьких танцоров., - Харьков, 2019.
			Примечание				

3			Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.	Развивать координацию движений рук, умения выразительно выполнять жесты в соответствии с текстом музыки. Развивать чувство ритма и двигательные способности. Развивать музыкально – ритмические навыки, ориентацию в пространстве.	<p>Разминка – «Звери в Африке» Передавать движения, связанные с образом (самолет, мишка, ежик, жеребенок, паучок).</p> <p>Упражнение «Лошадки» Дети стоят парами и выполняют галоп по кругу. Можно добавить импровизации – дети стучат «копытцем», кивают головой, бегут высоко поднимая ножки.</p> <p>Танец «Веселые грибочки» Ритмично хлопать в ладоши, выполнять пружинку, присядку, «гармошку» и другие танцевальные движения данной пляски.</p> <p>Танец-игра «Учимся становиться в круг» Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом.</p>	Хохломские ложки, гимнастические коврики.	
			Примечание				
4			Весёлая растяжка. Пальчиковые игры.	Совершенствование психомоторных способностей: развитие мышечной силы, подвижности в различных суставах (гибкости), выносливости. Формировать у детей способность воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым и самостоятельно. Учить детей самостоятельно менять движения с изменением характера музыки	<p>Разминка – «Звери в Африке» Передавать движения, связанные с образом (самолет, мишка, ежик, жеребенок, паучок).</p> <p>Упражнение «Кружимся парами» Дети стоят в круг парами. На первую часть музыки дети бегут по залу парами. На вторую часть музыки дети кружатся в паре.</p> <p>Танец «Веселые грибочки» Ритмично хлопать в ладоши, выполнять пружинку, присядку, «гармошку» и</p>	Обручи, гимнастические коврики.	

				или содержания песни. Следить за осанкой детей. Формировать элементарные плясовые навыки, расширять двигательный опыт. Развивать мелкой моторики рук. Выполнять движения параллельно тексту. Развивать память, выразительность эмоциональность.	другие танцевальные движения данной пляски. Пальчиковая игра «Молочные продукты» Комплекс растяжки «Сказочный остров» Выполнять растяжку на эластичность мышц ног, спины, живота.		
			Примечание				
5			Игроритмика Музыкально – подвижная игра.	Учить детей держать расстояние между парами, не наталкиваться на впереди стоящую пару. Учить детей согласовывать движения с музыкой. Развивать коммуникативные навыки, умение согласовывать движения в паре, работая с предметом. Разучивание движений танца. Согласовывать движения со словами и характером музыки. Развивать координацию движений пальцев, кисти руки. Учим детей ориентироваться в пространстве, находить себе пару, перестраиваться в круг.	Разминка – «Звери в Африке» Образная передача движений (ёжик, самолёт, мишка, жеребёнок, паучок). Этюд «Дождик и зонт» На 1-ю часть музыки – дети работают кистями рук – капает дождик, после парами идут ищут свой зонт. На 2-ю часть музыки – кружатся парами держа в руках зонт. Работа с предметом. Танец «Осенний дождь» Высокие шаги вперед, с выносом ноги на каблук. выполнять прыжки с хлопками над головой. Пальчиковая гимнастика «Рыбы» Музыкально –подвижная игра «В паре с другом покружись» Поворот корпуса вправо – влево. Кружение вокруг себя. Выполнять три хлопка перед собой, три хлопка в паре.	Зонты, мячи.	
			Примечание				
6			Азбука движения.	Учить детей работать с предметом (зонтом) Учим детей	Разминка «Звери шли на водопой» Выполняют движения согласно тексту:	Гимнастические	Зарецкая Н.В. Танцы для

				<p>работать в паре, ориентироваться в пространстве; начинать движение с началом музыки и заканчивать с её окончанием. Выполнять с детьми простые пальчиковые игры с текстом. Учить соотносить движения с содержанием потешек, стихов. Формировать основные движения (по сюжету разминки). Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями.</p>	<p>спокойно идут друг за другом, выполняют «топотушки», крадутся на носочках, приседают, медленно двигаются вперёд, идут вперевалку, скачут на двух ножках.</p> <p>Упражнение для рук «Ленточки» Предложить детям пофантазировать и показать, как колышутся веточки от легкого ветерка и сильного ветра, как машут крылышками маленькие птички, большие птицы, бабочки. Обратит внимание, что мышцы рук расслаблены, движения плавные.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Варим щи» Танец «Осенний дождь» Кистями рук выполнять движение «капельки», затем хлопки «блинчики». Выставлять ногу на пятку, кружиться парами.</p> <p>Танец – игра «Котик и сапожки» Дети идут друг другу навстречу и перестраиваются в круг. Прыжки на правой ноге, затем на левой. Упражнение «Топотушки».</p>	ленточки.	детей. - Москва, 2005.
			Примечание				
7			<p>Ритмический танец. Креативная гимнастика.</p>	<p>Формировать основные движения (по сюжету разминки). Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Учить детей ходить в паре по кругу, держать дистанцию между парами. Развивать навык</p>	<p>Разминка «Звери шли на водопой» Выполняют движения согласно тексту: спокойно идут друг за другом, выполняют «топотушки», крадутся на носочках, приседают, медленно двигаются вперёд, идут вперевалку, скачут на двух ножках. «Упражнение с листочками»</p>	Осенние листочки.	

				<p>согласования движения под музыку. Развивать эмоциональность и образность восприятия музыки через движения. Научить детей слышать начало и окончание звучания музыки. Развивать координацию движений, мышление, раскрепощённость, активность.</p>	<p>Танцевальный шаг по кругу, меняя листочек с правой руки в левую. С листочком можно покружиться вокруг себя, выполняя припадание и взмахи платочком над головой.</p> <p>Танец – игра «Котик и сапожки» Дети идут друг другу навстречу и перестраиваются в круг.</p> <p>Прыжки на правой ноге, затем на левой. Упражнение «Топотушки».</p> <p>Креативная гимнастика «Кто я?» Назначить водящего. Дети под музыку разбегаются по залу. Педагог даёт задание вспомнить, кто живёт в море. Дети придумывают фигуры (рыбы, крабы и тд.) и замирают в выбранной позе. Музыка стихает. Ведущий должен угадать, кого дети изобразили и выбрать лучшую фигуру. Задания могут быть разными: изобразить птиц, лесных жителей и тд.</p>		
			Примечание				
8			<p>Весёлая растяжка. Музыкально – подвижная игра.</p>	<p>Развивать координацию движений пальцев, кисти руки. Осваивать движения новой пляски по показу взрослого. Развивать музыкальную выразительность. Учим детей импровизировать. Формировать у детей интерес к растяжке. Воздействовать на коррекцию осанки, верхних и нижних конечностей, координацию</p>	<p>Пальчиковая гимнастика «Варим щи» Танец «Ох, ох, посадили мы горох» Покачивание головой вправо-влево. Выполнять поочерёдно прыжки на левой(правой) ноге и ритмичные взмахи руками.</p> <p>«Увлекательная импровизация с предметом» Дети стоят по кругу и на первую часть музыки передают игрушку или предмет</p>	<p>Мягкая игрушка, обручи, гимнастические коврики.</p>	

				<p>опорно - двигательного аппарата; развивать подвижность и гибкость позвоночника и суставов, укреплять мышечную и дыхательную мускулатуру.</p>	<p>по кругу друг другу. На вторую часть – у кого из детей игрушка или предмет оказался в руках, тот танцует, а все дети хлопают. Дальше игра начинается сначала.</p> <p>Весёлая растяжка «Путешествие в морское царство»</p> <p>Упражнения выполняются на полу для растяжки и эластичности мышц ног, спины, живота.</p> <p>Комбинации в образно – двигательных действиях.</p>		
			Примечание				
Ноябрь	9		Игроритмика Ритмичный танец.	<p>Ориентироваться в пространстве, бегать, не наталкиваясь друг на друга. Учить детей бодрой ритмичной ходьбе. Учить слышать музыку, перестраиваться по сигналу. Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Развивать мелкую моторику. Развивать импровизацию, творческое мышление, актерское мастерство. Развивать коммуникативные навыки детей.</p>	<p>Упражнение «По одному и парами» На музыку А - дети идут бодро по кругу друг за другом. Музыка Б – идут парами. Музыка А – идут по одному по кругу</p> <p>Разминка «Осенняя» Дети выполняют шаги на носочках с разным положением рук, подскоки, шаг с высоко поднятым коленом и хлопком над головой, шаги с выбросом ног на 90 градусов.</p> <p>Танец «Снеговики и снежинки» Дети выполняют движения согласно тексту - приставные шаги, на четвертый счет, поднимая ногу, наклоны туловища вперед вперед, кружение и повороты головой.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Замок» Выполнять с детьми простую пальчиковую игру с текстом.</p>	Осенние листья.	

					Игроритмика «Дети и волк» Дети выполняют движения, имитируя действия по тексту.		
			Примечание				
10			Танцевально – ритмическая гимнастика.	Совершенствовать умение ходить и бегать на носках, тихо; высоко и низко поднимая ноги; прямым галопом. Формирование элементарных плясовых навыков, умение соотносить движения с музыкой. Развивать координацию движений пальцев, кисти руки. Различать контрастную музыку и выполнять движения, ей соответствующие.	Упражнение «Учимся становится в круг» Дети становятся вокруг шарика, который лежит на полу. Неторопливо отходят назад, расширяя круг, затем двигаются к центру, уменьшая круг так, чтобы плечи детей соприкоснулись. Педагог перекладывает шарик в другое место, и дети перебегают к шарик – данное упражнение начинается сначала. Разминка «Осенняя». Дети выполняют шаги на носочках с разным положением рук, подскоки, шаг с высоко поднятым коленом и хлопком над головой, шаги с выбросом ног на 90 градусов. Игроритмика «Снеговики и снежинки» Дети выполняют движения согласно тексту - приставные шаги, на четвертый счет, поднимая ногу, наклоны туловища вперёд вперед, кружение и повороты головой. Пальчиковая гимнастика «Замок» Выполнять с детьми простую пальчиковую игру с текстом. Игроритмика «Дети и волк» Дети выполняют движения, имитируя действия по тексту.	Воздушные шары.	
			Примечание				

11			Азбука движений.	Учить реагировать на динамические изменения в музыке, уметь двигаться в нужном темпе (высокие шаги, ходьба на пятках, на носочках, прыжки на двух ногах, приседания и т.д.) Учить детей бегать легко и стремительно. Использовать все пространство зала. Формировать элементарные плясовые навыки, уметь соотносить движения с музыкой. Развивать внимание и умение менять движения. Развивать в детях навыки и способности для выработки растяжки, гибкости, координации и правильной осанки.	<p>Разминка «Осенняя» Выполнять высокие шаги, ходьба на пятках, на носочках, прыжки на двух ногах, приседания и т.д.)</p> <p>Упражнение «Бег с разноцветными ленточками» Дети стоят в двух кругах – внешний и внутренний. У внешнего круга один цвет лент, в внутреннего – другой цвет. 1 часть музыки – легко бегут дети с одним цветом лент. 2 часть музыки – дети с другим цветом лент, оббегают вокруг детей, которые отдыхают.</p> <p>Танец «Снеговики и снежинки» Дети выполняют движения согласно тексту - приставные шаги, на четвертый счет, поднимая ногу, наклоны туловища вперед вперед, кружение и повороты головой.</p> <p>Весёлая растяжка «Ежик в лесу» Растяжка мышц ног, укрепление позвоночника, развитие выворотности.</p>	Гимнастические ленты.	
			Примечание				
12			Упражнения, танцы.	Ориентироваться в пространстве, бегать, не наталкиваясь друг на друга. Развивать слуховое внимание, память, речь, интонационную выразительность. Развивать способность детей исполнять выразительные движения в соответствии с музыкой и игровым образом.	<p>Упражнение «Расширяем и сужаем круг» На громкую музыку круг расширяется, на тихую сужается. На расширение двигаемся бодрим шагом, на сужение мелким – тихим. Для создания игрового характера, можно взять мячи и положить их в центр для ориентира.</p> <p>Разминка «Осенняя» Выполнять высокие шаги, ходьба на</p>	Мячи.	

					<p>пятках, на носочках, прыжки на двух ногах, приседания и т.д.)</p> <p>Танец «Снеговики и снежинки» Дети выполняют движения согласно тексту - приставные шаги, на четвертый счет, поднимая ногу, наклоны туловища вперёд вперед, кружение и повороты головой.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Замок» Выполнять с детьми простую пальчиковую игру с текстом.</p> <p>Игроритмика «Дети и волк» Изменять движение со сменой частей музыки. Бегать врассыпную.</p>		
			Примечание				
13			<p>Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.</p>	<p>Изменять движения в соответствии с характером музыки. Развивать отработку движений через игру. Развивать артистизм, работать над эмоциями и передачей образа. Развивать гибкость мышц и пластику движений.</p>	<p>Разминка «Осенняя» Выполнять с мячом высокие шаги, ходьба на пятках, на носочках, прыжки на двух ногах, приседания и т.д.)</p> <p>Упражнение «Осторожны й шаг и прыжки» Поделить детей на пары (например, лисички и зайчики) 1-я часть музыки- «лисички идут осторожным шагом. 2-я часть музыки – «лисички стоят тихо, а «зайчики» прыгают от «лисичек». После поменять детей и начать сначала.</p> <p>Танец «Дуэт сосулек и снежинок» Ритмично выполнять повороты туловища, «топотушки», наклоны вперёд, вращая кистями.</p> <p>Весёлая растяжка «Ежик в лесу» Растяжка мышц ног, укрепление</p>	Платки.	

					позвоночника, развитие выворотности.		
			Примечание				
14			Весёлая разминка. Танцевально – ритмическая гимнастика	Развивать координацию движений рук и ног, умение выразительно выполнять движения, показываемые педагогом. Учить детей выполнять движение точно и ритмично. Способствовать развитию умения двигаться в соответствии с темпом и характером музыки. Развитие памяти и интонационной выразительности. Выполнять движения в соответствии с характером музыки. Развивать детское воображение.	<p>Разминка «Осенняя» Дети выполняют шаги на носочках с разным положением рук, подскоки, шаг с высоко поднятым коленом и хлопком над головой, шаги с выбросом ног на 90 градусов.</p> <p>Упражнение «Приставной шаг и хлопки» На «раз» – отставить правую ногу, на «два» - приставить левую ногу и хлопнуть в ладоши.</p> <p>Танец «Дуэт сосуллек и снежинок» Ритмично выполнять повороты туловища, «топотушки», наклоны вперёд, вращая кистями.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Телескоп» «Игра с мышкой» Дети придумывают простейшие элементы творческой пляски.</p>	Султанчики.	
			Примечание				
15			Игроримика. Ритмический танец.	Выразительно исполнять движения согласно сюжету разминки и по показу ведущего. Учить согласовывать движения с музыкой, и уметь работать в паре. Развивать умение работать в танце с предметом (султанчиками). Активизировать костно-мышечный аппарат.	<p>Разминка «Осенняя» Все стоят в кругу и за ведущим - ребёнком выполняют движения.</p> <p>Упражнение «Прыжки и хлопки в паре» На первую музыкальную фразу хлопают дети под первым номером, на вторую музыкальную фразу – хлопают дети под вторым номером.</p> <p>Танец «Дуэт сосуллек и снежинок» Ритмично выполнять повороты</p>	Обручи, гимнастические коврики.	

					туловища, «топотишки», наклоны вперёд, вращая кистями. Весёлая растяжка «Ежик в лесу» Растяжка мышц ног, укрепление позвоночника, развитие выворотности.		
			Примечание				
	16		Этюды, танцы.	Развивать у детей слуховое внимание, координацию движений, чувство ритма. Способствовать развитию умения двигаться в соответствии с темпом и характером музыки. Развивать память и интонационную выразительность. Развивать произвольное внимание, фантазию детей, поощрять их творчество. Согласовывать движения с музыкой. Учить ориентироваться в пространстве.	Разминка «Осенняя» Все стоят в кругу и за ведущим - ребёнком выполняют движения. Упражнение «Боковой галоп вправо и влево». Дети встают в один общий круг и поднимают правую руку. Выполняют галоп вправо и машут ручкой. Затем опустить правую ручку, поднять левую, и выполнить галоп влево. Танец «Дуэт сосуллек и снежинок». Ритмично выполнять повороты туловища, «топотишки», наклоны вперёд, вращая кистями. Пальчиковая гимнастика «Телескоп». Танец – игра «Гуси на пруду». Дети гуляют в разных направлениях, кружатся «бараночкой», бегают на носочках.	Мячи, султанчики.	
			Примечание				
Декабрь	17		Весёлая растяжка. Пальчиковая гимнастика.	Формировать основные движения (по сюжету разминки). Воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым. Следить за осанкой	Разминка «Зимняя». Дети выполняют наклоны корпуса, переводя руки вправо-влево, 4 раза. Прыжки «ножницы» через центр 4 раза. Затем выполняют галоп вправо – влево.	Гимнастические ленты и гимнастические коврики.	

				детей, а также за характером и выразительностью выполнения данного движения. Развивать навыки движений, которые даны в танце. Воспитывать внимание, самостоятельность, инициативу, положительное отношение к движениям. Развивать память, воображения и интонационную выразительность.	Развороты корпуса вправо – влево, затем добавить плие. «Упражнения для рук – Ветерок, ленточки, крылья» «Ветерок» - плавные перекрестные движения рук над головой. В работе участвуют плечо, предплечье, кисть. «Ленточки» - поочередные плавные движения правой и левой рук вверх - вниз перед собой. «Крылья» - плавные маховые движения руками, разведенными в стороны. Танец «Елочки» Отрабатывают движения по тексту. Весёлая растяжка «Елочка» Выполнять упражнения на координацию. Пальчиковая гимнастика «Ёлка» Тренировка и укрепление мелких мышц руки.		
			Примечание				
18			Упражнения, этюды. Танец – игра.	Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Следить за осанкой детей, а также за характером и выразительностью выполнения данного движения. Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, продолжать развивать согласованность движений с музыкой. Развивать мелкую моторику и координацию	Разминка «Зимняя» Дети выполняют наклоны корпуса, переводя руки вправо-влево, 4 раза. Прыжки «ножницы» через центр 4 раза. Затем выполняют галоп вправо – влево. Развороты корпуса вправо – влево, затем добавить плие. Упражнение «Полуприседание с точкой» Полуприседание – выполняется в сочетании с «точкой» - каблуком или носком правой (левой) ноги на	Платки.	

				<p>движений пальцев рук. Осваивать движения новой танцевальной игры. Побуждать детей выразительно передавать характерные особенности персонажей.</p>	<p>расстоянии небольшого шага вперед. Танец «Елочки» Выполнять бег с выносом ног вперед, на месте; бег захлест, на месте и приставные шаги с «топотушками» вправо и влево. Пальчиковая гимнастика «Зима». Танец - игра «Путешествие в лесу». Дети «топотушками» двигаются змейкой по всему залу. Выполняют упражнение «Моторчик» с поворотами корпуса вправо и влево.</p>		
			Примечание				
19			<p>Азбука движений</p>	<p>Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности. Учить детей выполнять движение радостно, эмоционально. Совершенствовать и закреплять навыки танцевальных движений. Развивать координацию движений, чувство ритма, выразительно выполнять движения танца. Содействовать творческому развитию личности дошкольника средствами игровой гимнастики. Развивать гибкость – для мышц спины, живота, ног, мышц рук.</p>	<p>Разминка «Зимняя» Дети выполняют наклоны корпуса, переводя руки вправо-влево, 4 раза. Прыжки «ножницы» через центр 4 раза. Затем выполняют галоп вправо – влево. Развороты корпуса вправо – влево, затем добавить плие. Упражнение «Полуприседание с разворотом корпуса» «Высокий шаг» Сделать полуприседание, поворачивая корпус вправо (влево). Поворачивая корпус прямо, принять исходное положение. Высокий шаг – нога не выносится вперед, а сгибается в колене и поднимается вверх под углом 90 градусов. Носок максимально оттянут вниз или ступня параллельна полу) «утюжком». Танец «Елочки» Выполнять бег с выносом ног вперед,</p>	<p>Воздушные шары.</p>	

					на месте; бег захлест, на месте и приставные шаги с «топотушками» вправо и влево. Весёлая растяжка «Елочка» Выполнять упражнения на координацию.			
			Примечание					
20			Весёлая аэробика.	Развивать координационные способности у детей, используя общеразвивающие упражнения. Развивать точность движений, ритмичность, ловкость. Запоминать и соблюдать несложную последовательность разнохарактерных плясовых движений. Развивать память, воображение и интонационную выразительность. Развивать у детей эмоциональную отзывчивость.	<p>«Упражнения для рук – Поющие руки, моторчик» «Поющие руки» - из положения «В стороны» мягким движением кисти направляются навстречу друг другу, словно собирая перед собой упругий воздух. Так же пластично руки разводятся в стороны. «Моторчик» - руки согнуты в локтях перед грудью, ладони крутятся одна вокруг другой. Быстро или медленно. «Сильные руки» - раскрытие сильных рук в сторону с наклоном корпуса.</p> <p>Пляска «Валенки» Вынос ног на каблук, и «моторчик» руками в сторону рабочей ноги. «Ковырялочка» с притопами. С правой и левой ноги. На проигрыш поменяться местами, при этом мальчик, взмахивая, раскрывает руки в стороны, а девочки пробегает под руками мальчики. Выполнять хлопки в паре, и поменяться еще раз.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Ёлочка» Танец - игра «Путешествие в лесу» Дети «топотушками» двигаются</p>	Мячи.		

					змейкой по всему залу. Изменять движение со сменой частей музыки.		
			Примечание				
21			Ритмические упражнения, танцевальная гимнастика.	Учить детей танцевать в паре, развитие коммуникативных навыков. Создать веселую, шуточную атмосферу, развивать ритмический и динамический слух. Учить менять характер движений в соответствии с изменением характера музыки. Развивать мелкие движения пальцев рук, а также синхронность действий пальцев обеих рук. Развивать чувство ритма.	<p>Упражнение «Притоп» «Три притопа» Притоп – стоя на левой ноге, ритмично притоптывать правой, чуть пружиня обеими. «Три притопа» (исходное положение – «Узкая дорожка») – на месте шаг правой ногой, затем левой и снова правой, чуть притопнув. Повторяется с левой ноги.</p> <p>Пляска «Валенки» Вынос ног на каблук, и «моторчик» руками в сторону рабочей ноги. «Ковырялочка» с притопами. С правой и левой ноги. На проигрыш поменяться местами, при этом мальчик, взмахивая, раскрывает руки в стороны, а девочки пробегает под руками мальчики. Выполнять хлопки в паре, и поменяться еще раз.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Шарик» Танец – игра «Заводная игрушка» Выполнять движения по показу педагога.</p>	Гимнастические ленты.	
			Примечание				
22			Игровой стретчинг: «На лесной полянке».	Изменять движения в соответствии с характером музыки. Учить детей выполнять движение точно и ритмично. Формировать координацию рук и	<p>Разминка «Осенняя» Двигаться в нужном темпе (высокие шаги, ходьба на пятках, на носочках, прыжки на двух ногах, приседания и т.д.)</p>	Гимнастические коврики, обручи.	

				<p>ног. Учить детей работать в паре. Развивать гибкость мышц и пластику движений. Развитие импровизации, творческого мышления, актерского мастерства. Развивать коммуникативные навыки детей. Различать контрастную музыку и выполнять движения, ей соответствующие.</p>	<p>Упражнение «Приставной шаг и хлопки» На «раз» – отставить правую ногу, на «два» - приставить левую ногу и хлопнуть в ладоши.</p> <p>Этюд «Дует сосулек и снежинок» Выполнять движения по тексту. Изменять движения со сменой частей музыки.</p> <p>Стретчинг «На лесной полянке» Выполнять специальные упражнения на развитие гибкости. («улитка», «цветочек», «бабочка», «ветерок»).</p>			
			Примечание					
23			<p>Танец. Музыкально – подвижная игра.</p>	<p>Расширять двигательный опыт, развивать координацию движения с музыкой. Следить за осанкой детей, а также за характером и выразительностью выполнения движения. Упражнять в выполнении танцевальных движений. Свободно ориентироваться в пространстве. Создать необходимый двигательный режим, положительный психологический настрой.</p>	<p>Разминка «Зимняя» Ходить по кругу, изображая снеговиков. выполнять наклоны корпуса, переводя руки вправо-влево, 4 раза. Прыжки «ножницы» через центр 4 раза. Галоп вправо, затем влево.</p> <p>Упражнение «Топотушки» «Топотушки» - исходное положение – ноги вместе, чуть присев, руки сжаты в кулачки на поясе (подбоченившись). Часто поочередно топтать ногами на месте. Также данное движение можно выполнить в продвижении.</p> <p>Танец «Новогодний праздник» Перестроение из различных положений (круг, в рассыпную и т.д.). Вынос правой ножки по диагонали вперед на каблук, руками сделать «моторчик». Данное движение выполнить в левую</p>	Мячи.		

					<p>сторону с левой ноги, и повторить еще два раза. Вынести правую ногу на носочек вперед, перевести на пятку, тройной притоп.</p> <p>Комплекс растяжки «Елочка» Упражнения на растяжку тазобедренных суставов, грудных мышц, мышц спины и поясницы.</p>		
			Примечание				
24			Игроритмика Подвижная игра.	<p>Эмоционально передавать игровые и сказочные образы. Развивать ритмическое восприятие и двигательные способности. Развивать мотивацию личности ребенка к познанию и творчеству. Содействовать творческому развитию личности дошкольника средствами игровой гимнастики.</p>	<p>Разминка «Зимняя» Ходить по кругу, изображая снеговиков. выполнять наклоны корпуса, переводя руки вправо-влево, 4 раза. Прыжки «ножницы» через центр 4 раза. Галоп вправо, затем влево.</p> <p>Упражнение «Хлопки в парах» «Стенка» - ладони согнутых в локтях (впереди) рук идут навстречу рукам партнера. Хлопок выполняется на середине расстояния между детьми. «Большой бубен» - поочередно один из партнеров держит открытыми ладони согнутых в локтях или вытянутых вперед рук, а другой ударяет по ним своими ладонями. «Крестики» - техника выполнения та же, что и в «Бубне», только руки партнеров двигаются накрест (правая с правой и наоборот).</p> <p>Танец «Новогодний праздник» Перестроение из различных положений (круг, в рассыпную и т.д.). Вынос правой ножки по диагонали вперед на каблук, руками сделать «моторчик».</p>	Платки, кубики.	

						<p>Данное движение выполнить в левую сторону с левой ноги, и повторить еще два раза. Вынести правую ногу на носочек вперед, перевести на пятку, тройной притоп.</p> <p>Комплекс растяжки «Елочка» Упражнения на растяжку тазобедренных суставов, грудных мышц, мышц спины и поясницы.</p>		
				Примечание				
Январь	25		Этюды, танцы.	<p>Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Выполнить активный притоп в продвижении вперед и взмах платочком. Разучивание движений образного танца мышеч. Учить реагировать на смену частей музыки и соответственно ей изменять движения. Развивать двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, внимание.</p>	<p>Разминка «Зимняя игра» Выполнять движения по сюжету.</p> <p>Упражнение «Игра с платочком» Держа платок (сложенный по диагонали) за два угла перед собой на уровне груди, приподнимать поочередно то один, то другой уголок платочка. Также, для развития координации, можно добавить вынос ножки в сторону на каблук, при этом правая рука с платочком раскрывается в сторону, и возвращается в и.п. Платочек при этом меняется в левую руку.</p> <p>Танец «Супер - мышки» Выполнять прыжок ноги врозь, руки в стороны, затем прыжок в глубокий присед, руки согнуть перед собой. Поднимаясь на полупальцы, поворот вправо, правая рука делает «козырек». Выпад правой ногой вправо, затем согнуть и подтянуть к себе левую ногу, вращая кистями.</p> <p>Комплекс растяжки «Цирк»</p>	Платочки.	Киенко О. Л., «Детская хореография» Программа по организации и структуре занятий для детей среднего дошкольного возраста. - Харьков, 2019.	

					<p>Разучивание 1 части комплекса.</p> <p>«Ждем представление» -и.п. стоя, широкая позиция, носки врозь. Корпус наклонен вперед, ладони упираются в пол перед собой, позвоночник вытягивается, таз отведен назад. 1-2 – согнуть правую ногу в положение глубокого выпада, левая нога вытягивается; 3-4 – через и.п., поменять положение ног, согнуть левую ногу в положение глубокого выпада. Продолжить выполнять упражнение, чередуя ноги. «Клоуны» - и.п. сидя, ноги раскрыты в стороны. 1-2 – наклон корпуса к правой ноге, левая рука касается правой стопы; 3-4 – вернуться в и.п.; 5-6 – наклон корпуса вперед; 7-8 – вернуться в и.п. 1-2– наклон корпуса к левой ноге, правая рука касается левой стопы. «Канатоходцы» - и.п. лежа на спине, прямые ноги подняты вверх, стопы вытянуты, параллельное положение. Руки разведены в стороны. 1-8 – удерживая левую ногу, опускать правую ногу в сторону и сразу же возвращать обратно; 1-8 – повторить с левой ноги; 1-8 – одновременно раскрывать обе ноги.</p>		
			Примечание				
26			Азбука движений.	Развивать четкость, координацию движений рук и ног. Развивать умение менять движения в связи с изменением содержания текста	<p>Разминка «Зимняя игра» Выполнять движения по сюжету.</p> <p>Упражнение «Шаг с притопом в продвижении»</p>	Мячи, обручи, гимнастические коврики.	

				<p>песенки и музыки. Запоминать и соблюдать несложную последовательность разнохарактерных движений. Развивать эластичность мышц, координацию движений. Воспитывать у детей выносливость и старательность. Познание техники движений, через подражание образам. Развивать двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, внимание.</p>	<p>На «раз» делают шаг левой, на «два» - притоп правой ногой впереди левой, без переноса на нее тяжести тела. Затем на «раз» - шаг правой, на «два» - притоп левой впереди правой; все повторяется сначала.</p> <p>Танец «Супер - мышки». Выполнять прыжок ноги врозь, руки в стороны, затем прыжок в глубокий присед, руки согнуть перед собой. Поднимаясь на полупальцы, поворот вправо, правая рука делает «козырек». Выпад правой ногой вправо, затем согнуть и подтянуть к себе левую ногу, вращая кистями.</p> <p>Комплекс растяжки «Цирк». Разучивание 2 части комплекса. «Силачи» - и.п. лежа на спине, ноги вытянуты и подняты, ладони расположить на стопах. 1-2 - придерживая руками левую ногу, опустить правую ногу к полу, максимально раскрывая, ноги друг от друга; 3-4 - вернуть правую ногу в и.п.; 5-6 - повторить в другую сторону; 7-8 - вернуться в и.п. «Акробаты» - и.п. стоя на правом колене, ладони упираются в пол по обе стороны от себя. 1-4 - выпрямить левую ногу, максимально наклоняя к ней корпус, таз находится над коленом правой ноги; 5-8 - сгибая левую ногу и выпрямляя корпус, сделать полувывод, вытягивая правую ногу.</p>	
--	--	--	--	---	--	--

					«Цирковые артисты» И.п. стоя на правом колене, левая нога вытянута вперед, стопы вытянуты. Руки на поясе или подняты и сцеплены в замок. 1-4 – выпрямляя правую ногу, скользить левой ногой вперед, при этом, не опускаясь в шпагат; 5-8 – вернуться в и.п.			
			Примечание					
27			Танцевально-ассортиментная импровизация.	Формировать умение соотносить движения с музыкой. Развивать навык основных движений разминки. Учить детей ориентироваться в зале. Совершенствовать танцевальные движения, расширять их диапазон. Развивать эмоциональность и образность восприятия музыки через движения. Выполнять движение легко, непринужденно по показу педагога. Быстро, четко реагировать на смену звучания музыки. Передавать в движении игровой, веселый, задорный характер музыки.	<p>Разминка «Зимняя игра» Марш на месте. Плие с разворотами корпуса в стороны, руки раскрывать перед собой. 4 раза. Ходьба по кругу на полупальцах, руки к плечам –наверх.</p> <p>Упражнение «Подскоки» Выполнить поочередное подпрыгивание на правой и левой ноге.</p> <p>Танец «Веселые морячки» Работа над передачей стиля, характера, манеры танца.</p> <p>Игроритмика «Обезьянки» Дети приседают, делают упор на руки перед собой, и отрывают ноги от пола. Хлопки перед собой, по коленям, погрозить правым пальчиком, левую ручку в кулачок на бочок. Три, четыре, повторять! Хлопки по коленям, погрозить левым пальчиком, правую руку в кулачок на бочок Проигрыш Прыгают в паре соединив ладошки. Можно попрыгать вокруг себя на месте, по одному.</p>	Гимнастические ленты.		
			Примечание					

28	Весёлая растяжка «Цирк».	<p>Развивать слуховое внимание и умение менять движения. Совершенствовать танцевальные движения. Развитие танцевальной выразительности. Развивать чувство ритма, координацию движений, менять движения в соответствии со сменой частей музыки. Развивать эластичность мышц, координацию движений. Воспитывать у детей выносливость и старательность. Развивать двигательную деятельность, творческое мышление, двигательную память, быстроту реакции, внимание.</p>	<p>Разминка «Зимняя игра» Выполнять движения по сюжету.</p> <p>Упражнение «Шаг с притопом в продвижении» На «раз» делают шаг левой, на «два» - притоп правой ногой впереди левой, без переноса на нее тяжести тела. Затем на «раз» - шаг правой, на «два» - притоп левой впереди правой; все повторяется сначала.</p> <p>Танец «Супер - мышки» Выполнять прыжок ноги врозь, руки в стороны, затем прыжок в глубокий присед, руки согнуть перед собой. Поднимаясь на полупальцы, поворот вправо, правая рука делает «козырек». Выпад правой ногой вправо, затем согнуть и подтянуть к себе левую ногу, вращая кистями.</p> <p>Комплекс растяжки «Цирк» «Силачи» - и.п. лежа на спине, ноги вытянуты и подняты, ладони расположить на стопах. 1-2 - придерживая руками левую ногу, опустить правую ногу к полу, максимально раскрывая, ноги друг от друга; 3-4 - вернуть правую ногу в и.п.; 5-6 - повторить в другую сторону; 7-8 - вернуться в и.п. «Акробаты» - и.п. стоя на правом колене, ладони упираются в пол по обе стороны от себя. 1-4 - выпрямить левую ногу, максимально наклоняя к ней корпус, таз находится</p>	Хохломские ложки.
----	--------------------------------	---	--	----------------------

					над коленом правой ноги; 5-8 – сгибая левую ногу и выпрямляя корпус, сделать полувывпад, вытягивая правую ногу. «Цирковые артисты» И.п. стоя на правом колене, левая нога вытянута вперед, стопы вытянуты. Руки на поясе или подняты и сцеплены в замок. 1-4 – выпрямляя правую ногу, скользить левой ногой вперед, при этом, не опускаясь в шпагат; 5-8 – вернуться в и.п.			
			Примечание					
29			Музыкально – подвижная игра.	Учить детей реагировать на смену частей музыкальной формы. Совершенствовать, закреплять навыки танцевальных движений. Поощрять творчество детей. Вызывать положительные эмоции, прививать устойчивый интерес к пальчиковым играм. Формировать активность. Развивать артистизм, работать над эмоциями и мимикой лица. Учить детей переходить от одного вида движений к другому в соответствии с музыкой.	<p>Упражнение «Веселые ножки» Прыжки с выбрасыванием ног вперед – то правая, то левая нога поочередно часто выбрасываются вперед, как бы хвалясь перед зрителями. Носочек ноги направлен вниз, к полу. Руки – в стороны, ладони смотрят вперед внутренней стороной.</p> <p>Танец «Веселые моряки» Шаг с каблука вперед правой и левой ногой, затем возврат в и.п., руками изображая «плаванье». Движение «гармошка» вправо и влево.</p> <p>Пальчиковая игра «Музыкальные инструменты».</p> <p>Игроритмика «Обезьянки» Дети приседают, делают упор на руки перед собой, и отрывают ноги от пола. Хлопки перед собой, по коленям, погрозить правым пальчиком, левую</p>	Мячи.		

						ручку в кулачок на бочок. Три, четыре, повторяй! Хлопки по коленям, погрозить левым пальчиком, правую руку в кулачок на бочок Проигрыш Прыгают в паре соединив ладошки. Можно попрыгать вокруг себя на месте, по одному.		
				Примечание				
Февраль	30		Весёлая разминка. Танец.	Познакомить детей с различными музыкально-ритмическими движениями в соответствии с характером музыки. Учить детей передавать в движении игровой образ. Работать над подтянутостью мышц спины, красивой постановкой головы, ровностью плеч. Воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым. Продолжать совершенствовать навыки основных движений. Тренировка и укрепление мелких мышц руки. Развивать чувство ритма, память, выразительность, эмоциональность, коммуникативные качества.	<p>Разминка «На холме стоит рябинка» Потягивания - руки вверх. Вращение туловищем вправо и влево. Наклоны в стороны с рукой, поднятой вверх. Дети машут руками, изображая ветер. Развороты вправо – влево с рукой и пружинкой в ногах.</p> <p>«Елочка – постановка корпуса» Представим, что мы елочки: у нас ровный прямой ствол, корешки крепко вросли в землю, веточки стремятся вниз и слегка в стороны, а макушка тянется вверх. Из этого описания образа следует, что ступни плотно прилегают к полу, колени вытянуты, корпус прямой, плечи опущены вниз, голова держится прямо.</p> <p>Танец «Ваньки-встаньки» Выполнять плясовые движения (шаг «крестик», хлопки «тарелочки», прыжки, присядка, высокие шаги).</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Стирка». Музыкально – подвижная игра «Прыг-скок» Дети прыгают на двух ногах вперед к</p>	Обручи, флажки.	1	

					своим флажкам, руки на поясе. Наклоняются и берут флажок в руки. Машут флажком над головой. Поворачиваются друг за другом, перестраиваются в круг, выполняют легкий бег. Выполняют «пружинку» вправо-влево, флажок держат перед собой. Шаг вперед - машут флажком над головой. Шаг назад - машут флажком над головой.		
			Примечание				
31			Ритмопластика.	Учить действовать под слова песни. Развивать координацию движений. Учить детей перестроению, ориентации в пространстве. Выполнять простейшие перестроения. Продолжать совершенствовать навыки основных движений. Обучить детей комплексу упражнений, которые развивают растяжку, гибкость, координацию, правильную осанку.	<p>Разминка «На холме стоит рябинка» Потягивания - руки вверх. Вращение туловищем вправо и влево. Наклоны в стороны с рукой, поднятой вверх. Дети машут руками, изображая ветер. Развороты вправо – влево с рукой и пружинкой в ногах.</p> <p>Упражнение «Круг, движение по кругу» Отработка навыков двигаться по кругу: - лицом и спиной; - по одному и в парах. Собираться в маленький круг и расходиться в большой круг. Перестроения из свободного расположения в круг и обратно.</p> <p>Танец «Ваньки-встаньки» Выполнять плясовые движения (шаг «крестик», хлопки «тарелочки», прыжки, присядка, высокие шаги).</p> <p>Комплекс растяжки «Веселый мяч» Упражнение №1. И.п. лежа на спине, ноги вытянуты, руками удерживать мяч</p>	Мячи.	1

					за головой. 1-2 – сесть, размещая мяч между стопами; 3-4 – лечь на спину; 5-8 – поднять ноги, передавая мяч в руки. Упражнение №2. И.п. лежа на спине, ноги согнуты в коленях, стопы на полу. Руки вытянуты в стороны, мяч под правой ладонью. 1-4 – поднять таз и нижнюю часть спины («полумост»), прокатывая мяч под спиной и перемещая его под левую ладонь. 5-8 – выполнить в другую сторону.		
			Примечание				
32.			Азбука движений.	Развивать навыки – вправо – влево. Развивать гибкость и пластику рук. Упражняться в выполнении танцевальных движений. Продолжать учить выразительно и ритмично двигаться в танце в соответствии с характером музыки. Выполнять гимнастику ритмично, четко проговаривая текст, координировать движения в соответствии с текстом. Воспитывать желание слушать музыку и самостоятельно выполнять простейшие танцевальные движения.	<p>«Комбинации с выносом ноги на носок» Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. На 1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»). 2 такт – вернуться в исходное положение. 3 – 4 такты – упражнение «тик-так» головой. 5 такт – отвести левую ногу на носок вперед («птичка»). 6 такт – вернуться в исходное положение. 7 – 8 такты – упражнение «тик-так» головой.</p> <p>Танец «Ваньки-встаньки» Выполнять плясовые движения (шаг «крестик», хлопки «тарелочки», прыжки, присядка, высокие шаги).</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Стирка» Танец – игра «Прыг-скок» Дети прыгают на двух ногах вперед к своим флажкам, руки на поясе. Наклоняются и берут флажок в руки.</p>	Флажки.	

					Машут флажком над головой. Поворачиваются друг за другом, перестраиваются в круг, выполняют легкий бег. Выполняют «пружинку» вправо-влево, флажок держат перед собой. Машут флажком над головой. Шаг назад, машут флажком над головой. Выполняют «пружинку» вправо-влево, флажок прячут за спину.		
			Примечание				
33.			Танец – игра.	Совершенствовать плясовые движения. Согласовывать движения с музыкой. Развивать внимание и умение менять движения. Развивать слуховое внимание. Развивать координацию движений. Учить детей мышечному и эмоциональному расслаблению; развивать умение воплощаться в игровой образ, сочетать темп движений с характером музыки, передавать характер образа через движение.	<p>«Комбинации с выносом ножки на носок» Исходное положение – ноги вместе, руки на поясе. На 1 такт - отвести правую ногу на носок вперед («птичка»). 2 такт – вернуться в исходное положение. 3 – 4 такты – упражнение «тик-так» головой. 5 такт – отвести левую ногу на носок вперед («птичка»). 6 такт – вернуться в исходное положение. 7 – 8 такты – упражнение «тик-так» головой.</p> <p>Танец «Ваньки-встаньки» Выполнять плясовые движения (шаг «крестик», хлопки «тарелочки», прыжки, присядка, высокие шаги).</p> <p>Комплекс растяжки «Веселый мяч» Упражнение №1. И.п. лежа на спине, ноги вытянуты, руками удерживать мяч за головой. 1-2 – сесть, размещая мяч между стопами; 3-4 – лечь на спину; 5-8 – поднять ноги, передавая мяч в руки. Продолжить</p>	Мячи, платки.	Буренина А.И. «Танцы – игры для детей». - Санкт – Петербург, 2000.

					упражнение. Упражнение №2. И.п. лежа на спине, ноги согнуты в коленях, стопы на полу. Руки вытянуты в стороны, мяч под правой ладонью. 1-4 – поднять таз и нижнюю часть спины («полумост»), прокатывая мяч под спиной и перемещая его под левую ладонь. 5-8 – выполнить в другую сторону.			
			Примечание					
34.			Весёлая разминка.	Сохранять и развивать природные данные. Следить за осанкой. Развивать гибкость, пластичность, мышечную силу. Развивать координацию, внимание, музыкальный слух. Совершенствовать танцевальные движения, развивать чёткость и ловкость движения. Согласовывать движения с музыкой. Активизировать интерес к движениям под музыку, согласовывать движения с характером музыки. Закрепить последовательность движений в игре.	Разминка «На холме стоит рябинка» Потягивания - руки вверх. Вращение туловищем вправо и влево. Наклоны в стороны с рукой, поднятой вверх. Дети машут руками, изображая ветер. Развороты вправо – влево с рукой и пружинкой в ногах. «Комбинация – Птичка – утюжок на каблучок» 1 такт – отвести правую ногу на носок вперед («птичка»). 2 такт – перевести правую ногу на пятку («утюжок»). 3 такт – поднять правую ногу, согнутую в колене («флажок»). 4 такт – вернуться в исходное положение. Танец «Ваньки-встаньки» Выполнять плясовые движения (шаг «крестик», хлопки «тарелочки», прыжки, присядка, высокие шаги). Танец – игра «Прыг-скок» Дети прыгают на двух ногах вперед к своим флажкам, руки на поясе.	Обручи.		

					Наклоняются и берут флажок в руки. Машут флажком над головой. Поворачиваются друг за другом, перестраиваются в круг, выполняют легкий бег. Выполняют «пружинку» вправо-влево, флажок держат перед собой. Машут флажком над головой. Шаг назад, машут флажком над головой. Выполняют «пружинку» вправо-влево, флажок прячут за спину.		
			Примечание				
35.		Танцевально – ритмическая гимнастика	Учить детей согласовывать движения с музыкой. Отмечать в движении 2-х частную форму музыкального произведения. Разучивание движений пляски. Учить реагировать на смену частей музыки и соответственно ей изменять движения. Повышать интерес к физическим упражнениям через игровую деятельность с предметом (ложки).	Упражнение «Прыжки и ходьба» На первую часть музыки – дети выполняют прыжки, на вторую часть музыки – дети выполняют ходьбу. Танец «Барыня» На счет 1 – правую ногу в сторону на каблук, взмахивая левой рукой; на 2 – приставить левую ногу, забрасывая платочек на правое плечо; 3-4 – поворот вокруг себя на полупальцах, перекидывая платочек в левую руку. Повторить комбинацию в другую сторону. На конец муз. фразы, сложить руки полочкой, платочек в правой руке. Приставной шаг вправо, с наклоном корпуса и притопом. Повторить влево. Всего выполняется 4 раза. «Ковырялочка» с притопами, когда нога выноситься на каблук – взмах платочком к ноге, на притопах – платочек к противоположному плечу. Выполнить поворот вокруг себя (бегом	Платочки, мячи.		

					<p>«захлест»), взяв платок в левую руку. Комплекс растяжки «Веселый мяч» Упражнение 3. И.п. лежа на спине, ноги вытянуты. Руки вытянуты в стороны, мяч под правой ладонью. Поднять правую ногу, одновременно поднимая корпус и передавая мяч в левую руку. Опуститься на пол. Упражнение № 4. И.п. лежа на спине, ноги вытянуты, мяч удерживать стопами, руки вдоль тела. 1-4 – поднимая ноги, оторвать нижнюю часть спины от пола и забросить ноги за голову, удерживая мяч. 5-8 - вернуться в и.п. Упражнение №5. И.п. лежа на животе, ноги вытянуты. Руки вытянуты в стороны, мяч под правой ладонью. Поднимая корпус, прокатить мяч перед грудью, поймав его левой рукой, лечь.</p>		
			Примечание				
36.			Этюды, танцы.	Активизировать интерес к движениям под музыку, согласовывать движения с характером музыки. Закрепить последовательность движений. Выработать у детей красивую осанку, подтянутость, внутреннюю собранность. Точно выполнять танцевальные движения в соответствии со сменой характера музыки.	<p>Разминка «На холме стоит рябинка» Потягивания - руки вверх. Вращение туловищем вправо и влево. Наклоны в стороны с рукой, поднятой вверх. Дети машут руками, изображая ветер. Развороты вправо – влево с рукой и пружинкой в ногах. «Танцевальный шаг с цветами» Выполнить танцевальный шаг с вытянутого носка вперед и назад лицом и спиной по ходу продвижения с</p>	Платки, цветы.	

Развивать координацию движений пальцев, кисти руки. Развивать творческую активность детей (выполнение творческих заданий).

различным положениям рук. Также выполнить данное движение по одному в паре, небольшими группками.

Танец «Барыня»

На счет 1 – правую ногу в сторону на каблук, взмахивая левой рукой; на 2 – приставить левую ногу, забрасывая платочек на правое плечо; 3-4 – поворот вокруг себя на полупальцах, перекладывая платочек в левую руку. Повторить комбинацию в другую сторону. На конец муз. фразы, сложить руки полочкой, платочек в правой руке. Приставной шаг вправо, с наклоном корпуса и притопом. Повторить влево. Всего выполняется 4 раза. «Ковырялочка» с притопами, когда нога выносится на каблук – взмах платочком к ноге, на притопах – платочек к противоположному плечу. Выполнить поворот вокруг себя (бегом «захлест»), взяв платок в левую руку.

Пальчиковая гимнастика «Огурцы»

Музыкально – подвижная игра «Чудо кит»

Изобразить волны правой рукой, затем левой. Раскрыть руки в стороны через вверх. Плавные движения руками перед собой, сужая руки и расширяя, как бы показывая большую рыбу и маленькую. Корпус наклонить вперед, ручки взять под подбородок. В конце музыкальной фразы, дети становятся на свои места. Прыжки на двух ногах. Рисуем левой

					рукой по полу.		
			Примечание				
	37.		Весёлая растяжка. Игровой стретчинг.	Закрепить последовательность движений. Отмечать в движении 2-х частную форму музыкального произведения. Менять движения со сменой частей музыкальных фраз. Учить детей мышечному и эмоциональному расслаблению; развивать умение воплощаться в игровой образ, сочетать темп движений с характером музыки, передавать характер образа через движение.	<p>Разминка «На холме стоит рябинка» Выполнять движения согласно тексту.</p> <p>«Танцевальный шаг и бег» На первую часть музыки дети выполняют танцевальный шаг. На вторую часть музыки дети выполняют бег с захлестом.</p> <p>Комплекс растяжки «Веселый мяч» Упражнение № 3. И.п. лежа на спине, ноги вытянуты. Руки вытянуты в стороны, мяч под правой ладонью. Поднять правую ногу, одновременно поднимая корпус и передавая мяч в левую руку. Опуститься на пол.</p> <p>Упражнение № 4. И.п. лежа на спине, ноги вытянуты, мяч удерживать стопами, руки вдоль тела. 1-4 – поднимая ноги, оторвать нижнюю часть спины от пола и забросить ноги за голову, удерживая мяч. 5-8 - вернуться в и.п. Упражнение № 5. И.п. лежа на животе, ноги вытянуты. Руки вытянуты в стороны, мяч под правой ладонью. Поднимая корпус, прокатить мяч перед грудью, поймав его левой рукой, лечь.</p>	Султанчики, гимнастические коврики.	
			Примечание				
Март	38		Музыкально – подвижная игра. Танец.	Формировать основные движений (по сюжету разминки). Развивать ловкость, точность,	<p>Разминка «Весенняя» Приседания с разворотом корпуса вправо – влево, и поднятием рук вверх.</p>	Мячи.	

				<p>координацию движений. Знакомство детей с позициями рук, через игровые образы. Самостоятельно начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. Воспитывать нравственно волевые качества. Передавать в движении характер музыки. Упражнять в выполнении танцевальных движений. Совершенствовать мелкую моторику через пальчиковую игру. Развивать быстроту реакции, ориентировку в пространстве.</p>	<p>При возвращении в и.п. руки, на пояс. Бег по кругу друг за другом. Далее, становятся парами, берутся за руки и поочередно приседают. Шаги с выпадом в продвижении, с активной работой рук переводя их вверх и вниз. Подскоки, прыжки на двух ножках, на одной.</p> <p>«Шарик» - комбинации изучения позиций рук (Руки поднимаем в первую позицию) И до облака взлетаем (Переводим ручки в третью позицию) Шарик лопнул выдыхаем (Переводим ручки во вторую позицию) Наши ручки опускаем. (Опускаем ручки в подготовительную позицию).</p> <p>Танец «Здравствуйте мамы» С колоны парами, расходятся через одного, перестраиваясь в линии в шахматном порядке. Правые руки соединены, шаги с правой ноги друг к другу, друг от друга, поменяться местами танцевальным шагом. Выполняют пружинку с разворотом корпуса вправо, влево. Соединяют руки в положение «лодочка», выполнить легкие приседания с разворотом корпуса. Идут по кругу танцевальным шагом, по линии танца. В конце музыкальной фразы останавливаются.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Пришла весна»</p> <p>Музыкально – подвижная игра</p>	
--	--	--	--	---	---	--

					<p>«Зонт и ручеек» Шаги на месте с хлопками. Покружится, руки поднять вверх, работа кистями «идет дождик». Перестроение в круг. Дети бегут в круг, под зонт и с круга. За ведущим бегут «змейкой» постепенно перестраиваясь в круг. Делают прыжок и приседают на корточки.</p>		
			Примечание				
39			<p>Креативная гимнастика. Ритмопластика.</p>	<p>Развивать гибкость и пластичность. Развивать творческое воображение и фантазию. Осваивать упражнения для развития техники танца. Развивать координацию движений, выполнять движения по показу педагога. Совершенствовать танцевальные движения.</p>	<p>Разминка «Весенняя» Приседания с разворотом корпуса вправо – влево, и поднятием рук вверх. При возвращении в и.п. руки, на пояс. Бег по кругу друг за другом. Далее, встают парами, берутся за руки и поочередно приседают. Шаги с выпадом в продвижении, с активной работой рук переводя их вверх и вниз. Подскоки, прыжки на двух ножках, на одной.</p> <p>Упражнение «Повороты – вариации» Поворот партнерши из положения в паре - руки крест на крест * Партнерши под рукой у партнера * Повороты на шагах с продвижением вперед * Повороты на подскоках * Переход партнерши на место партнера * Переход спинами друг к другу.</p> <p>Танец «Здравствуйте мамы» С колоны парами, расходятся через одного, перестраиваясь в линии в шахматном порядке. Правые руки</p>	<p>Обручи, зонт.</p>	

					соединены, шаги с правой ноги друг к другу, друг от друга, поменяться местами танцевальным шагом. Выполняют пружинку с разворотом корпуса вправо, влево. Соединяют руки в положение «лодочка», выполнить легкие приседания с разворотом корпуса. Идут по кругу танцевальным шагом, по линии танца. В конце музыкальной фразы останавливаются. Креативная гимнастика «Море волнуется» Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Размахивают руками вперед – назад, произнося слова. После слова «Замри!» дети принимают какую – нибудь позу (можно заранее оговорить). Педагог отмечает детей, принявших наиболее красивые позы.		
			Примечание				
40			Танец – игра.	Совершенствовать навыки прыжков, подъемов на полупальцы, мягкого приседания. Формировать умение соотносить движения с музыкой. Развивать музыкальную выразительность. Воспитывать внимание, самостоятельность, инициативу, положительное отношение к движениям. Развивать координацию движения, через использование пальчиковых игр. Снятие тревожности. Быстро	Упражнение «Приседание, подъем на полупальцы, прыжок» Упражнение выполняется в характере игры «Зайчики – трусишки». Танец «Здравствуйте мамы» С колоны парами, расходятся через одного, перестраиваясь в линии в шахматном порядке. Правые руки соединены, шаги с правой ноги друг к другу, друг от друга, поменяться местами танцевальным шагом. Выполняют пружинку с разворотом корпуса вправо, влево. Соединяют руки	Цветы, обручи, зонт.	

				<p>реагировать на смену характера музыки.</p>	<p>в положение «лодочка», выполнить легкие приседания с разворотом корпуса. Идут по кругу танцевальным шагом, по линии танца. В конце музыкальной фразы останавливаются.</p> <p>Комплекс растяжки «Печем торт» Упражнения на растяжку, гибкость, координацию, правильную осанку.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Пришла весна» «Зонт и ручеек» Шаги на месте с хлопками. Покружится, руки поднять вверх, работа кистями «идет дождик». Перестроение в круг. Дети бегут в круг, под зонт и с круга. За ведущим бегут «змейкой» постепенно перестраиваясь в круг. Делают прыжок и приседают на корточки.</p>		
			Примечание				
41			<p>Азбука движения.</p>	<p>Способствовать развитию у детей музыкального и выразительного исполнения движений. Развивать творческую активность детей. Содействовать проявлению активности и самостоятельности. Закреплять последовательность движений танца. Выразительно и ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки.</p>	<p>Разминка «Весенняя» Приседания с разворотом корпуса вправо – влево, и поднятием рук вверх. При возвращении в и.п. руки, на пояс. Бег по кругу друг за другом. Далее, стоят парами, берутся за руки и поочередно приседают. Шаги с выпадом в продвижении, с активной работой рук переводя их вверх и вниз. Подскоки, прыжки на двух ножках, на одной.</p> <p>Упражнение «Исходные позиции рук»</p>	Обручи.	

					<p>Внизу – руки опущены вдоль тела. Впереди – руки вытянуты на уровне груди (параллельно полу). Вверху – руки максимально подняты вверх над головой. В младшем возрасте высота рук произвольная. В стороны – плечи и руки составляют одну прямую линию. Руки могут быть открытыми – ладони вверх («к солнышку»). Руки могут быть закрытыми – ладони вниз (смотрят в пол). «Поясок» – ладони на талии, большие пальцы – сзади, остальные – впереди. Плечи и локти слегка отведены назад. «Кулачки на бочок» – пальцы рук слегка сжаты в кулачки, которые ставятся на талию тыльной стороной внутрь.</p> <p>Танец «Здравствуйте мамы»</p> <p>С колоны парами, расходятся через одного, перестраиваясь в линии в шахматном порядке. Правые руки соединены, шаги с правой ноги друг к другу, друг от друга, поменяться местами танцевальным шагом. Выполняют пружинку с разворотом корпуса вправо, влево. Соединяют руки в положение «лодочка», выполнить легкие приседания с разворотом корпуса. Идут по кругу танцевальным шагом, по линии танца. В конце музыкальной фразы останавливаются.</p>		
			Примечание				
42			Ритмопласти	Осваивать упражнения для	Упражнение «Вытягивание ноги на	Гимнастичес	

			ка.	<p>развития техники танца. Развивать музыкальную выразительность, музыкально - ритмические навыки. Укрепление опорно-двигательного аппарата. Соотносить движения рук с речью.</p>	<p>носок с паузами» Вытягивание ноги на носок с паузами на каждой точке с I позиции вперед, в сторону, позднее – назад. Начинать и заканчивать движения в соответствии с началом и окончанием музыки. Упражнять в выполнении танцевальных движений.</p> <p>Танец «Лесной хоровод» Выполнять движения по тексту.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Куличики»</p> <p>Комплекс растяжки «Печем торт» «Месим тесто». И.п. сидя, ноги вытянуты. 1-4 – взяться правой рукой за левую стопу поднимая ногу вверх и скручиваясь влево. «Раскатываем тесто». И.п. сидя, ноги вытянуты. 1-2 – взяться обеими руками за правую ногу и поднять к себе; 3-4 – удерживая ногу, лечь на спину; 5-6 – удерживая ногу, сесть; 7-8 – опустить ногу в и.п. Повторить с другой ноги. «Выпекаем коржи». И.п. сидя, ноги и стопы вытянуты. 1-8 – опустить корпус вниз, положив живот на бедра и задержаться.</p>	кие ленты.	
			Примечание				
43			Этюды, танцы, пляски.	<p>Способствовать развитию у детей музыкального и выразительного исполнения движений. Развивать ориентировку в пространстве. Запоминать и соблюдать</p>	<p>Разминка «Весенняя» Приседания с разворотом корпуса вправо – влево, и поднятием рук вверх. При возвращении в и.п. руки, на пояс. Бег по кругу друг за другом. Далее,</p>		<p>Конорова Е.В. Методическое пособие по ритмике. - Москва, 2000.</p>

				<p>последовательность плясовых движений. Развивать умение работать в паре.</p>	<p>стают парами, берутся за руки и поочередно приседают. Шаги с выпадом в продвижении, с активной работой рук переводя их вверх и вниз. Подскоки, прыжки на двух ножках, на одной.</p> <p>Комбинация «Колона – перестроение» Движение в колонне вперед, назад. Движение в колонне парами, перестроение с колоны. Движения в колонне на месте: наклоны в стороны через одного и все вместе.</p> <p>Танец «Лесной хоровод» Выполнять движения по тексту песни.</p> <p>Музыкально – подвижная игра «Солнышко смеется» Дети выполняют «фонарики». Прыжки на двух ногах. Дети маршируют на месте. Прыжки на двух ногах. Хлопки по коленям и в ладошки Легкий бег по всему залу. Прыжки на двух ногах и замереть.</p>		
			Примечание				
44			<p>Танец – игра. Музыкально – подвижная игра.</p>	<p>Учить детей переходить от одного вида движений к другому в соответствии с музыкой. Развивать умение выполнять основные движения танца. Развивать фантазию детей поощрять их творчество. Формировать умение работать в коллективе.</p>	<p>Упражнение «Подскоки и ходьба» 1 – я часть музыки, дети выполняют подскоки, 2 часть музыки - дети спокойно ходят.</p> <p>Танец «Лесной хоровод» Выполнять движения в соответствии с содержанием песни.</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Цветок» Музыкально – подвижная игра</p>	<p>Обручи, хохломские ложки.</p>	

						<p>«Солнышко смеется» Дети выполняют «фонарики». Прыжки на двух ногах. Дети маршируют на месте. Прыжки на двух ногах. Хлопки по коленям и в ладошки Легкий бег по всему залу. Прыжки на двух ногах и замереть.</p>		
			Примечание					
45			<p>Этюды, танцы.</p>	<p>Содействовать проявлению активности и самостоятельно сти. Воспитывать желание слушать музыку и самостоятельно выполнять простейшие танцевальные движения. Укрепление опорно-двигательного аппарата. Воспитывать эмоциональный интерес к совместным играм.</p>	<p>Упражнение «Боковой шаг – крестик» Боковой шаг («крестик») – на «раз» - шаг в сторону с правой (левой) ноги. На «два» - перед ней накрест ставится левая (правая) нога. Танец «Лесной хоровод» Выполнять движения в соответствии с содержанием песни. «Солнышко смеется» Дети выполняют «фонарики». Прыжки на двух ногах. Дети маршируют на месте. Прыжки на двух ногах. Хлопки по коленям и в ладошки Легкий бег по всему залу. Прыжки на двух ногах и замереть. Комплекс растяжки «Печем торт» «Месим тесто». И.п. сидя, ноги вытянуты. 1-4 – взяться правой рукой за левую стопу поднимая ногу вверх и скручиваясь влево. «Раскатываем тесто». И.п. сидя, ноги вытянуты. 1-2 – взяться обеими руками за правую ногу и поднять к себе; 3-4 – удерживая ногу, лечь на спину; 5-6 –</p>	<p>Бубны, обручи, гимнастические коврики.</p>		

						<p>удерживая ногу, сесть; 7-8 – опустить ногу в и.п. Повторить с другой ноги. «Выпекаем коржи». И.п. сидя, ноги и стопы вытянуты. 1-8 – опустить корпус вниз, положив живот на бедра и задержаться.</p>		
				Примечание				
Апрель	46		Танец - игра, самомассаж.	<p>Развивать навык собственного оздоровления. Реагировать на звучание музыки, выполнять движения по показу педагога. Совершенствовать плясовые движения. Учить детей импровизировать, придумывать свои танцевальные движения.</p>	<p>Разминка «Морское приключение» Руки в стороны, плie с наклонами корпуса вправо и влево - 4 раза. Полное приседание и «моторчик» руками. Встать на четвереньки. Одновременно поднимать и опускать разноименные руки и ноги - 4 раза. Марш на месте. Релеве правой и левой ногой, поочередно - 4 раза. Прыжки ноги врозь, ноги вместе - 2 раза. Ходьба на пятках, на месте.</p> <p>Упражнение «Шаг польки» Затакт: на счет «и» с легким подскоком на левой ноге провести вытянутую правую ногу вперед и немного приподнять её. На счет «раз»: сделать шаг на правую ногу на низкие полупальцы. На счет «и»: подставить левую ногу к правой в третью позицию назад на низкие полупальцы. На счет «два»: снова сделать шаг правой ногой на низкие полупальцы. На счет «и»: с легким подскоком на правой ноге провести вытянутую левую ногу вперед и немного приподнять её.</p> <p>Игровой самомассаж</p>	<p>Гимнастические коврики, обручи.</p>		

					<p>Поглаживание рук и ног в образно – игровой форме (Ладонки – мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги»).</p> <p>Танец – игра «Цапли и лягушки»</p> <p>Глубокое приседание по второй позиции, ручки согнуты в локтях – «лапки лягушки», вырастая с приседания выполнить хлопок перед собой. «Цапли» в это время «спят» - стоя на одной правой ноге, стараясь сохранить равновесие. «Лягушки» прыгают на месте. «Цапли» поменяли ногу и стоят на левой ноге «спят». «Лягушки» прыгают по всему залу, и садятся на пол. «Цапли» выполняя высокий шаг и взмахи крылышками идут по залу, чтобы поймать «лягушку», а «лягушки» прыгают на свои места. Игра, начинается сначала, только дети меняются ролями.</p>		
			Примечание				
47			Ритмический танец. Хоровод.	Способствовать снятию мышечного и психологического торможения посредством танцевального движения. Работа над осанкой. Учить детей менять движения в связи со сменой частей музыкального произведения. Уметь ориентироваться в пространстве, изменять направления по заданию. Развивать двигательные способности (силовые,	Разминка «Морское приключение» Руки в стороны, плечи с наклонами корпуса вправо и влево - 4 раза. Полное приседание и «моторчик» руками. Встать на четвереньки. Одновременно поднимать и опускать разноименные руки и ноги - 4 раза. Марш на месте. Релеве правой и левой ногой, поочередно - 4 раза. Прыжки ноги врозь, ноги вместе - 2 раза. Ходьба на пятках, на месте. Упражнение «Ковырялочка»	Гимнастические ленты и коврики.	

скоростно-силовые,
координационные).

- 1 вариант. Правая нога ставится назад на носок, затем выносится вперед на пятку и на месте – три притопа.

Хоровод «Ходит матушка весна»

Дети становятся по квадрату в четыре линии. Первая линия, идет к третьей, выполняя три шага и притоп. Первая линия, возвращается на свое место. Третья линия идет к первой. Третья линия, возвращается на свое место. Вторая линия идет к четвертой. Четвертая линия, возвращается на свое место. Четвертая линия идет ко второй. Четвертая линия возвращается на свое место. Сходится навстречу первая и третья линия. Расходится на свои места первая и третья линия. Сходится четвертая и вторая линия. Расходится на свои места четвертая и вторая линия. Дети кружатся парами «бараночкой».

Комплекс растяжки «Солнечные лучики»

Упражнение №1 «Солнечные лучи» И.п. стоя на четвереньках. Одновременно поднимать и вытягивать разноименные руки и ноги. Выполнять, чередуя в стороны. Упражнение №2 «Цветок колокольчик» И. п. сидя на пятках, руки на коленях. Выполнить наклоны головы вперед и в стороны. Упражнение №3 «Лебедь» И.п. сидя, левая нога согнута позади себя, правая вытянута вперед. Выполняя, взмах руками, наклониться вперед.

					Выполнить в обе стороны.		
			Примечание				
48			Разминка. Игроритмика	Учить детей менять движения в связи со сменой частей музыкального произведения. Развивать умение самостоятельно изменять движения с изменением характера музыки. Развивать ловкость, подвижность, мелкую моторику. Учить детей двигаться под музыку, в соответствии с её характером, ритмом и темпом	<p>Разминка «Морское приключение» Руки в стороны, плie с наклонами корпуса вправо и влево - 4 раза. Полное приседание и «моторчик» руками. Встать на четвереньки. Одновременно поднимать и опускать разноименные руки и ноги - 4 раза. Марш на месте. Релеве правой и левой ногой, поочередно - 4 раза. Прыжки ноги врозь, ноги вместе - 2 раза. Ходьба на пятках, на месте.</p> <p>Упражнение «Ковырялочка» 2 вариант. Правую (левую) ногу согнуть в колене и поставить в сторону на носок невыворотно (пяткой вверх); одновременно слегка согнуть колено левой (правой) ноги. Вытягивая прямую правую (левую) ногу, поставить ее на пятку. Сделать тройной притоп, начиная с правой (левой) ноги.</p> <p>Хоровод «Ходит матушка весна» Дети становятся по квадрату в четыре линии. Первая линия, идет к третьей, выполняя три шага и притоп. Первая линия, возвращается на свое место. Третья линия идет к первой. Третья линия, возвращается на свое место. Вторая линия идет к четвертой. Четвертая линия, возвращается на свое место. Четвертая линия идет ко второй. Четвертая линия возвращается на свое</p>	Мячи, цветы.	

					<p>место. Сходится навстречу первая и третья линия. Расходится на свои места первая и третья линия. Сходится четвертая и вторая линия. Расходится на свои места четвертая и вторая линия. Дети кружатся парами «бараночкой».</p> <p>Самомассаж «Дождь» Не надавливать силой на указанные точки, а массировать их мягкими движениями пальцев, слегка надавливая или легко поглаживая.</p>		
			Примечание				
49			<p>Танцевально-ассорти.</p>	<p>Исполнять движения и танцевальные композиции по заданию. Учить детей менять движения в связи со сменой частей музыкального произведения. Учить детей работать с предметами. Развивать двигательные качества и умения. Развивать координацию движений, ориентировку в пространстве, продолжать развивать согласованность движений с музыкой.</p>	<p>Разминка «Морское приключение» Руки в стороны, плечи с наклонами корпуса вправо и влево - 4 раза. Полное приседание и «моторчик» руками. Встать на четвереньки. Одновременно поднимать и опускать разноименные руки и ноги - 4 раза. Марш на месте. Релеве правой и левой ногой, поочередно - 4 раза. Прыжки ноги врозь, ноги вместе - 2 раза. Ходьба на пятках, на месте.</p> <p>Упражнение «Ножницы» На «раз» - толчок, разведение ног в стороны и приземление в позицию «Широкая дорожка». На «два» - толчок и скрещивание ног в «точке» впереди (правая ступня впереди левой и наоборот при повторении).</p> <p>«Танец с барабанами» И.п. дети стоят в двух колонах, колонна барабанщиков и колонна трубачей. 1.</p>	Обручи, барабаны.	

					<p>Марш на месте. 2. Обе колонны, маршируя, идут навстречу. 3. Поочередно выполнить движение «ключ». 4. Марш в повороте вокруг себя, вправо и влево. 5. Поочередно выполнить движение «ключ». 6. Марш в повороте вокруг себя, вправо и влево. 7. Маршируя, колонны сходятся. 8. Маршируя, повернуться лицом на зрителя. 9. Поочередно выполнять движение «ключ».</p> <p>10. Парами, через стороны, уходят на стулья.</p> <p>Танец – игра «Воробьи и ворона»</p> <p>Дети «воробышки» сидят парами по кругу, лицом друг к другу. «Вороны» - бегут по кругу и останавливаются возле пары «воробышек». Шаги на месте, «активные взмахи крыльями». Посмотрела влево – прямо. «Воробьи» поднимаются, руки в позицию «маленькие крылышки» Поворот к «воробьям», наклон корпуса, руки на голову «ворона волнуется». «Воробьи» выполняют наклоны головы вперед. «Воробьи» - выполняют один прыжок друг к другу, и два маленьких друг от друга. «Вороны» кружатся вокруг себя. «Воробьи» садятся на корточки, спиной друг к другу. «Ворона» грозит е пальцем правой руки. Берет правой рукой одного «воробышка», левой ручкой второго «воробышка». Кружатся тройками. Воробьи все</p>	
--	--	--	--	--	--	--

					помирились, обнимаются. «Вороны» - бегут на носочках по кругу, выполняя взмахи крылышками.		
			Примечание				
50			Танцевально – ритмическая гимнастика.	Способствовать развитию музыкально-танцевальной памяти. Формировать навыки ориентировки в пространстве. Развивать слух - моторную координацию. Формировать правильную осанку. Развивать мышечную силу, ловкость, гибкость, выносливость. Привитие навыков элементарного массажа рук, ног, головы, лица и т.д.	<p>Упражнение «Расческа» Дети стоят в шахматном порядке. На расстоянии друг от друга лицом в одном направлении. 1-й вариант: вначале вторая шеренга проходит вперед сквозь первую, останавливаясь чуть впереди. Затем первая (оказавшись позади) проходит вперед сквозь вторую, останавливаясь чуть впереди, и т.д.</p> <p>«Танец с барабанами» И.п. дети стоят в двух колонах, колона барабанщиков и колона трубачей. 1. Марш на месте. 2. Обе колоны, маршируя, идут навстречу. 3. Поочередно выполнить движение «ключ». 4. Марш в повороте вокруг себя, вправо и влево. 5. Поочередно выполнить движение «ключ». 6. Марш в повороте вокруг себя, вправо и влево. 7. Маршируя, колоны сходятся. 8. Маршируя, повернуться лицом на зрителя. 9. Поочередно выполнять движение «ключ». 10. Парами, через стороны, уходят на стулья.</p> <p>Комплекс растяжки «Солнечные лучики» Упражнение №1 «Солнечные лучи» И.п. стоя на четвереньках.</p>	Обручи, барабаны, гимнастические коврики.	

					<p>Одновременно поднимать и вытягивать разноименные руки и ноги. Выполнять, чередуя в стороны. Упражнение №2 «Цветок колокольчик» И. п. сидя на пятках, руки на коленях. Выполнить наклоны головы вперед и в стороны. Упражнение №3 «Лебедь» И.п. сидя, левая нога согнута позади себя, правая вытянута вперед. Выполняя, взмах руками, наклониться вперед. Выполнить в обе стороны.</p> <p>Самомассаж «Умывальная песенка» Дети качают головой вправо-влево. Мягкими движениями проводят пальцами по лицу. Растирают ладонями нос, уши. Растирают ладони друг о друга. Указательным пальцем касаются носа. Показывают на рот, прикасаются к подбородку. Прикасаются к внешним уголкам глаз. Протягивают ладони вперед.</p>		
			Примечание				
51			<p>Танцевально – ритмическая гимнастика.</p>	<p>Формировать навыки ориентировки в пространстве. Способствовать накоплению музыкальных впечатлений. Точно менять движения под музыку. Заканчивать движения с концом музыки. Содействовать развитию чувства ритма, координации движений. Создать веселую, позитивную атмосферу.</p>	<p>Упражнение «Расческа» 2-й вариант: первая шеренга идет назад, одновременно вторая – движется вперед. Проходя друг через друга – шеренги меняются местами.</p> <p>«Танец с барабанами» И.п. дети стоят в двух колонах, колона барабанщиков и колона трубачей. 1. Марш на месте. 2. Обе колонны, маршируя, идут навстречу. 3. Поочередно выполнить движение</p>	<p>Обручи, барабаны, гимнастические коврики.</p>	

					<p>«ключ». 4. Марш в повороте вокруг себя, вправо и влево. 5. Поочередно выполнить движение «ключ». 6. Марш в повороте вокруг себя, вправо и влево. 7. Маршируя, колонны сходятся. 8. Маршируя, повернуться лицом на зрителя. 9. Поочередно выполнять движение «ключ».</p> <p>10. Парами, через стороны, уходят на стулья.</p> <p>Комплекс растяжки «Солнечные лучики»</p> <p>Упражнение №4 «Лотос» И.п. сидя по-турецки, руки за голову. Наклонить корпус вниз, сгибая локти. Затем выпрямиться и продолжить движение.</p> <p>«Жук» И.п. сидя ноги согнуты, руками взяться под коленями. Выполнить перекаат на спину, выпрямляя ноги. Сгибая ноги, вернуться в и.п.</p> <p>Упражнение №6 «Лягушка» И.п. лежа на животе, ноги выворотню, стопы соединены. Отталкиваясь ладонями от пола, повернуть корпус вправо – назад. Вернуться в и.п., и выполнить влево.</p> <p>Упражнение №7 «Цапля» И.п. лежа на правом боку, одновременно поднимать левую ногу и правую руку, вытягивая их по направлению к корпусу.</p> <p>Самомассаж «Умывальная песенка»</p> <p>Дети качают головой вправо-влево. Мягкими движениями проводят пальцами по лицу. Растирают ладонями нос, уши. Растирают ладони друг о</p>	
--	--	--	--	--	--	--

					друга. Указательным пальцем касаются носа. Показывают на рот, прикасаются к подбородку. Прикасаются к внешним уголкам глаз. Протягивают ладони вперед.		
			Примечание				
52			Ритмический танец. Музыкально – подвижная игра.	Учить детей естественно, непринужденно, выполнять движения руками, отмечая акценты в музыке. Развивать умение ориентироваться в пространстве. Передавать в движении игровой, веселый, задорный характер музыки. Повышать интерес к физическим упражнениям через игровую деятельность.	<p>Разминка «Морское приключение» Руки в стороны, плечи с наклонами корпуса вправо и влево - 4 раза. Полное приседание и «моторчик» руками. Встать на четвереньки. Одновременно поднимать и опускать разноименные руки и ноги - 4 раза. Марш на месте. Релеве правой и левой ногой, поочередно - 4 раза. Прыжки ноги врозь, ноги вместе - 2 раза. Ходьба на пятках, на месте.</p> <p>Упражнение «Ножницы» На «раз» - толчок, разведение ног в стороны и приземление в позицию «Широкая дорожка». На «два» - толчок и скрещивание ног в «точке» впереди (правая ступня впереди левой и наоборот при повторении).</p> <p>«Танец с барабанами» И.п. дети стоят в двух колонах, колона барабанщиков и колона трубачей. 1. Марш на месте. 2. Обе колоны, маршируя, идут навстречу. 3. Поочередно выполнить движение «ключ». 4. Марш в повороте вокруг себя, вправо и влево. 5. Поочередно выполнить движение «ключ». 6. Марш</p>		

					<p>в повороте вокруг себя, вправо и влево. 7. Маршируя, колонны сходятся. 8. Маршируя, повернуться лицом на зрителя. 9. Поочередно выполнять движение «ключ». 10. Парами, через стороны, уходят на стулья.</p> <p>Танец – игра «Воробьи и ворона» Дети «воробышки» сидят парами по кругу, лицом друг к другу. «Вороны» - бегут по кругу и останавливаются возле пары «воробышек». Шаги на месте, «активные взмахи крыльями». Посмотрела влево – прямо. «Воробьи» поднимаются, руки в позицию «маленькие крылышки» Поворот к «воробьям», наклон корпуса, руки на голову «ворона волнуется». «Воробьи» выполняют наклоны головы вперед. «Воробьи» - выполняют один прыжок друг к другу, и два маленьких друг от друга. «Вороны» кружатся вокруг себя. «Воробьи» садятся на корточки, спиной друг к другу. «Ворона» грозит е пальцем правой руки. Берет правой рукой одного «воробышка», левой ручкой второго «воробышка». Кружатся тройками. Воробьи все помирились, обнимаются. «Вороны» - бегут на носочках по кругу, выполняя взмахи крылышками.</p>		
			Примечание				
53			Азбука	Начинать движение после	Упражнение «Кружение вокруг себя с		

				<p>движений</p> <p>вступления. Учитывать самостоятельно, изменять движения в соответствии со сменой частей музыки. Учитывать двигаться самостоятельно, развивать творчество детей, побуждая выполнять хорошо знакомые движения, используемые в танце. Способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей. Согласовывать движения с музыкой, меняя движения со сменой слов в песне. Передавать в движении игровой, веселый, задорный характер музыки.</p>	<p>хлопками»</p> <p>Поворот вокруг себя (кружение) – стоя лицом к зрителям начинать движение вправо. Легко на носочках повернуться на месте вокруг себя и остановиться в исходном положении.</p> <p>Хоровод «Ходит матушка весна»</p> <p>Дети становятся по квадрату в четыре линии. Первая линия, идет к третьей, выполняя три шага и притоп. Первая линия, возвращается на свое место. Третья линия идет к первой. Третья линия, возвращается на свое место. Вторая линия идет к четвертой. Четвертая линия, возвращается на свое место. Четвертая линия идет ко второй. Четвертая линия возвращается на свое место. Сходятся навстречу первая и третья линия. Расходятся на свои места первая и третья линия. Сходятся четвертая и вторая линия. Расходятся на свои места четвертая и вторая линия. Дети кружатся парами «бараночкой».</p> <p>Самомассаж «Кто пасется на лугу»</p> <p>Дети встают «паровозиком», кладут руки на плечи и похлопывают по плечам впереди стоящего. Загибают большой палец на правой руке и рисуют четырьмя пальцами «змейку» вдоль позвоночника. - Наклоняют голову вперед. Качают головой влево-вправо. Поворачиваются на 180° и повторяют движения. Нет, не кони! Снова поворачиваются на 180° и повторяют</p>		
--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>движения. Поворачиваются на 90°, качают головой, руки на поясе. Постепенно медленно приседают, на последний слог быстро встают и поднимают руки вверх.</p> <p>Танец – игра «Цапли и лягушки» Глубокое приседание по второй позиции, ручки согнуты в локтях – «лапки лягушки», вырастая с приседания выполнить хлопок перед собой. «Цапли» в это время «спят» - стоя на одной правой ноге, стараясь сохранить равновесие. «Лягушки» прыгают на месте. «Цапли» поменяли ногу и стоят на левой ноге «спят». «Лягушки» прыгают по всему залу, и садятся на пол. «Цапли» выполняя высокий шаг и взмахи крыльшками идут по залу, чтобы поймать «лягушку», а «лягушки» прыгают на свои места.</p>		
				Примечание				
Май	54			<p>Разминка. Игроритмика</p>	<p>Учить детей самостоятельно менять движения с изменением характера музыки или содержания песни. Развивать музыкальность, выразительность и осмысленность исполнения танцевальных движений. Исполнять движения и танцевальные композиции по заданию. Развивать четкость, координацию движений рук и</p>	<p>Разминка «Летняя» Шаги на носочках по кругу. Подскоки. Идем на пятках, спиной по линии танца. Бег со сгибанием ног назад, по всему залу. Ходьба «черепашки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1- перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.) «Слоники» - ноги и руки прямые – Высокие четвереньки. Прыжки на двух ногах в продвижении. Ходьба «пауки»</p>		

				<p>ног. Реагировать на звучание музыки, выполнять движения по показу педагога. Развивать музыкально - ритмическую координацию движений. Развивать умение расходиться из колонны в разные углы зала по одному, а затем вновь сходить в колонну. Формировать, развивать и совершенствовать танцевально - игровое творчество.</p>	<p>(животом вверх). Ходьба с упражнениями для рук: руки вперед, руки вверх, руки в стороны, сжимая пальцы в кулак.</p> <p>Построения «Колона, шеренга, цепочка»</p> <p>Колонна – дети стоят друг за другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой. Шеренга – дети стоят рядом друг с другом, в одном направлении, соблюдая интервалы между собой. Цепочка – дети стоят вполборота друг за другом, держась за руки.</p> <p>«Мексиканский танец»</p> <p>Прыжок на левой ноге, вынося правую ногу на каблук, поменять ноги и повторить третий раз. Затем два притопа правой ногой и приставить правую ногу. Повторить, начиная с другой ноги. Комбинация выполняется 4 раза. Перестроится на общий круг, выполняя бег с выбросом ног вперед. Отвести правую ногу вправо (поднимая над полом) и прыгая на нее, выполнить притопа. Повторить влево. Комбинация выполняется 4 р. Прыжок на левой ноге, вынося правую ногу на каблук, поменять ноги и повторить третий раз. Затем два притопа правой ногой в повороте. Повторить, начиная с другой ноги. Комбинация выполняется 4 раза. Бег с выбросом ног вперед (4 раза) и бег захлест (4 раза). Перестроиться на</p>	
--	--	--	--	--	--	--

					<p>полукруг и поклониться.</p> <p>Музыкально – подвижная игра «Клубок»</p> <p>Дети встают в колонну и берутся за руки. Впереди всех становится самый высокий ребенок — ему отводится в игре роль столба, и он должен во время всего хоровода стоять неподвижно. Остальные дети цепочкой, словно нитка вокруг клубка, обвиваются вокруг столба и поют.</p>			
			Примечание					
55			<p>Танец – игра. Хоровод.</p>	<p>Формирование основных движений (по сюжету разминки). Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Формировать выдержку, умение действовать по сигналу. Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. Развивать умение работать в паре, коммуникативные навыки.</p>	<p>Разминка «Летняя»</p> <p>Шаги на носочках по кругу. Подскоки. Идем на пятках, спиной по линии танца. Бег со сгибанием ног назад, по всему залу. Ходьба «черепашки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1- перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.) «Слоники» - ноги и руки прямые – Высокие четвереньки. Прыжки на двух ногах в продвижении. Ходьба «пауки» (животом вверх). Ходьба с упражнениями для рук: руки вперед, руки вверх, руки в стороны, сжимая пальцы в кулак.</p> <p>Приставной шаг по кругу в паре</p> <p>Дети стоят по кругу, лицом друг к другу. Приставной боковой шаг с носка, продвижение по кругу с правой ноги, затем с левой ноги.</p> <p>«Мексиканский танец»</p>			

					<p>Прыжок на левой ноге, вынося правую ногу на каблук, поменять ноги и повторить третий раз. Затем два притопа правой ногой и приставить правую ногу. Повторить, начиная с другой ноги. Комбинация выполняется 4 раза. Перестроится на общий круг, выполняя бег с выбросом ног вперед. Отвести правую ногу вправо (поднимая над полом) и прыгая на нее, выполнить притопы. Повторить влево. Комбинация выполняется 4 р. Прыжок на левой ноге, вынося правую ногу на каблук, поменять ноги и повторить третий раз. Затем два притопа правой ногой в повороте. Повторить, начиная с другой ноги. Комбинация выполняется 4 раза. Бег с выбросом ног вперед (4 раза) и бег захлест (4 раза). Перестроиться на полукруг и поклониться.</p> <p>Музыкально –подвижная игра «Бим – бам - бом»</p> <p>Дети идут парами по кругу, держась за руки, в конце фразы поворачиваются друг к другу. Ударяют двумя руками по бедрам, хлопок в ладоши перед собой, хлопок в паре. Идут парами по кругу, держась за руки, в конце фразы поворачиваются друг к другу. Ударяют двумя руками по бедрам, хлопок в ладоши перед собой, хлопок в паре. Двигаются парами по кругу, держась за руки, в конце фразы поворачиваются</p>	
--	--	--	--	--	---	--

					друг к другу. Ударяют двумя руками по бедрам, хлопок в ладоши перед собой, хлопок в паре. Дети идут парами по кругу, держась за руки, в конце фразы поворачиваются друг к другу, Дети отходят назад, выполняя 3 шага, на четвертый счет делаем притоп с хлопком перед собой. Идут вперед, выполняя 3 шага, на четвертый счет делаем притоп с хлопком перед собой. Кружатся в паре, руки в положении «бараночка».		
			Примечание				
56			Ритмический танец. Музыкально – подвижная игра.	Согласовывать движения с музыкой. Отмечать 2-х частную форму музыкального произведения. Формировать лёгкость, пластичность, выразительность, артистизм детей в музыкально-ритмической деятельности. Воспитывать внимание, самостоятельность, инициативу, положительно отношение к движениям. Менять движение в соответствии с формой музыкального произведения. Совершенствовать навыки ориентации в пространстве.	Этюд «Бабочки и мышки» - движения руками, кружение бег на носочках 1 часть музыки – летают бабочки, машут крылышками, кружатся. 2 часть музыки – бегают мышки, легкий бег на носочках. Разминка «Летняя» Шаги на носочках по кругу. Подскоки. Идем на пятках, спиной по линии танца. Бег со сгибанием ног назад, по всему залу. Ходьба «черепашки» (ходьба на четвереньках – И.п.: сидя на полу, руки сбоку на ладонях. 1- перенести туловище к ступням ног; 2- и.п.) «Слоники» - ноги и руки прямые – Высокие четвереньки. Прыжки на двух ногах в продвижении. Ходьба «пауки» (животом вверх). Ходьба с упражнениями для рук: руки вперед,		Барышникова Т.К. «Азбука хореографии». - Санкт – Петербург, 2001.

					руки вверх, руки в стороны, сжимая пальцы в кулак. Комплекс растяжки «Игра с мячом в паре» Упражнения на координацию, на расслабление, настройку и восстановление функций мышц. Музыкально –подвижная игра «Бим – бам - бом» Выполнять движения по тексту.		
			Примечание				
57			Танец, игра, весёлая растяжка.	Формировать любовь к танцевальным и ритмическим движениям. Двигаться легко, пластично, непринужденно. Совершенствовать координацию рук. Выполнять движения эмоционально, изменяя его характер и динамику с изменением силы звучания музыки. Развитие артистизма, координации движения, через использование игр для самомассажа. Развитие интонационной выразительности. Способствовать стимуляции тактильных ощущений. Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формировать правильную осанку.	Упражнение «Движения в паре - бег, притопы, кружение» Музыка А – Дети в паре на носочках бегут по кругу. Музыка Б – останавливаются, выполняют 4 притопа правой ногой и кружатся. Пальчиковая игра «Строим дом» «Танец обезьянок» Наклоны головы вправо-влево. Согнуть правую ногу, затем выставить ногу на каблук, в сторону наклоняя корпус к ноге. Обратным движением вернуться в и.п. Выполнить 4 раза, чередуя стороны. Заканчивая комбинацию – 2 хлопка. Прыжок, вправо раскрывая руки, повторить влево, затем бег вокруг себя вправо, высоко поднимая ноги. Наклоны головы вправо-влево. Приставные шаги с плие и два хлопка. Выполнить 4 раза Прыжок, вправо раскрывая руки, повторить влево, затем	Мячи, гимнастические коврики.	

					<p>бег вокруг себя вправо, высоко поднимая ноги. Повернуться парами и соединить правые ладони. Правую ногу на каблук в сторону, наклоня корпус к ноге и изображая руками «царапание». Затем два хлопка в паре.</p> <p>Комплекс растяжки «Игра с мячом в паре»</p> <p>Упражнение № 5</p> <p>И.п. сидя друг напротив друга, ноги раскрыты в стороны. Первый партнер, опустив корпус в пол, прокатывает мяч второму партнеру. Второй партнер, наклонившись, прокатывает мяч первому. Упражнение №6</p> <p>И.п. сидя друг напротив друга, ладони упираются в пол позади себя. Ноги обоих партнеров подняты (согнуты) и соприкасаются стопами, мяч между стопами партнеров. Первый партнер выпрямляет ноги, направляя мяч на второго. Повторить в обратном направлении. Упражнение №7</p> <p>И.п. лежа друг напротив друга, на животе. У каждого партнера по мячу. Поднимая корпус, партнеры подбрасывают мячи и ловят мячи друг друга.</p>		
				Примечание			