Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 22 комбинированного вида Центрального района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом ГБДОУ № 22
Протокол от 29.08.2025 № 1
С учетом мнения Совета родителей
Протокол от 29.08.2025 №1

УТВЕРЖДАЮ Заведующий ГБДОУ № 22 _____ З.И. Садкова Приказ от 01.10.2025 № 18-ПУ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной направленности

Ритмика «Шустрики»

Возраст учащихся: 2-7 лет Срок реализации: 5 лет

Разработчики:

Меньшикова Екатерина Александровна, педагог дополнительного образования. Князева Анна Григорьевна педагог дополнительного образования

№	СОДЕРЖАНИЕ	страницы
п/п		
1	Целевой раздел	3
1.1.	Пояснительная записка (направленность, актуальность, отличительные особенности)	3
1.2	Адресат Программы	3
1.3	Цели и задачи Программы	5
1.4.	Принципы реализации Программы	6
1.5.	Планируемые результаты	6
2	Содержательный раздел	7
2.1	Рабочая программа (задачи, планируемые результаты освоения Программы, особенности каждого года обучения, календарно-тематическое планирование, содержание обучения)	7
3	Организационный раздел	17
3.1	Условия реализации Программы	17
3.2	Особенности и формы организации образовательного процесса	17
3.3	Учебный план	17
3.4	Календарный учебный график	19
3.5	Оценочные материалы	20
3.6	Учебно-методический обеспечение Программы	23

І. Целевой раздел.

1.1.Пояснительная записка.

Направленность - данная программа платной образовательной услуги спортивной направленности

Программа **актуальна**, т.к. удовлетворяет образовательные потребности детей и родителей ГБДОУ №22, решая основные задачи дошкольного детства - развитие координации движений, музыкальных и танцевальных способностей, укрепление физическое и психического здоровья ребенка. Дети начинают легче и грациознее двигаться, становятся раскованными, приобретают свободу, координацию, выразительность движений. Все это требует известных усилий, но и доставляет большую радость, удовлетворяя потребность в эстетических переживаниях и впечатления

Отличительная особенность данной Программы в том, что она дает возможность развивать в детях глубокое "чувствование", проникновение в музыку, творческое воображение, формируя умение выражать себя в движениях, помогает развивать интересы и способности ребёнка, способствует общему развитию, проявлению любознательности, стремлению к созданию нового, усвоению новой информации и новых способов действия, развитию ассоциативного мышления, настойчивости, целеустремлённости проявлению общего интеллекта. Содержание программы представлено музыкально-ритмическими композициями, музыкально-ритмическими гимнастиками, танцевальными шагами и хореографическими упражнениями. Такое сочетание разнохарактерных движений позволяет развивать общую культуру движений, здоровьесберегающее поведение дошкольников, ориентировку в музыкальных ритмах, комплексно воздействовать на развитие функциональных систем детского организма. Основными компонентами воздействия являются: движение, музыка, игра, сюжет.

1.2. Адресат программы.

Программа рассчитана на детей дошкольного возраста от 2 х до 7 лет жизни.

Возрастные особенности психофизического развития детей 2-3 года жизни

Ребенок второго года жизни, имея небольшой опыт, заинтересованно относится к музыке, эмоционально на нее откликается, активно действует. Музыкальное развитие в этот период тесно связано с общим. Ребенок уже может стоять, осваивает ходьбу, следовательно, координацию движений в целом, необходимую для формирования ритмичности.

Слуховые ощущения детей этого возраста более дифференцированы: ребенок различает высокий и низкий звук, громкое и тихое звучание и даже тембровую окраску (играет металлофон или барабан). Рождаются первые, сознательно воспроизводимые певческие интонации; подпевая взрослому, ребенок повторяет за ним окончания музыкальных фраз песни. Он овладевает простейшими движениями: хлопает, притопывает, кружится под звуки музыки.

В два-три года стремительно развивается познавательная активность. Продолжается развитие психических процессов, но ведущая роль отводится восприятию. При восприятии предмета, малыш, как правило, выделяет те признаки, которые его привлекли больше всего. Внимание и память имеют непроизвольный характер. Дети в два-три года сосредотачивают внимание только на том, что их заинтересовало, и также запоминают, только то, что им интересно. Рекомендуется использовать игры на развитие воображения. Развитие ребенка происходит посредством его органов чувств. Ребенок должен использовать их при ознакомлении с окружающим. Обучается ребенок, в основном подражая взрослому, который ему симпатичен, приятен. Вот почему так важен положительный пример родителей, ведь повторяет малыш, как хорошее, так и плохое.

Малыш раннего возраста особенно эмоционален, настроение может часто меняться. Восстановить эмоциональное равновесие можно с помощью игры. Кроме того, в этом возрасте ребенка легко отвлечь, переключить с одного вида деятельности на другой.

Возрастные особенности психофизического развития детей младшего дошкольного возраста (3-4- года)

Младший возраст - важнейший период в развитии дошкольника. Именно в это время происходит переход малыша к новым отношениям со взрослыми, сверстниками, с предметным миром. Главное в работе с младшими дошкольниками состоит в том, чтобы помочь каждому ребенку заметить рост своих достижений, ощутить радость переживания успеха в деятельности.

На основе наглядно- действенного к 4-м годам начинает формироваться наглядно-образное мышление. Другими словами, происходит постепенный отрыв действий ребенка от конкретного предмета, перенос ситуации в «как будто».

Как и в раннем возрасте, в 3-4 года преобладает воссоздающее воображение, т. е. ребенок способен лишь воссоздать образы, почерпнутые из сказок и рассказов взрослого. Для детей этого возраста характерно смешение элементов из различных источников, смешение реального и сказочного. Фантастические образы, возникающие у малыша, эмоционально насыщены и реальны для него.

Память дошкольника 3-4-х лет непроизвольная, характеризуется образностью. Преобладает узнавание, а не запоминание. Хорошо запоминается только то, что было непосредственно связано с его деятельностью, было интересно и эмоционально окрашено. Тем не менее, то, что запомнилось, сохраняется надолго. Ребенок не способен длительное время удерживать свое внимание на каком-то одном предмете, он быстро переключается с одной деятельности на другую.

В эмоциональном плане сохраняются те же тенденции, что и на предыдущем этапе. Характерны резкие перепады настроения. Эмоциональное состояние продолжает зависеть от физического комфорта.

Ребенок трех-четырех лет уверенно ходит, координирует движения рук и ног при ходьбе, воспроизводит разнообразные другие движения. В играх ребенок самостоятельно передает несложный сюжет, пользуется предметами-заместителями, охотно играет вместе со взрослым и детьми, у него есть любимые игры и игрушки. Он умеет заводить ключиком механическую игрушку, составлять игрушки и картинки из нескольких частей, изображать в игре зверей и птиц.

Ребенок живо интересуется окружающим, запас его представлений об окружающем непрерывно пополняется. Он внимательно присматривается к действиям и поведению старших и подражает им.

Возрастные особенности психофизического развития детей среднего дошкольного возраста (4-5- лет)

Физические возможности детей возрастают: движения их становятся более уверенными и разнообразными. Дошкольники испытывают острую потребность в движении. Двигательная сфера ребенка характеризуется позитивными изменениями мелкой и крупной моторики. Развиваются ловкость, координация движений. Дети в этом возрасте лучше, чем младшие дошкольники, удерживают равновесие, перешагивают через небольшие преграды. Усложняются игры с мячом.

Продолжает развиваться воображение. Формируются такие его особенности, как оригинальность и произвольность. Примечательной особенностью детей является фантазирование. Яркость фантазий расширяет рамки умственных возможностей детей.

Внимание. Увеличивается устойчивость внимания. Ребенку оказывается доступной сосредоточенная. интересная деятельность в течение 15-20 минут. Он способен удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие.

Эмоциональная сфера.

Идет активное развитие и созревание эмоциональной сферы: чувства становятся более глубокими, устойчивыми; прежнее радостное чувство от общения с окружающими перерастает в более сложное чувство симпатии и привязанности. Дети отличаются повышенной чувствительностью к словам, оценкам и отношению к ним взрослых. У детей формируется потребность в уважении со стороны взрослого, для них оказывается чрезвычайно важной его похвала. Они радуются похвале, но на неодобрение и замечание часто реагируют очень эмоционально: вспышками гнева, слезами, воспринимая замечания как личную обиду. Ранимость ребенка 4-5 лет- это не проявление индивидуальности, а особенность возраста. На пятом году жизни дети проявляют интерес к вопросам пола, начинается осознание своей половой принадлежности.

Основные достижения возраста связаны с развитием игровой деятельности; появлением ролевых и реальных взаимодействий; с развитием изобразительной деятельности; конструированием по замыслу, планированием; совершенствованием восприятия, развитием образного мышления и воображения. Развитием памяти, внимания, речи, познавательной мотивации, совершенствования восприятия; формированием потребности в уважении со стороны взрослого, ранимости, соревновательности со сверстниками.

Возрастные особенности психофизического развития детей среднего дошкольного возраста (5-7 лет)

Возраст 5 - 6 период неравномерного и волнообразного развития. Развитие центральной нервной системы идет активно. По мнению ученых, этот возраст обладает особой благодатной восприимчивостью. У ребенка интенсивно формируется наглядно-образное мышление и воображение, развивается речь, психическая жизнь обогащается опытом, возникает способность воспринимать мир и действовать по представлению. От ребенка можно требовать выразительности, эмоциональности при исполнении танца.

На 6-ом году жизни у ребенка совершенствуется основные нервные процессы возбуждения и торможения. Это благотворно сказывается на соблюдении ребенком **правил поведения**. Свойства нервных процессов возбуждения и торможения - сила, уравновешенность и подвижность также несколько совершенствуются. Дети быстрее отвечают на вопросы, меняют действия, движения, что позволяет увеличивать плотность занятий в кружке, включать в двигательные упражнения элементы, формирующие силу, скорость, выносливость. Но все-таки, свойства нервных процессов, особенно подвижность, развиты недостаточно. При подвижных движениях необходимо ставить **точные задачи**, контролировать ход занятия.

К 6 годам у ребенка развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но мелкие мышцы по-прежнему слабые, особенно мышцы рук. Дети способны изменять свои мышечные усилия. Поэтому дети на занятиях могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходить по заданию воспитателя от медленных к более быстрым, они относительно легко усваивают задания при ходьбе, беге, прыжках, но известные трудности возникают при выполнении упражнений, связанных с работой мелких мышц.

В этом возрасте развиваются коллективистские черты личности. Дети обычно очень общительны, любят совместные игры, находиться в группе сверстников. Они уже могут согласовывать свои действия с действиями других людей, способны к сопереживанию.

В старшей и подготовительной к школе группах дети уже понимают смысл разучивания и совершенствования отдельных движений и с удовольствием упражняются в них. В этом возрасте требуется изучить ряд подготовительных упражнений, при помощи которых детям постепенно прививаются некоторые навыки, необходимые им для правильного исполнения многих движений.

Удовлетворяя естественную потребность в двигательной активности, танцы, пляски и игры способствуют **гармоническому развитию личности**. В изящных или задорных движениях, каждый имеет возможность выразить себя, раскрыть свою индивидуальность, передать чувства, настроение, мысли, проявить характер. Соприкасаясь с танцевальным искусством, в доступной для детей форме, они постепенно приобщаются к миру прекрасного.

Овладение детьми движениями под музыку помогает развитию музыкального восприятия, умению передавать различные средства музыкальной выразительности, в свободных движениях отображать жанры музыки (марш, танец, вальс, народный танец, напевную песню), передавать их «языком движений», мимикой и пантомимикой, в танце и игре музыкальный образ, способствует проявлению творческих способностей детей в движениях под музыку в музыкально-двигательной импровизации. В сюжетно-ролевой игре, танцах, происходит развитие психологических функций (внимания, восприятия, памяти, воображения, мышления) и эмоционально-волевой сферы.

1.3. Цели и задачи Программы.

Цель - формирование у детей интереса и ценностного отношения к физической культуре средствами музыки и ритмических движений, гармоничное физическое развитие ребенка.

Общие задачи:

- развивать у детей гибкость и пластичность, ловкость, быстроту, выносливость, силу, а также равновесие и координацию движений;
- поддерживать интерес к двигательной деятельности, развивать способность передавать в движениях образы знакомых животных и других объектов окружающей действительности, отражая существенные признаки;
- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
- •формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре, танце, хороводе и упражнении;
- развивать творческие способности в области искусства танца: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ, персонаж и «свою» пляску, комбинируя различные элементы физкультурных упражнений, танцевальных и сюжетно-образных движений.
- •выполнять однонаправленные, одновременные движения одной частью тела (руками, ногами) и однонаправленные движения разными частями тела, согласовывая движения рук и ног,
- самостоятельно исполнять композиции, используя разнообразные виды движений в импровизации под музыку.

Эти задачи решаются при выполнении **основного программного требования** — соответствия характера движений содержанию и развитию музыкального образа.

1.4. Принципы и методы реализации Программы.

Принципы реализации Программы:

- Принцип индивидуальности.
- Принцип доступности.
- Принцип систематичности.
- Принцип активности, самостоятельности, творчества.
- Принцип последовательности.
- Принцип эмоционального благополучия каждого ребенка.
- Принцип научности.
- Принцип оздоровительной направленности.

Методы реализации программы:

Словесный метод. Это беседа о характере музыки, средствах ее выразительности, объяснение методики исполнения движений, оценка.

Метод аналогий. В программе обучения широко используется метод аналогий с животным и растительным миром (образ, поза, двигательная имитация), где педагог-режиссер, используя игровую атрибутику, образ, активизирует работу правого полушария головного мозга ребенка, его пространственнообразное мышление, способствуя высвобождению скрытых творческих возможностей подсознания.

Практический метод заключается в многократном выполнении конкретного музыкальноритмического движения.

Наглядный метод – выразительный показ под счет, с музыкой.

1.5. Планируемые результаты

- Укрепление физического и психического здоровья детей.
- Снятие эмоционального напряжения.
- Удовлетворение естественной потребности в движении.
- Формирование у детей потребности вести здоровый образ жизни.
- Развитие творческих, артистических способностей детей

- Формирование коммуникативных навыков (вербальных и невербальных
- средств общения).

II. Содержательный раздел.

Рабочие программы по реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (по годам обучения)

Ритмический кружок «Шустрики»

Первый год обучения (2-3 года)

Задачи:

- Воспитание интереса к музыке, потребности в движениях под музыку;
- Развитие слухового внимания, умения выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки;
- Развитие координации в зале (ориентирование в зале, умение строиться в шеренгу)
- Формирование навыков ритмической ходьбы.
- Развитие умений в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц и т.п)

Планируемые результаты:

- проявляется интерес к музыке (потребность двигаться под музыку)
- развивается слуховое внимание
- улучшается координация и ориентировка в пространстве
- проявляется умение строиться в шеренгу, умение ритмично ходить.

Особенности первого года обучения Возраст обучаемых детей: 2-3 года Срок обучения: 1год (64 часа). Режим занятий: 2 раза в неделю.

Продолжительность 1 занятия: 10-12 минут.

Календарно-тематическое планирование первого года обучения

Месяц	N₂	Разминка	Игроритмика	Ритмический танец
	занятия			
Октябрь	1-2	-построение по ориентирам;	-«Прятки»;	-Разучивание
<u>1 неделя</u>		-ходьба;	-«Да-да-да».	ритмического танца
		-упражнение на развитие слухового		«Ладошки».
		внимания;		
		- упражнения на руки и ноги.		
<u>2 неделя</u>	3-4	-построение по ориентирам;	-«Капельки»;	-Разучивание
		-ходьба;	-«Поезд»;	ритмического танца
		-упражнение на развитие слухового	-«Прятки».	«Ладошки»
		внимания;		
		-учить детей начинать танец с началом и		
		концом музыки.		
<u> 3 неделя</u>	5-6	-построение по ориентирам;	-«Да-да-да»;	-Разучивание
		-ходьба;	-«Поезд»;	ритмического танца
		-упражнение на развитие слухового	-«Капельки».	«Ладошки»
		внимания;		
		-учить детей начинать танец с началом и		
		концом музыки;		
		-бег под музыку в рассыпную.		
4 неделя	7-8	-построение по ориентирам;	-«Поезд»;	-Разучивание
		-ходьба;	-«Да-да-да»;	ритмического танца

		-упражнение на развитие слухового внимания; -учить детей начинать танец с началом и	-«Ходим-бегаем».	«Ладошки»
		концом музыки; -бег под музыку в рассыпную; - пряжки на месте.		
Ноябрь <u>1 неделя</u>	9-10	-построение по ориентирам; -поклон; - основные шаги (на носках, движение рук); - ходьба; -бег под музыку в рассыпную; - пряжки на месте.	-«Ходим-бегаем»; -«Маленькие звери»; -«Поезд».	-Разучивание ритмического танца «Веселая пляска».
2 неделя	11-12	-построение по ориентирам; -поклон; - основные шаги (на носках, движение рук); - ходьба; -бег под музыку по кругу; - пряжки на месте и в стороны.	-«Повтори за мной»; -«Кошечка и собака»; -«Капельки».	-Разучивание ритмического танца «Веселая пляска».
3 неделя	13-14	-построение по ориентирам; -поклон; - упражнения для ног (каблучок, носочек); -бег под музыку по кругу; - упражнение «Пружинка»; - пряжки на месте и в стороны.	-«Кошечка и собака»; -«Велосипед»; -«Научились мы ходить».	-Разучивание ритмического танца «Веселая пляска».
4 неделя	15-16	-построение по ориентирам; -поклон; - упражнения для ног (каблучок, носочек); -бег под музыку по кругу; - упражнение «Пружинка»; - повороты на месте и покачивания в стороны.	-«Велосипед»; -«Кошечка и собака»; -«Повтори за мной»;	-Разучивание ритмического танца «Веселая пляска».
декабрь 1 неделя	17-18	-построение по ориентирам; -поклон; - упражнения для ног (каблучок, носочек); -упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад); - упражнение «Пружинка»; - повороты на месте и покачивания в стороны.	-«Лошадка»; -«Топ-хлоп»; -«Снежки».	-Разучивание ритмического танца «Танец снежинок».
2 неделя	19-20	-построение по ориентирам; -поклон; - плавные движения туловища; -упражнения для корпуса (наклоны вперед, назад); - упражнение «Пружинка»; - повороты на месте и покачивания в стороны.	-«Снежки»; -«Лепим снеговика»; -«Лошадка».	-Разучивание ритмического танца «Танец снежинок».
3 неделя	21-22	-построение по ориентирам; -поклон; - плавные движения туловища; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны.	-«Лепим снеговика»; -«Топ-хлоп»; -«Санки».	-Разучивание ритмического танца «Танец снежинок».
4 неделя	23-24	-построение по ориентирам; -поклон;	-«Санки»; -«Топ-хлоп»;	-Разучивание ритмического танца

		ппорин на прижания тупориния	-«Снежки».	"Танан анажинак»
		- плавные движения туловища;	-«Снежки».	«Танец снежинок».
		-развороты в стороны;		
		- упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения		
		_ · ·		
		синхронно;		
		- повороты на месте и покачивания в		
		стороны;		
		-парное вращение.		
январь	25-26	-построение по ориентирам;	-«Зайка и лиса»;	-Разучивание
<u>1 неделя</u>		-поклон;	-«Едем на	ритмического танца
		- плавные движения туловища;	поезде»;	«Губки бантиком».
		-развороты в стороны;	-«Послушные	
		- упражнение «Пружинка»;	ножки».	
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		- повороты на месте и покачивания в		
		стороны;		
		-парное вращение;		
		-упражнения для развития мышц спины.		
2 неделя	27-28	-построение по ориентирам;	-«Ходим-бегаем»;	-Разучивание
		-поклон;	-«Погремушка»;	ритмического танца
		- упражнение «Змейка»;	-«Зайка и лиса».	«Губки бантиком».
		-развороты в стороны;		<i>y</i> = 3
		- упражнение «Пружинка»;		
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		- повороты на месте и покачивания в		
		стороны;		
		-парное вращение;		
		-упражнения для развития мышц спины.		
3 неделя	29-30		-«Разминка»;	-Разучивание
<u> 3 неделя</u>	29-30	-построение по ориентирам;	-«Погремушка»;	
		-поклон; - упражнение «Змейка»;	-«Погремушка», -«Кулачки».	ритмического танца «Губки бантиком».
		- упражнение «эмсика»,	-мкулачки».	М убки бантиком//.
		-развороты в стороны, - упражнение «Пружинка»;		
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		- повороты на месте и покачивания в		
		стороны;		
		стороны; -упражнения на мимику и жесты;		
		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спины.		D.
<u>4 неделя</u>	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам;	-«Улыбнись	-Разучивание
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон;	своему другу»;	ритмического танца
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»;	своему другу»; -«Козлята»;	
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны;	своему другу»;	ритмического танца
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»;	своему другу»; -«Козлята»;	ритмического танца
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения	своему другу»; -«Козлята»;	ритмического танца
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно;	своему другу»; -«Козлята»;	ритмического танца
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в	своему другу»; -«Козлята»;	ритмического танца
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно;	своему другу»; -«Козлята»;	ритмического танца
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты;	своему другу»; -«Козлята»;	ритмического танца
4 неделя		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны;	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка».	ритмического танца «Губки бантиком».
4 неделя	31-32	стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам;	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка».	ритмического танца
		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц тела.	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»;	ритмического танца «Губки бантиком».
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам;	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка».	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»;	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение ритмического танца
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек);	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»; -«Велосипед»;	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение ритмического танца
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка»;	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»; -«Велосипед»; -«Улыбнись	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение ритмического танца
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»;	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»; -«Велосипед»; -«Улыбнись	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение ритмического танца
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»; -«Велосипед»; -«Улыбнись	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение ритмического танца
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно;	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»; -«Велосипед»; -«Улыбнись	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение ритмического танца
февраль		стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения для развития мышц спиныпостроение по ориентирам; -поклон; - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения синхронно; - повороты на месте и покачивания в стороны; -упражнения на мимику и жесты; -упражнения на расслабления мышц телапостроение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка»; -развороты в стороны; - упражнение «Пружинка»; - учить детей выполнять упражнения	своему другу»; -«Козлята»; -«Разминка». -«Воробушки и кошка»; -«Велосипед»; -«Улыбнись	ритмического танца «Губки бантиком». -Повторение ритмического танца

2 1107077	35-36	построенна по овиситиве»	"Поморозу	Порторочно
<u>2 неделя</u>	33-30	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и	-«Помогаем маме»;	-Повторение ритмического танца
		девочек);	-«Мишка»;	«Ладошки».
		- упражнение «Змейка»;	-«Велосипед».	₩адошки//.
		-развороты в стороны;	«Велосипед».	
		- упражнение «Пружинка»;		
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		-прыжки по шестой позиции;		
		-прыжков на одной ноге;		
		-упражнения на расслабления мышц тела.		
3 неделя	37-38	-построение по ориентирам;	-«Синий	-Повторение
<u>з подсля</u>	37 30	-поклон (отдельно для мальчиков и	платочек»;	ритмического танца
		девочек);	-«Козлята»;	«Ладошки».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	-«Погремушка».	
		-развороты в стороны;	wirorpeniyanw.	
		- упражнение «Пружинка»;		
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		-прыжки по шестой позиции;		
		-прыжки на одной ноге;		
		-упражнения на расслабления мышц тела;		
		-развивать двигательный опыт детей.		
4 неделя	39-40	-построение по ориентирам;	-«Разные ножки»;	-Повторение
. 110,401111		-поклон (отдельно для мальчиков и	-«Синий	ритмического танца
		девочек);	платочек»;	«Ладошки».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	-«Погремушка».	
		-развороты в стороны;	wirorpeniyanw.	
		- упражнение «Пружинка»;		
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		-прыжки по первой позиции;		
		-прыжки на одной ноге;		
		-развивать двигательный опыт детей.		
март	41-42	-построение по ориентирам;	-«Стирка»;	-Повторение
<u>1 неделя</u>		-поклон (отдельно для мальчиков и	-«Моя мамочка»;	ритмического танца
		девочек);	-«Собираем	«Веселая пляска».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	цветы».	
		-развороты в стороны;		
		- упражнение «Пружинка»;		
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		-прыжки по первой позиции;		
		-имитация движений под музыкальное		
		сопровождение;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-развивать двигательный опыт детей.		
<u>2 неделя</u>	43-44	-построение по ориентирам;	-«Топ-хлоп»;	-Повторение
		-поклон (отдельно для мальчиков и	-«Зайка и лиса»;	ритмического танца
		девочек);	-«Стирка».	«Веселая пляска».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;		
		-развороты в стороны;		
		- упражнение «Пружинка»;		
		- учить детей выполнять упражнения		
		синхронно;		
		-прыжки по первой позиции;		
		-имитация движений под музыкальное		
		сопровождение;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка».		
			T	
3 неделя	45-46	-построение по ориентирам;	-«Лошадка»;	-Повторение
3 неделя	45-46	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и	-«Лошадка»; -«Воробушки и	-Повторение ритмического танца

	F			
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	-«Собираем	
		-развороты в стороны;	цветы».	
		- упражнение «Пружинка»;		
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-прыжки по первой позиции;		
		-имитация движений под музыкальное		
		сопровождение;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка».		
<u> 4 неделя</u>	47-48	-построение по ориентирам;	-«Идем-прыгаем»;	-Повторение
		-поклон (отдельно для мальчиков и	-«Солдаты»;	ритмического танца
		девочек);	-«Деревья».	«Веселая пляска».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;		
		-развороты в стороны;		
		- упражнение «Пружинка»;		
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-прыжки по первой и шестой позиции;		
		-упражнения в кругу;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка».		
Апрель	49-50	-построение по ориентирам;	-«Солнышко и	-Разучивание
<u>1 неделя</u>		-поклон (отдельно для мальчиков и	тучка»;	ритмического танца
		девочек);	-«Пальчики	«Птички».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	шагают»;	
		-развороты в стороны;	-«Синий	
		- упражнение «Пружинка»;	платочек».	
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-прыжки по первой и шестой позиции;		
		-упражнения в кругу;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка»;		
		-плавные движения рук.		
2 неделя	51-52	-построение по ориентирам;	-«Притопы»;	-Разучивание
		-поклон (отдельно для мальчиков и	-«Солнышко и	ритмического танца
		девочек);	тучка»;	«Птички».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	-«Хлоп-топ».	
		-развороты в стороны;		
		- упражнение «Пружинка»;		
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-бег мелким переплётом;		
		-упражнения в кругу;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка»;		
		-плавные движения рук.		
<u> 3 неделя</u>	53-54	-построение по ориентирам;		-Разучивание
		-поклон (отдельно для мальчиков и		ритмического танца
		девочек);		«Птички».
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;		
		-развороты в стороны;		
		- упражнение «Пружинка»;		
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-бег мелким переплётом;		
		-упражнения в кругу;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка»;		
		-плавные движения рук.		
		плавные движения рук.		
4 неделя	55-56	-построение по ориентирам;	-«Побежали по	-Разучивание
4 неделя	55-56	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и	дорожке»;	ритмического танца
4 неделя	55-56	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек);	дорожке»; -«Флажки»;	•
4 неделя	55-56	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка», «Лучики»;	дорожке»;	ритмического танца
4 неделя	55-56	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка», «Лучики»; -развороты в стороны;	дорожке»; -«Флажки»;	ритмического танца
4 неделя	55-56	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и девочек); - упражнение «Змейка», «Лучики»;	дорожке»; -«Флажки»; -«Игра с	ритмического танца

		T = ::		
		-бег мелким переплётом;		
		-учить детей маховые движения;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка»;		
3.5.4		-плавные движения рук.	***	
Май	57-58	-построение по ориентирам;	-«Игра с	-Подготовка к
<u>1 неделя</u>		-поклон (отдельно для мальчиков и	колокольчиком»;	отчетному концерту.
		девочек);	-«Побежали по	
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	дорожке»;	
		-развороты в стороны;	-«Да-да-да».	
		- упражнение «Пружинка»;		
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-бег мелким переплётом;		
		-учить детей маховые движения;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-разучивание упражнения «елочка»;		
		-самостоятельное использование		
		танцевальных движений в произвольной		
	70.50	музыке.	70	
<u>2 неделя</u>	59-60	-построение по ориентирам;	-«Веселые	-Подготовка к
		-поклон (отдельно для мальчиков и	кубики»;	отчетному концерту.
		девочек);	-«Топ-хлоп»;	
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	-«Побежали по	
		-развороты в стороны;	дорожке».	
		- упражнение «Пружинка»;		
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-бег мелким переплётом;		
		-учить детей маховые движения;		
		-прыжки на одной ноге и на двух;		
		-упражнения в портере (работа стопы и		
		бедра).		
		-самостоятельное использование		
		танцевальных движений в произвольной		
2 1107077	61-62	музыке.	-«Пяточка-	Подражания
<u> 3 неделя</u>	01-02	-построение по ориентирам; -поклон (отдельно для мальчиков и		-Подготовка к
		-поклон (отдельно для мальчиков и девочек);	носочек»; -«Синий	отчетному концерту.
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	платочек»;	
		- упражнение «эмеика», «тучики», -наклоны в стороны;	-«Веселый	
		- упражнение «Пружинка»;	бубен».	
		- упражнение «пружинка», -кружения на носочках вокруг себя;	бубен//.	
		-бег мелким переплётом;		
		-учить детей маховые движения;		
		-прыжки переменные;		
		-упражнения в портере (работа стопы и		
		бедра).		
		-самостоятельное использование		
		танцевальных движений в произвольной		
		музыке.		
4 неделя	63-64	-построение по ориентирам;	-«Шарики»;	-Отчетный концерт.
		-поклон (отдельно для мальчиков и	-«Веселый	,-r
		девочек);	бубен»;	
		- упражнение «Змейка», «Лучики»;	-«Топ-Хлоп».	
		-наклоны в стороны;		
		- упражнение «Пружинка»;		
		-кружения на носочках вокруг себя;		
		-бег мелким переплётом;		
		- маховые движения;		
		-прыжки переменные;		
		-упражнения в портере (работа над		
		становлением осанки и грудной клетке).		
		-самостоятельное использование		
	1	танцевальных движений в произвольной		
	•	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	•	•

	музыке.	

Итого 64 учебных часа.

Второй год обучения (3-4- года)

Залачи:

- Развивать двигательную активность и координацию движений.
- Формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма).
- Развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец.
- Развивать умения передавать в движении характер музыки и ее настроение.
- Учить в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.)

Планируемые результаты:

- Увеличивается двигательная активность
- Улучшается чувство координации
- Сформировывается красивая осанка и пластичные движения
- Развивается умения представлять различные образы
- Развиваются музыкальные и творческие способности
- Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу.
- Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку.
- Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топать в такт музыки
- Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

Особенности второго года обучения:

Возраст обучаемых детей: 3-4 года Срок обучения: 1 год (64 часа). Режим занятий: 2 раза в неделю.

Продолжительность 1 занятия: 15 минут.

Календарно-тематическое планирование второго года обучения

Месяц	No	Содержание занятия		
	занятия	Разминка	Игроритмика	Ритмический танец
Октябрь	1-2	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики») Построение в рассыпную Шаг с носка, на носках.	-Хлопки в такт под музыку (образно- звуковые действия «горошинки») «Найди свое место»;	-Разучивание ритмического танца «Тра-та-та»
	3-4	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки	-Хлопки в такт под музыку (образно- звуковые действия «горошинки») «Найди свое место»; - построение в	-Разучивание ритмического танца «Тра-та-та»

		(«гусеница»).	рассыпную по команде.	
	5-6	-Построение в шеренгу и колонну по	-Хлопки в такт под	-Разучивание
		команде (образно-двигательные	музыку (образно-	ритмического танца
		действия «солдатики»).	звуковые действия	«Тра-та-та».
		-Построение в рассыпную.	«горошинки»).	•
		-Шаг с носка, на носках.	- «Найди свое место»;	
		- Передвижение в сцеплении за руки	-построение в	
		(«гусеница»).	рассыпную по команде.	
		- Построение в круг и передвижение	-«Нитка-иголка»	
		по кругу в разных направлениях за		
		педагогом («Хоровод»).		
	7-8	-Построение в шеренгу и колонну по	-Хлопки в такт под	-Разучивание
		команде (образно-двигательные	музыку (образно-	ритмического танца
		действия «солдатики»).	звуковые действия	«Тра-та-та».
		-Построение в рассыпную.	«горошинки»).	
		-Шаг с носка, на носках.	- «Найди свое место»;	
		- Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»).	-построение в	
		(«пусеница») Построение в круг и передвижение	рассыпную по команде«Нитка-иголка»	
		по кругу в разных направлениях за	-полуприседы, подъёмы	
		по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»).	на носки, держась за	
		-Ходьба сидя на стуле	опору.	
Ноябрь	9-10	-Построение в шеренгу и колонну по	-Хлопки в такт под	-Разучивание
1 неделя		команде (образно-двигательные	музыку (образно-	ритмического танца
		действия «солдатики»).	звуковые действия	«Танец сидя»
		-Построение в рассыпную.	«горошинки»).	
		-Шаг с носка, на носках.	- «Найди свое место» (в	
		- Передвижение в сцеплении за руки	кругу);	
		(«гусеница»).	-построение в	
		- Построение в круг и передвижение	рассыпную по команде.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Нитка-иголка»	
		педагогом («Хоровод»).	-полуприседы, подъёмы	
		-Ходьба сидя на стуле.	на носки, держась за	
	11-12	-Бег врассыпную.	опору.	-Разучивание
	11-12	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные	-Хлопки в такт под музыку (образно-	ритмического танца
		действия «солдатики»).	звуковые действия	«Танец сидя»
		-Построение в рассыпную.	«горошинки»).	«тапец онди»
		-Шаг с носка, на носках.	- «Найди свое место» (в	
		-Передвижение в сцеплении за руки	кругу);	
		(«гусеница»).	-построение в	
		- Построение в круг и передвижение	рассыпную по команде.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Нитка-иголка»	
		педагогом («Хоровод»).	-полуприседы, подъёмы	
		-Ходьба сидя на стуле.	на носки, держась за	
		-Бег врассыпную.	опору.	
		-Перестроение из одной шеренге в	- Приставной шаг в	
2	12 14	несколько по ориентирам.	Сторону.	Doorgrans
<u>2 неделя</u>	13-14	-Построение в шеренгу и колонну по	-Хлопки в такт под	-Разучивание
		команде (образно-двигательные действия «солдатики»).	музыку (образно- звуковые действия	ритмического танца «Танец сидя»
		деиствия «солдатики»)Построение в рассыпную.	звуковые деиствия «горошинки»).	«тапоц сидя»
		Шаг с носка, на носках.	«Порошинки»). - «Найди свое место» (в	
		-Передвижение в сцеплении за руки	кругу);	
		(«гусеница»).	-построение в	
		- Построение в круг и передвижение	рассыпную по команде.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Нитка-иголка»	
		педагогом («Хоровод»).	-полуприседы, подъёмы	
		-Ходьба сидя на стуле.	на носки, держась за	
		-Бег врассыпную.	опору.	
		-Перестроение из одной шеренге в	- Приставной шаг в	
		несколько по ориентирам.	сторону.	
		-Расслабление рук с выдохом.	-«Цапля и лягушки».	

3 неделя	15-16	 -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Стойка руки на пояс и за спину. 	-Хлопки в такт под музыку (образно- звуковые действия «горошинки») «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по команде«Нитка-иголка» -полуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону«Цапля и лягушки».	-Разучивание ритмического танца «Танец сидя»
Декабрь 1 неделя	17-18	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спину.	-Хлопки в такт под музыку (образно- звуковые действия «горошинки») «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону «Цапля и лягушки» Повторение танцевальных движений первого куплета.	-Разучивание ритмического танца «Кузнечик»
2 неделя	19-20	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанки.	-Хлопки в такт под музыку (образно- звуковые действия «горошинки») «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону «Цапля и лягушки» Повторение танцевальных движений второго куплета.	-Разучивание ритмического танца «Кузнечик»
3 неделя	21-22	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам.	-Хлопки в такт под музыку (образно- звуковые действия «горошинки») «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону.	-Разучивание ритмического танца «Кузнечик»

-Расслабление рук с выдохом«Цапля и лягушки»Стойка руки на пояс и за спинуПовторение -Упражнения на укрепление осанки. танцевальных движений -Построение в круг и передвижение первого и второго	
-Упражнения на укрепление осанки. танцевальных движений	
по кругу в различных направлениях за куплета. педагогом.	
	-Разучивание
	ритмического танца
	«Кузнечик»
-Построение в рассыпную «Найди свое место» (в	
-Шаг с носка, на носках. кругу);	
-Передвижение в сцеплении за руки -построение в	
(«гусеница»). рассыпную по команде.	
- Построение в круг и передвижение -Полуприседы, подъёмы	
по кругу в разных направлениях за на носки, держась за	
педагогом («Хоровод»). опору.	
-Бег врассыпную Приставной шаг в	
-Перестроение из одной шеренге в сторону.	
несколько по ориентирам «У медведя во бору».	
-Расслабление рук с выдохомПовторение	
-Стойка руки на пояс и за спину. танцевальных движений	
-Упражнения на укрепление осанки. первого и второго	
-Построение в круг и передвижение куплета.	
по кругу в различных направлениях за	
педагогом.	
-Свободные, плавные движения рук.	<u></u>
	Разучивания
	ритмического танца
	«Колокольчики»
-Построение в рассыпнуюпостроение в	
-Шаг с носка, на носках. рассыпную по командеПередвижение в сцеплении за руки -Полуприседы, подъёмы	
(«гусеница»).	
- Построение в круг и передвижение опору.	
по кругу в разных направлениях за - Приставной шаг в	
педагогом («Хоровод»). сторону.	
-Бег врассыпную «У медведя во бору».	
-Перестроение из одной шеренге в - Повторение	
несколько по ориентирам. танцевальной	
-Расслабление рук с выдохом. композиции «Тра-та-та».	
-Стойка руки на пояс и за спину.	
-Упражнения на укрепление осанки.	
-Построение в круг и передвижение	
по кругу в различных направлениях за	
педагогом.	
-Свободные, плавные всего тела.	n.
	Разучивания
	ритмического танца
	«Колокольчики
-Построение в рассыпнуюпостроение в -Шаг с носка, на носках. рассыпную по команде.	
-Шаг с носка, на носках. рассыпную по командеПередвижение в сцеплении за руки -Полуприседы, подъёмы	
(«гусеница») на носки, держась за	
- Построение в круг и передвижение опору.	
по кругу в разных направлениях за - Приставной шаг в	
педагогом («Хоровод»). сторону.	
-Бег врассыпную «Кто я?»	
-Перестроение из одной шеренге в -«Громко-тихо».	
несколько по ориентирам.	
-Расслабление рук с выдохом.	
p j. v polytonom.	
-Стойка руки на пояс и за спину.	
**	

		-Сед ноги врозь «Буратино»		
3 неделя	29-30	-Сед ноги врозь «Буратино» -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Стойка руки на пояс и за спину. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». - «Змейка» (лежа на полу).	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону «У медведя во бору» «Кто я?» - «Кто в домике живет?»	Разучивания ритмического танца «Колокольчики
4 неделя	31-32	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаСед ноги врозь «Буратино» «Змейка» (лежа на полу)Подскоки (с ножки на ножку).	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону «У медведя во бору» «Кто я?» - «Кто в домике живет?» «Эхо» «Сорока-белобока».	Разучивания ритмического танца «Колокольчики»
Февраль 1 неделя	33-34	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Стойка руки на пояс и за спину. -Упражнения на укрепление осанки. -Сед ноги врозь «Буратино». - «Змейка» (лежа на полу). -Подскоки (с ножки на ножку). -Сед руки за спину.	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону «Кто я?» - «Кто в домике живет?» «Эхо» «Сорока-белобока» «Громко-тихо».	-Повторение ритмического танца «Танец сидя»
<u>2 неделя</u>	35-36	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные	-«Горошинки». - «Найди свое место» (в	-Повторение ритмического танца

			`	T
		действия «солдатики»).	кругу);	«Танец сидя»
		-Построение в рассыпную.	-построение в	
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Сорока-белобока».	
		педагогом («Хоровод»).	- «Громко-тихо».	
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
		-Сед руки за спину.		
3 неделя	37-38	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	-Повторение
<u> 3 неделя</u>	37-36		_	_
		команде (образно-двигательные	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Танец сидя»
		-Построение в рассыпную.	-построение в	
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Сорока-белобока».	
		педагогом («Хоровод»).	- «Громко-тихо».	
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
		- «Змейка» (лежа на полу).		
4 неделя	39-40	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	-Повторение
4 неделя	39-40	1 1 1	-«Порошинки» «Найди свое место» (в	•
		команде (образно-двигательные	3	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Танец сидя»
		T		
		-Построение в рассыпную.	-построение в	
		-Шаг с носка, на носках.	-построение в рассыпную по команде.	
		-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы	
		-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница»).	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за	
		-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение	 -построение в рассыпную по команде. -Полуприседы, подъёмы на носки, держась за опору. 	
		 -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за 	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока».	
		 -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). 	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		 -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. 	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока».	
		 -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). 	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		 -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. 	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		 -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в 	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохом.	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанки.	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего тела.	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаСед ноги врозь «Буратино».	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
		-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаСед ноги врозь «Буратино»Подскоки (с ножки на ножку).	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо».	
Many	41.42	-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаСед ноги врозь «Буратино»Подскоки (с ножки на ножку) «Змейка» (лежа на полу).	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля»	Размуначис
. *	41-42	-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». -Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу).	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля»	- Разучивание
Март 1 неделя	41-42	-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». -Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу). -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля»	ритмического танца
. *	41-42	-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». -Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу). -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»).	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля» -«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу);	ритмического танца «Мы веселые
	41-42	-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». -Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу). -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную.	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля» -«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в	ритмического танца
. *	41-42	-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». -Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу). -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках.	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля» -«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по команде.	ритмического танца «Мы веселые
. *	41-42	-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». -Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу). -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля» -«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы	ритмического танца «Мы веселые
. *	41-42	-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино». -Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу). -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках.	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока» «Громко-тихо» «Цапля» -«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по команде.	ритмического танца «Мы веселые

	1		1 -	
		по кругу в разных направлениях за	-«Пантера» (под	
		педагогом («Хоровод»).	музыку).	
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
		- «Змейка» (лежа на полу).		
		-Упражнение на расслабление мышц,		
		(дыхание)		
2 налада	43-44		-«Горошинки».	- Разучивание
2 неделя	43-44	-Построение в шеренгу и колонну по		_
		команде (образно-двигательные	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Мы веселые
		-Построение в рассыпную.	-построение в	ребята»
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		-Расслабление рук с выдохом.	опору.	
		-Упражнения на укрепление осанки.	-«Слонята» (под	
		-Свободные, плавные всего тела.	музыку).	
		-Упражнение на расслабление мышц,	J - J/-	
		(дыхание)		
3 неделя	45-46	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	- Разучивание
3 педели	73-40	команде (образно-двигательные	-«Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	1	«Мы веселые
			кругу);	
		-Построение в рассыпную.	-построение в	ребята»
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	- Приставной шаг в	
		педагогом («Хоровод»).	сторону.	
		-Бег врассыпную.	- «У медведя во бору».	
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
	47.40	-Сед руки за спину.	 	
4 неделя	47-48	-Построение в шеренгу и колонну по	-Полуприседы, подъёмы	- Разучивание
		команде (образно-двигательные	на носки, держась за	ритмического танца
		действия «солдатики»).	опору.	«Мы веселые
		-Построение в рассыпную.	- Приставной шаг в	ребята»
		-Шаг с носка, на носках.	сторону.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	- «У медведя во бору».	
		(«гусеница»).	- «Кто я?»	
		- Построение в круг и передвижение	-«Кто в домике живет?»	
		по кругу в разных направлениях за	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	
		педагогом («Хоровод»).		
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
		-Сед руки за спину.		
1	1	7 1 F J 7J -		i

A	40.50	Пости	Д	Паттак
Апрель 1 неделя	49-50	 -Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Общеразвивающие упражнения на укрепление руками. 	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Львята» (под музыку).	-Повторение ритмического танца «Кузнечик»
2 неделя	51-52	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамОбщеразвивающие упражнения на укрепление руками в различном темпе.	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Зверушки» (под музыку).	-Повторение ритмического танца «Кузнечик»
3 неделя	53-54	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Общеразвивающие упражнения на укрепление руками в различном темпе.	-Полуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону «У медведя во бору» «Кто я?» - «Кто в домике живет?» - «Зверушки» (под музыку).	-Повторение ритмического танца «Кузнечик»
4 неделя	55-56	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Расслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаСед ноги врозь «Буратино»Подскоки (с ножки на ножку)Сед руки за спину.	- «Найди свое место» -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в сторону Узнай по голосу.	-Повторение ритмического танца «Кузнечик»
Май 1 неделя	57-58	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»).	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору.	-Подготовка к отчетному концерту

		T _	I	1
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Общеразвивающие упражнения на		
		укрепление руками.		
2 неделя	59-60	-Построение в шеренгу и колонну по	- «У медведя во бору».	-Подготовка к
<u>= 110,40111</u>		команде (образно-двигательные	- «Кто я?»	отчетному концерту
		действия «солдатики»).	-«Кто в домике живет?»	от тетному концерту
		-Построение в рассыпную.	-«Зверушки» (под	
		-Шаг с носка, на носках.	музыку).	
		-Передвижение в сцеплении за руки		
		(«гусеница»).		
		- Построение в круг и передвижение		
		по кругу в разных направлениях за		
		педагогом («Хоровод»).		
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Сед ноги врозь «Буратино»Подскоки (с ножки на ножку).		
		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		
2	(1, (2)	-Сед руки за спину.	п	П
3 неделя	61-62	Построение в шеренгу и колонну по	-Полуприседы, подъёмы	-Подготовка к
		команде (образно-двигательные	на носки, держась за	отчетному концерту
		действия «солдатики»).	опору.	
		-Построение в рассыпную.	-«Сорока-белобока».	
		-Шаг с носка, на носках.	- «Громко-тихо».	
		-Передвижение в сцеплении за руки	- «Цапля»	
		(«гусеница»).		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Упражнение на расслабление мышц,		
		(дыхание)		
4 неделя	63-64	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	-Отчетный концерт.
т поделя	03-04	команде (образно-двигательные	-«Порошинки». - «Найди свое место» (в	отчетный концерт.
		команде (ооразно-двигательные действия «солдатики»).		
			кругу);	
		-Построение в рассыпную.	-построение в	
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Сорока-белобока».	
		педагогом («Хоровод»).	- «Громко-тихо».	
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Стойка руки на пояс и за спину.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
	1	-Сед ноги врозь «Буратино»		

Итого 64 учебных часа.

Третий год обучения (4-5 лет)

Задачи:

- Развитие способности к импровизации.
- Знакомство с назначением отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики.

- Учить выполнять простейшие построения и перестроения.
- Учить ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Планируемые результаты:

- Умеет импровизировать под заданную музыку.
- Знает отдельные упражнения танцевально-ритмической гимнастики.
- Умеет делать простые построения и перестроения.
- Умеет ориентироваться в пространстве.
- Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.
- Знают основные танцевальные позиции.

Особенности третьего года обучения:

Возраст обучаемых детей: 4-5 лет Срок обучения: 1 год (64 часа). Режим занятий: 2 раза в неделю.

Продолжительность 1 занятия: 20 минут.

Календарно-тематическое планирование четвертого года обучения

Месяц	Дата	Сод	ержание занятия	
		Разминка	Игроритмика	Ритмический танец
Октябрь <u>1 неделя</u>	1-2	-Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шаг.	-Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук.	-Разучивание ритмического танца «Полька»
2 неделя	3-4	-Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону.	-Хлопки и ходьба в такт под музыку. - «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая). -танцевальная позиция рук. - «музыкальное эхо». - построение в рассыпную по команде. - игры на доверие.	-Разучивание ритмического танца «Полька»
3 неделя	5-6	-Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (мальчикдевочка)	-Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо» построение в рассыпную по команде игры на доверие «Нитка-иголка»	-Разучивание ритмического танца «Полька»
4 неделя	7-8	-Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шаг.	-Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук.	-Разучивание ритмического танца «Полька».

Ноябрь <u>1 неделя</u>	9-10	-Скрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Бег врассыпную.	- «музыкальное эхо» построение в рассыпную по команде игры на доверие «Нитка-иголка» - Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо» построение в рассыпную по команде игры на доверие «Нитка-иголка» - игры с обручем (Земля-Марс-Земля)	-Разучивание ритмического танца «Ничего на свете лучше нету»
2 неделя	11-12	-Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Бег врассыпнуюупражнения на развитие силы, формирование правильной осанки.	-Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо» построение в рассыпную по команде игры на доверие «Нитка-иголка»	-Разучивание ритмического танца «Ничего на свете лучше нету»
3 неделя	13-14	-Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Бег врассыпнуюупражнения на развитие силы, формирование правильной осанкиНаклоны в стороны.	-Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо» построение в рассыпную по команде игры на доверие «Нитка-иголка» - «Морские звезды»	-Разучивание ритмического танца «Ничего на свете лучше нету»
<u>4 неделя</u> Декабрь	15-16	-Построение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Бег врассыпнуюупражнения на развитие силы, формирование правильной осанкиНаклоны в стороны.	-Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо» построение в рассыпную по команде игры на доверие «Нитка-иголка» - «Морские звезды» - «Парашютисты».	-Разучивание ритмического танца «Ничего на свете лучше нету»
<u> 1 неделя</u>	17.10		под музыку «Найди свое место»;	ритмического танца «Кузнечик»

Г			T.	1
		- Построение в рассыпную.	-танцевальная позиция	
		- Шаг с носка, на носках.	(первая, вторая).	
		-Построение в круг.	-танцевальная позиция	
		-приставной шаг.	рук.	
		-Скрестный шаг в сторону.	- «музыкальное эхо».	
		- Работа детей в паре (прыжки по	- построение в	
		очереди)	рассыпную по команде.	
		-Бег врассыпную, змейкой.	- игры на доверие.	
		-упражнения на развитие силы,	-«Нитка-иголка»	
		формирование правильной осанки.	-«Морские звезды»	
		-Наклоны в стороны.	- «Парашютисты».	
			-«Роботы».	
2 неделя	19-20	-Построение в шеренгу и колонну.	-Хлопки и ходьба в такт	-Разучивание
2 подели	19 20	-Ходьба на носках и с высоким	под музыку.	ритмического танца
		подниманием бедра.	- «Найди свое место»;	«Жуки»
		- Построение в рассыпную.	-танцевальная позиция	(ORYKIII)
		- Шаг с носка, на носках.		
			(первая, вторая).	
		-Построение в круг.	-танцевальная позиция	
	1	-приставной шаг.	рук.	
		-Скрестный шаг в сторону.	- «музыкальное эхо».	
	1	- Работа детей в паре (прыжки по	- построение в	
		очереди)	рассыпную по команде.	
		-Бег врассыпную, змейкой.	-«Морские звезды»	
		-упражнения на развитие силы,	- «Парашютисты».	
		формирование правильной осанки.	-«Роботы».	
	1	-Наклоны в стороны.		
		-Прыжки на месте и в разные		
		стороны.		
3 неделя	21-22	-Построение в шеренгу и колонну.	-Хлопки и ходьба в такт	-Разучивание
	1	-Ходьба на носках и с высоким	под музыку.	ритмического танца
	1	подниманием бедра.	- «Найди свое место»;	«Жуки»
	1	- Построение в рассыпную.	-танцевальная позиция	
	1	- Шаг с носка, на носках.	(первая, вторая).	
	1	-Построение в круг.	-танцевальная позиция	
		-приставной шаг.	рук.	
		-приставной шагСкрестный шаг в сторону.	1	
		- Работа детей в паре (прыжки по	- «музыкальное эхо».	
			- построение в	
		очереди)	рассыпную по команде.	
	1	-Наклоны в стороны.	-«Морские звезды»	1
		-Расслабление рук с выдохом.	- «Парашютисты».	
Ī		-Стойка руки на пояс и за спину.	-«Роботы».	
		-Стойка руки на пояс и за спину. -Упражнения на укрепление осанки.		
		-Стойка руки на пояс и за спину. -Упражнения на укрепление осанки. -Построение в круг и передвижение	-«Роботы».	
		-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях	-«Роботы».	
		-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом.	-«Роботы». - ползанье по полу.	
<u>4 неделя</u>	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях	-«Роботы».	-Разучивание
<u>4 неделя</u>	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом.	-«Роботы». - ползанье по полу.	-Разучивание ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колонну.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку.	•
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носках.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая).	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в круг.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шаг.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук.	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо».	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шаг Скрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо» «морские звезды».	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди)	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Наклоны в стороны.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение танцевальных движений	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Наклоны в стороныРасслабление рук с выдохом.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение танцевальных движений первого и второго	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Наклоны в стороныРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спину.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение танцевальных движений	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Наклоны в стороныРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанки.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение танцевальных движений первого и второго	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Наклоны в стороныРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанки.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение танцевальных движений первого и второго	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Наклоны в стороныРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение танцевальных движений первого и второго	ритмического танца
4 неделя	23-24	-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиПостроение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогомПостроение в шеренгу и колоннуХодьба на носках и с высоким подниманием бедра Построение в рассыпную Шаг с носка, на носкахПостроение в кругприставной шагСкрестный шаг в сторону Работа детей в паре (прыжки по очереди) -Наклоны в стороныРасслабление рук с выдохомСтойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанки.	-«Роботы» ползанье по полу. -Хлопки и ходьба в такт под музыку «Найди свое место»; -танцевальная позиция (первая, вторая)танцевальная позиция рук «музыкальное эхо»«морские звезды»Повторение танцевальных движений первого и второго	ритмического танца

Gunoni	25-26	Поотролица в шованту и колонии	-Хлопки и ходьба в такт	Розулирония
Январь	23-20	-Построение в шеренгу и колонну. -Ходьба на носках и с высоким	под музыку.	Разучивания ритмического танца
<u>1 неделя</u>		подниманием бедра.	под музыку «Найди свое место»;	учтмического танца «Часики»
		- Построение в рассыпную.	- «паиди свое место»,	«часики»
		- Постросние в рассыпную Шаг с носка, на носках.	(первая, вторая).	
		-Построение в круг.	-танцевальная позиция	
		-приставной шаг.	рук.	
		-приставной шагСкрестный шаг в сторону.	- «музыкальное эхо».	
		- Работа детей в паре (прыжки по	- построение в	
		очереди)	рассыпную по команде.	
		-Наклоны в стороны.	- игры на доверие.	
		-Расслабление рук с выдохом.	-«Поезд»	
		-Упражнения на укрепление осанки.	-«Морские звезды»	
		-Свободные, плавные всего тела.	karrop chare so cogosin	
2 неделя	27-28	-Построение в шеренгу и колонну.	-«Горошинки».	Разучивания
<u>= 110,401111</u>	7. 20	-Ходьба на носках и с высоким	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		подниманием бедра.	кругу);	«Часики»
		- Построение в рассыпную.	-построение в	\\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \
		- Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Построение в круг.	-Полуприседы, подъёмы	
		приставной шаг.	на носки, держась за	
		-Скрестный шаг в сторону.	опору.	
		- Работа детей в паре (прыжки по	- Приставной шаг в	
		очереди)	сторону.	
		-Наклоны в стороны.	- «Кто я?»	
		-Расслабление рук с выдохом.	-«Громко-тихо».	
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		- упражнения на кисти рук и		
		пальцев.		
3 неделя	29-30	-Построение в шеренгу и колонну.	-«Горошинки».	Разучивания
		-Ходьба на носках и с высоким	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		подниманием бедра.	кругу);	«Часики»
		- Построение в рассыпную.	-построение в	
		- Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Построение в круг.	-Полуприседы, подъёмы	
		-приставной шаг.	на носки, держась за	
		-Скрестный шаг в сторону.	опору.	
		- Работа детей в паре (прыжки по	- Приставной шаг в	
		очереди)	сторону.	
		-Наклоны в стороны.	-«Эхо твоего друга».	
		-Расслабление рук с выдохом.	- игра «Роботы» (для	
		-Упражнения на укрепление осанки.	постановки танца	
		-Свободные, плавные всего тела.	«Часики».	
		- упражнения на кисти рук и		
		пальцев.		
		-Змейка (на полу).		<u> </u>
4 неделя	31-32	-Построение в шеренгу и колонну.	-«Горошинки».	Разучивания
		-Ходьба на носках и с высоким	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		подниманием бедра.	кругу);	«Колокольчики
		- Построение в рассыпную.	-построение в	
		- Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Построение в круг.	-Полуприседы, подъёмы	
		-приставной шаг.	на носки, держась за	
		-Скрестный шаг в сторону.	опору.	
		- Работа детей в паре (прыжки по	- Приставной шаг в	
		очереди)	сторону.	
		-Наклоны в стороны.	- «У медведя во бору».	
		-Расслабление рук с выдохом.	- «Кто я?»	
		-Упражнения на укрепление осанки.	-«Кто в домике живет?».	
		-Свободные, плавные всего тела.	-«Эхо».	
		- упражнения на кисти рук и	-«Сорока-белобока».	
		пальцев.		1

		-Змейка (на полу).		
Февраль <u>1 неделя</u>	33-34	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»).	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу);	-Повторение ритмического танца «Танец сидя»
		 -Построение в рассыпную. -Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («гусеница»). - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за 	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору Приставной шаг в	
		педагогом («Хоровод»)Бег врассыпнуюПерестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохом.	сторону «Кто я?» - «Кто в домике живет?» «Эхо» «Сорока-белобока».	
		-Стойка руки на пояс и за спинуУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаСед ноги врозь «Буратино» «Змейка» (лежа на полу)Подскоки (с ножки на ножку).	- «Громко-тихо».	
2 неделя	35-36	-Сед руки за спинуПостроение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»).	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу);	-Повторение ритмического танца «Танец сидя»
		-Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница»).	-построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за	Without Chapter
		- Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»)Бег врассыпную.	опору. -«Сорока-белобока». - «Громко-тихо».	
		-Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамРасслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего телаСед ноги врозь «Буратино»Подскоки (с ножки на ножку)Сед руки за спину.		
3 неделя	37-38	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»)Построение в рассыпнуюШаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница») Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за	-«Горошинки» «Найди свое место» (в кругу); -построение в рассыпную по командеПолуприседы, подъёмы на носки, держась за опору«Сорока-белобока».	-Повторение ритмического танца «Танец сидя»
		педагогом («Хоровод»). -Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -Расслабление рук с выдохом. -Упражнения на укрепление осанки. -Свободные, плавные всего тела. -Сед ноги врозь «Буратино».	- «Громко-тихо».	
		-Подскоки (с ножки на ножку). - «Змейка» (лежа на полу).		
4 неделя	39-40	-Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»).	-«Горошинки». - «Найди свое место» (в кругу);	-Повторение ритмического танца «Танец сидя»

	1	T ==	T	1
		-Построение в рассыпную.	-построение в	
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Сорока-белобока».	
		педагогом («Хоровод»).	- «Громко-тихо».	
		-Бег врассыпную.	- «Цапля»	
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
		- «Змейка» (лежа на полу).		
Март	41-42		-«Горошинки».	- Разучивание
_	41-42	-Построение в шеренгу и колонну по		•
1 неделя		команде (образно-двигательные	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Мы веселые
		-Построение в рассыпную.	-построение в	ребята».
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Пантера» (под	
		педагогом («Хоровод»).	музыку).	
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
		- «Змейка» (лежа на полу).		
		- «Эмеика» (лежа на полу). - Упражнение на расслабление		
		мышц, (дыхание)		
2 нодода	43-44		"Гороничичи»	Розглирония
2 неделя	43-44	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	- Разучивание
		команде (образно-двигательные	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Мы веселые
		-Построение в рассыпную.	-построение в	ребята»
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		-Расслабление рук с выдохом.	опору.	
		-Упражнения на укрепление осанки.	-«Слонята» (под	
		-Свободные, плавные всего тела.	музыку).	
		-Упражнение на расслабление		
		мышц, (дыхание)		
3 неделя	45-46	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	- Разучивание
		команде (образно-двигательные	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Мы веселые
		-Построение в рассыпную.	-построение в	ребята»
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	r
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		-передвижение в сцеплении за руки («гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	- Приставной шаг в	
		педагогом («Хоровод»).	сторону.	
		-Бег врассыпную.	- «У медведя во бору».	
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
1	1	-Расслабление рук с выдохом.		

	1	N/	T	1
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
	L	-Сед руки за спину.		_
4 неделя	47-48	-Построение в шеренгу и колонну по	-Полуприседы, подъёмы	- Разучивание
		команде (образно-двигательные	на носки, держась за	ритмического танца
		действия «солдатики»).	опору.	«Мы веселые
		-Построение в рассыпную.	- Приставной шаг в	ребята»
		-Шаг с носка, на носках.	сторону.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	- «У медведя во бору».	
		(«гусеница»).	- «Кто я?»	
		- Построение в круг и передвижение	-«Кто в домике живет?»	
		по кругу в разных направлениях за		
		педагогом («Хоровод»).		
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Расслабление рук с выдохом.		
		-Упражнения на укрепление осанки.		
		-Свободные, плавные всего тела.		
		-Сед ноги врозь «Буратино».		
		-Подскоки (с ножки на ножку).		
		-Сед руки за спину.		
Апрель	49-50	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	-Повторение
<u>1 неделя</u>		команде (образно-двигательные	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Кузнечик»
		-Построение в рассыпную.	-построение в	
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Львята» (под музыку).	
		педагогом («Хоровод»).		
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Общеразвивающие упражнения на		
		укрепление руками.		
<u>2 неделя</u>	51-52	-Построение в шеренгу и колонну по	-«Горошинки».	-Повторение
		команде (образно-двигательные	- «Найди свое место» (в	ритмического танца
		действия «солдатики»).	кругу);	«Кузнечик»
		-Построение в рассыпную.	-построение в	
		-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы	
		(«гусеница»).	на носки, держась за	
		- Построение в круг и передвижение	опору.	
		по кругу в разных направлениях за	-«Зверушки» (под	
		педагогом («Хоровод»).	музыку).	
		-Бег врассыпную.		
		-Перестроение из одной шеренге в		
		несколько по ориентирам.		
		-Общеразвивающие упражнения на		
		укрепление руками в различном		
2	52.54	темпе.	п	П
<u>3 неделя</u>	53-54	-Построение в шеренгу и колонну по	-Полуприседы, подъёмы	-Повторение
		команде (образно-двигательные	на носки, держась за	ритмического танца
		действия «солдатики»).	опору.	«Кузнечик»
		-Построение в рассыпную.	- Приставной шаг в	
		-Шаг с носка, на носках.	сторону.	
		-Передвижение в сцеплении за руки	- «У медведя во бору».	
		(«гусеница»).	- «Кто я?»	
		- Построение в круг и передвижение	-«Кто в домике живет?»	

	<u> </u>
по кругу в разных направлениях за -«Зверушки» (под	
педагогом («Хоровод»). музыку)Общеразвивающие упражнения на	
укрепление руками в различном	
темпе.	
4 неделя 55-56 -Построение в шеренгу и колонну по - «Найди свое место»	-Повторение
команде (образно-двигательные -построение в	ритмического танца
действия «солдатики»). рассыпную по команде.	«Кузнечик»
-Расслабление рук с выдохомПолуприседы, подъёмы	
-Упражнения на укрепление осанки. на носки, держась за	
-Свободные, плавные всего тела. опору.	
-Сед ноги врозь «Буратино» Приставной шаг в -Подскоки (с ножки на ножку). сторону.	
-годскоки (с пожки на пожку). СторопуСед руки за спинуУзнай по голосу.	
Май 57-58 -Построение в шеренгу и колонну по -«Горошинки».	-Подготовка к
<u>1 неделя</u> команде (образно-двигательные - «Найди свое место» (в	отчетному концерту
действия «солдатики»). кругу);	
-Построение в рассыпнуюпостроение в	
-Шаг с носка, на носках. рассыпную по команде.	
-Передвижение в сцеплении за руки -Полуприседы, подъёмы	
(«гусеница»). на носки, держась за	
- Построение в круг и передвижение опору. по кругу в разных направлениях за	
педагогом («Хоровод»).	
-Бег врассыпную.	
-Перестроение из одной шеренге в	
несколько по ориентирам.	
-Общеразвивающие упражнения на	
укрепление руками.	
2 неделя 59-60 -Построение в шеренгу и колонну по - «У медведя во бору».	-Подготовка к
команде (образно-двигательные - «Кто я?» действия «солдатики»)«Кто в домике живет?»	отчетному концерту
-«Кто в домике живет?» -Построение в рассыпную«Зверушки» (под	
-Шаг с носка, на носках. музыку).	
-Передвижение в сцеплении за руки	
(«гусеница»).	
- Построение в круг и передвижение	
по кругу в разных направлениях за	
педагогом («Хоровод»).	
-Бег врассыпную. -Перестроение из одной шеренге в	
несколько по ориентирам.	
-Расслабление рук с выдохом.	
-Упражнения на укрепление осанки.	
-Свободные, плавные всего тела.	
-Сед ноги врозь «Буратино».	
-Подскоки (с ножки на ножку).	
-Сед руки за спину. 3 неделя 61-62 Построение в шеренгу и колонну по -Полуприседы, подъёмы	Понготорио
3 неделя 61-62 Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные на носки, держась за	-Подготовка к отчетному концерту
действия «солдатики»). опору.	от тогному концерту
-Построение в рассыпную«Сорока-белобока».	
	ř
-Шаг с носка, на носках «Громко-тихо».	
-Шаг с носка, на носках «Громко-тихо» Передвижение в сцеплении за руки - «Цапля»	
-Шаг с носка, на носках. -Передвижение в сцеплении за руки («Гусеница»).	
-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница»)Расслабление рук с выдохом.	
- Шаг с носка, на носках Передвижение в сцеплении за руки («гусеница») Расслабление рук с выдохом Упражнения на укрепление осанки.	
-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница»)Расслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего тела.	
-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница»)Расслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаУпражнение на расслабление	
-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница»)Расслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаУпражнение на расслабление мышц, (дыхание)	-Отчетный концерт.
-Шаг с носка, на носкахПередвижение в сцеплении за руки («гусеница»)Расслабление рук с выдохомУпражнения на укрепление осанкиСвободные, плавные всего телаУпражнение на расслабление мышц, (дыхание)	-Отчетный концерт.

-Построение в рассыпную.	-построение в
-Шаг с носка, на носках.	рассыпную по команде.
-Передвижение в сцеплении за руки	-Полуприседы, подъёмы
(«гусеница»).	на носки, держась за
- Построение в круг и передвижение	опору.
по кругу в разных направлениях за	-«Сорока-белобока».
педагогом («Хоровод»).	- «Громко-тихо».
-Бег врассыпную.	
-Перестроение из одной шеренге в	
несколько по ориентирам.	
-Расслабление рук с выдохом.	
-Стойка руки на пояс и за спину.	
-Упражнения на укрепление осанки.	
-Свободные, плавные всего тела.	
-Сед ноги врозь «Буратино»	

Итого 64 учебных часа.

Четвертый год обучения (5-6 лет)

Задачи:

- Развитие способности к импровизации.
- Знакомство с назначением отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики.
- Учить выполнять простейшие построения и перестроения
- Учить ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок.

Планируемые результаты:

- Умеет импровизировать под заданную музыку
- Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях.
- Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.).
- Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения.
- Умеют исполнять ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Особенности четвертого года обучения:

Возраст обучаемых детей: 5-6 лет Срок обучения: 1 год (64 часа). Режим занятий: 1 раз в неделю.

Продолжительность 1 занятия: 25 минут.

Календарно-тематическое планирование четвертого года обучения

Месяц	№	Разминка	<u>Игроритмика</u>	Ритмический
				танец
Октябрь	1-2	-построение по ориентирам;	-ходьба на каждый	- Разучивание
<u>1 неделя</u>		- ходьба, бег (под музыку);	счет;	ритмического
		-упражнения на укрепление живота и	- «Пятнашки» (под	танца «Мы
		спины;	музыку);	веселые ребята»
		-разучивание поклонов для мальчиков и	- «Громко-тихо»;	
		девочек;	- «Волк во рву»;	
		-шаг галопом вперед и сторону		
2 неделя	3-4	- построение в шеренгу.	-ходьба на каждый	- Разучивание
		-построение по ориентирам;	счет и хлопки;	ритмического

		- ходьба, бег (под музыку); -упражнения на укрепление живота и спины; -разучивание поклонов для мальчиков и девочек; -шаг галопом вперед и сторону; - дыхательные упражнения; -имитационные движения (животные); - упражнение на развитие стопы(сидя).	- «Пятнашки» (под музыку); - «Громко-тихо»; - «Волк во рву»; - «Зарядка»; - «Эхо» (в паре)	танца «Мы веселые ребята»
3 неделя	5-6	- построение в шеренгу перестроение из одной колонны в один круг и несколько; - боковой галоп; -построение по ориентирам; - ходьба, бег (под музыку); -упражнения на укрепление живота и спины; -разучивание поклонов для мальчиков и девочек; -шаг галопом вперед и сторону; - дыхательные упражнения; -бег в рассыпную; - разучивание позиций ног и рук;	-ходьба на каждый счет и хлопки; - «Гусеница»; - «Пятнашки» (под музыку); - «Громко-тихо»; - «Волк во рву»; - «Зарядка»; - «Эхо» (в паре); - «Зеркало»	- Разучивание ритмического танца «Мы веселые ребята»
4 неделя	7-8	- построение в шеренгу перестроение из одной колонны в один круг и несколько; - размыкание по ориентирам; - уражнения на гибкость; - боковой галоп; -построение по ориентирам; - ходьба, бег (под музыку); - поклон для мальчиков и девочек; -шаг галопом вперед и сторону; - дыхательные упражнения; -бег в рассыпную; - разучивание позиций ног и рук; - Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»);	-ходьба на каждый счет и хлопки; - «Гусеница»; - «Пятнашки» (под музыку); - «Громко-тихо»; - «Волк во рву»; - «Зарядка»; - «Эхо» (в паре); - «Зеркало»; - потряхивание ногами в положении стоя; - «Волшебный бубен»	- Разучивание ритмического танца «Мы веселые ребята»
Ноябрь <u>1 неделя</u>	9-10	- построение в шеренгу перестроение из одной колонны в один круг и несколько; - размыкание по ориентирам; -бег врассыпнуюперестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамрасслабление рук с выдохомходьба спиной; - прыжки с выбросами ног; - подскоки.	- «Зеркало»; -«Волшебный бубен»; -разучивание танца.	- Разучивание ритмического танца «Рок-н-ролл»
2 неделя	11-12	 построение в шеренгу. перестроение из одной колонны в один круг и несколько; шаг галопом вперед и сторону; дыхательные упражнения; бег в рассыпную; разучивание позиций ног и рук; 	-ходьба на каждый счет и хлопки; - «Гусеница»; - «Пятнашки» (под музыку); - разучивание танца.	- Разучивание ритмического танца «Рок-н-ролл»
3 неделя	13-14	- построение в шеренгу; - построение по ориентирам; -прыжки на месте; - упражнение «Невидимый стул»; - упражнение «Мельница»; -упражнение «Гибкий кустик».	- «Гусеница»; - «Пятнашки» (под музыку); -«Веселые человечки»; - разучивание танца.	- Разучивание ритмического танца «Рок-н-ролл»

4	15.16	1	Г.Б.	D
<u>4 неделя</u>	15-16	- построение в шеренгу;	-«Едем в деревню»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;-упражнение «Дерево на ветру»;	-«Веселые	ритмического танца «Рок-н-
		-упражнение «Дерево на ветру», -упражнение «Кошечка»;	человечки»; - разучивание танца.	'
		-упражнение «Тюлень»;	- разучивание танца.	ролл»
		- упражнение «тколень»,		
Декабрь	17-18	- построение в шеренгу;	-«Зеркало» (в парах);	- Разучивание
<u> 1 неделя</u>	17-10	- построение в шеренгу, - построение по ориентирам;	-«Звуковой остров»;	ритмического
1 неделя		- построение по ориентирам, -упражнение «Дерево на ветру»;	-«Веселые	танца «Снежная
		-упражнение «Дерево на встру», -упражнение «Кошечка»;	человечки».	сказка».
		-упражнение «Тюлень»;	-1CHOBE-IRM//.	сказка//.
		-разучивание дробей;		
2 неделя	19-20	- построение в шеренгу;	-«Зеркало» (в парах);	- Разучивание
2 педели	17 20	- построение по ориентирам;	- «Звуковой остров»;	ритмического
		-разучивание дробей;	- «Змейка»	танца «Снежная
		- перенос корпуса с одной ноги на	- (SWCHRa//	сказка».
		другую;		ckusku//.
		-шаг с притопом.		
3 неделя	21-22	- построение в шеренгу;	-ходьба на каждый	- Разучивание
<u>э нодоли</u>	21 22	- построение в перенгу,	счет и хлопки;	ритмического
		-разучивание дробей;	- «Гусеница»;	танца «Снежная
		-разучивание дросси; -разучивание «Ковырялочек»;	- «Пятнашки» (под	ганца «Снежная сказка».
		-разучивание «ковырялочек», - Перенос корпуса с одной ноги на	- «пятнашки» (под музыку);	JRUJRU//.
		другую;	музыку), -«Змейка»	
		-шаг с притопом;		
		- бег с высоким подниманием бедра.		
4 неделя	23-24	- построение в шеренгу;	-«Звуковой остров»;	- Разучивание
1 педели	23 2 1	- построение по ориентирам;	-«Повтори за мной»;	ритмического
		-разучивание дробей;	-«Я умею так»;	танца «Снежная
		- Перенос корпуса с одной ноги на	-«Снежинки»,	сказка».
		другую;	welleskillikis,	chasha//.
		-шаг с притопом;		
		- бег с высоким подниманием бедра;		
		- выставление ноги на пятку, через мах		
		ног.		
Январь	25-26	- построение в шеренгу;	-«Я умею так»;	- Разучивание
<u>1 неделя</u>		- построение по ориентирам;	- «Танец с	ритмического
		-упражнение «снежный ком»;	хлопками»;	танца «Куклы».
		- упражнение «невидимый стул»;	- «Эхо» (игра в	
		- упражнение «Мельница»;	командах);	
		-упражнение «Гибкий кустик»;	-«Гусеница».;	
		-«упражнение «шарики» (на полу);	-«Ловушки».	
		- упражнение «лодочки».		
2 неделя	27-28	- построение в шеренгу;	-«Я умею так»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	-«Ловушки» (под	ритмического
		-«косичка»;	музыку);	танца «Куклы».
		-«самолетики»;	-«Зайцы и лиса»;	
		-махи ногами;	-«Музыкальные	
		-«пауки».	кубики».	
3 неделя	29-30	- построение в шеренгу;	- «Повтори за мной»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	-«Веселые ножки»;	ритмического
		-упражнение «Прямые ножки»;	-«Ходим кругом»;	танца «Куклы».
		- хождение на прямых ногах;	-«Передай шляпу».	
		- упражнение для рук.		
<u> 4 неделя</u>	31-32	- построение в шеренгу;	-«Найди своё место»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	-«Море волнуется»;	ритмического
		-упражнение «Прямые ножки»;	-«Колокольчики	танца «Куклы».
		- хождение на прямых ногах;	дзынь-дзынь»;	
		- упражнение для рук;	-«Ходим кругом».	
		-махи ногами;		
		-упражнения для рук и ног;		
		-кукольная ходьба.		
Февраль	33-34	- построение в шеренгу.	- потряхивание	- Разучивание

1 неделя		-упражнение «Кошечка»;	ногами в попожении	питмического
<u>киздэл г</u>		-упражнение «Кошечка», -упражнение «Тюлень»;	ногами в положении стоя;	ритмического танца
		-разучивание дробей;	- потряхивание	«Закодрилка»
		-разучивание «Ковырялочек».	ногами в положении	
		•	стоя;	
2 неделя	35-36	- построение в шеренгу;	-«Русский хоровод»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	-«Зеркало» (в парах);	ритмического
		-разучивание дробей;	- «Звуковой остров»;	танца
		-разучивание «Ковырялочек»;	- «Змейка».	«Закодрилка»
		- Перенос корпуса с одной ноги на		
		другую; -шаг с притопом.		
3 неделя	37-38	- построение в шеренгу;	-«Русский хоровод»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	-«Звуковой остров»;	ритмического
		-разучивание дробей;	-«Повтори за мной».	танца
		-разучивание «Ковырялочек»;		«Закодрилка»
		- Перенос корпуса с одной ноги на		
		другую;		
4	20.40	-шаг с притопом;		D
4 неделя	39-40	- построение в шеренгу;	-«Я умею так»; -«Русский хоровод»;	- Разучивание
		 построение по ориентирам; упражнение «снежный ком»; 	-«Русский хоровод»; - «Танец с	ритмического танца
		- упражнение «невидимый стул»;	хлопками»;	«Закодрилка»
		-упражнение на дыхание «Сердитый	Automanii,	«ошкодриями»
		ёжик»;		
		-повторение дробей.		
Март	41-42	- построение в шеренгу;	- «Раз, два, добрый	-Повторение
<u>1 неделя</u>		- построение по ориентирам;	ты»;	ритмического
		-упражнение «Зонтик»;	- «Зарядка»;	танца «Мы
		-упражнение на дыхание «Качели»;	- «Эхо» (в паре);	веселые ребята»
		-выпады ногами; -шаг галопом вперед и сторону;	- «Зеркало»; -«Последнее	
		-mai талоном вперед и сторону, -бег в рассыпную;	-«Последнее движение».	
		- разучивание позиций ног и рук;	движение».	
2 неделя	43-44	-построение в шеренгу;	-«Паровозик»;	-Повторение
		- построение по ориентирам;	-«Еду-еду на»;	ритмического
		-упражнение «Зонтик»;	-«Последнее	танца «Мы
		-шаги на каждый счёт с хлопками над	движение»;	веселые ребята»
		головой и за спиной;	-«Угадай кто».	
		-упражнение на полу «Лодочка»;		
3 папапа	45-46	-упражнение «Лягушка»построение в шеренгу;	-«Туда-сюда»;	-Повторение
3 неделя	7,5-40	-построение в шеренгу, - построение по ориентирам;	-«Туда-сюда», -«Угадай кто»;	ритмического
		-упражнение «Часики»;	-«Запомни движение	танца «Мы
		-прыжки из глубокого приседания;	друга и повтори»;	веселые ребята»
		- скручивание;	-«Эхо» (в мини	
		-свободные, плавные всего тела.	группах);	
	15.15		-«цапля и лягушка».	
4 неделя	47-48	-построение в шеренгу;	-«Цапля и лягушка»;	-Повторение
		- построение по ориентирам;	-«Передача мяча под	ритмического
		-упражнение «Часики»; -бег врассыпную.	музыку»; -«Повтори за мной»;	танца «Мы веселые ребята»
		-перестроение из одной шеренге в	-«Воротца».	веселые реолга//
		несколько по ориентирам.		
		-расслабление рук с выдохом.		
		-упражнения на укрепление осанки.		
		-свободные, плавные всего тела.		
Апрель	49-50	- построение в шеренгу;	-«Повтори за мной»;	-Повторение
<u>1 неделя</u>		- построение по ориентирам;	-«Воротца»;	ритмического
		-прыжки на месте;	-«Круг и кружочки»;	танца « Рок-н-
		- упражнение «невидимый стул»;	-«Потеха».	ролл»
		-подскоки по кругу;		
		- упражнение «Мельница»;		

		-упражнение «Гибкий кустик».		
<u>2 неделя</u>	51-52	- построение в шеренгу.	-«Восьмерочка»;	-Повторение
		-построение по ориентирам;	-«Волшебный	ритмического
		- ходьба, бег (под музыку);	бубен»;	танца «Рок-н-
		-упражнения на укрепление живота и	-«кто я?»;	ролл»
		спины;	-«На крутом берегу».	
		-разучивание поклонов для мальчиков и		
		девочек;		
		-шаг галопом вперед и сторону;		
		- дыхательные упражнения;		
		-имитационные движения (животные);		
2	52.54	- упражнение на развитие стопы(сидя).	M	П
3 неделя	53-54	-построение в шеренгу;	-«Мы идём за…»;	-Повторение
		-построение в рассыпную;	-«Повтори за мной»;	ритмического
		-шаг с носка, на носках;	-«Змейка»;	танца «Рок-н-
		-«Гусеница».	-«Как танцуют	ролл»
		- построение в круг и передвижение по	животные».	
		кругу в разных направлениях за		
		педагогом;		
		-повторение упражнения движением		
		телом.		
4 неделя	55-56	-построение в шеренгу;	-«Покажи предмет	-Повторение
. подоли	33 30	-построение в рассыпную;	или животного»;	ритмического
		-шаг с носка, на носках;	или животного», -«Силачи»;	танца «Рок-н-
			-«Силачи», -«Совушка»;	l '
		-расслабление рук с выдохом.		ролл»
		-упражнения на укрепление осанки.	-«Пятнашки».	
		-свободные, плавные всего тела.		
		-сед ноги врозь «Буратино».		
		-подскоки (с ножки на ножку).		
		-сед руки за спину.		
Май	57-58	-построение в шеренгу;	-«Карлик и великан»;	-Подготовка к
1 неделя		-построение в рассыпную;	-«Нарисуй	отчетному
		-упражнения на портере;	солнышко»;	концерту.
		-упражнения на укрепление сводов стоп	-«Карусель»;	, 1 3
		и профилактики плоскостопия;	-«Мы идем за»	
		-упражнения на растяжку передних	William Swill	
		связок грудного отдела;		
2	50.60	связок грудного отдела; -упражнения с шагами;	Д	Потопологи
2 неделя	59-60	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу;	-«Поможем маме»;	-Подготовка к
2 неделя	59-60	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную;	-«нарисуй	отчетному
<u>2 неделя</u>	59-60	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног;	-«нарисуй солнышка»;	
2 неделя	59-60	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»;	отчетному
2 неделя	59-60	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов».	отчетному
<u>2 неделя</u> <u>3 неделя</u>	59-60	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»;	отчетному
		связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ног.	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных	отчетному концертуПодготовка к
		связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному
		связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»;	отчетному концертуПодготовка к
		связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному
		связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному
		связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругу.	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики».	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту.
		связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики».	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту. -Отчетный
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу; -построение в рассыпную;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики»«Зеркало»; -«Пойми без слов»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту.
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -бег врассыпную.	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики»«Зеркало»; -«Пойми без слов»; -«Нарисуй	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту. -Отчетный
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -бег врассыпнуюперестроение из одной шеренге в	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики»«Зеркало»; -«Пойми без слов»; -«Нарисуй солнышко»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту. -Отчетный
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -бег врассыпную.	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики»«Зеркало»; -«Пойми без слов»; -«Нарисуй	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту. -Отчетный
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -бег врассыпнуюперестроение из одной шеренге в	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики»«Зеркало»; -«Пойми без слов»; -«Нарисуй солнышко»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту. -Отчетный
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -бег врассыпнуюперестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамрасслабление рук с выдохом.	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики»«Зеркало»; -«Пойми без слов»; -«Нарисуй солнышко»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту. -Отчетный
3 неделя	61-62	связок грудного отдела; -упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и хлопки над головой и за спиной; -шаги с притопами; -повторение дробей; -упражнения в кругупостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -бег врассыпнуюперестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам.	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»; -«Желтые ботинки»; -«Летающие шарики»«Зеркало»; -«Пойми без слов»; -«Нарисуй солнышко»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному концерту. -Отчетный

Итого: 64 учебных часа

Пятый год обучения (6-7 лет)

Задачи:

- Формировать красивую осанку, учить выразительным, пластичным движениям в игре и танце.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональную отзывчивость на музыку, слуховые представления, чувство ритма).
- Учить воспринимать музыкальные образы и выражать их в движении, согласовывая движения с характером музыки; определять музыкальные жанры (марш, песня, танец).
- Развивать творческие способности: учить оценивать собственное движение и товарища, придумывать «свой» игровой образ и «свой» танец.
- Поощрять исполнительское творчество: участие в праздниках, спектаклях, концертах

Планируемые результаты:

- Умеет импровизировать под заданную музыку.
- Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально- подвижных игр.
- Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения.
- Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Особенности пятого года обучения:

Возраст обучаемых детей: 6-7 лет Срок обучения: 1 год (64 часа). Режим занятий: 2 раза в неделю.

Продолжительность 1 занятия: 30 минут.

Календарно-тематическое планирование пятого года обучения

Месяц	N₂	Разминка	<u>Игроритмика</u>	Ритмический
				танец
Октябрь	1-2	-построение по ориентирам;	-ходьба на каждый	- Разучивание
<u>1 неделя</u>		- ходьба, бег (под музыку);	счет;	ритмического
		-упражнения на укрепление живота и	- «Пятнашки» (под	танца «Мы
		спины;	музыку);	веселые ребята»
		-разучивание поклонов для	- «Громко-тихо»;	
		мальчиков и девочек;	- «Волк во рву»;	
		-шаг галопом вперед и сторону		
2 неделя	3-4	- построение в шеренгу.	-ходьба на каждый	- Разучивание
		-построение по ориентирам;	счет и хлопки;	ритмического
		- ходьба, бег (под музыку);	- «Пятнашки» (под	танца «Мы
		-упражнения на укрепление живота и	музыку);	веселые ребята»
		спины;	- «Громко-тихо»;	
		-разучивание поклонов для	- «Волк во рву»;	
		мальчиков и девочек;	- «Зарядка»;	
		-шаг галопом вперед и сторону;	- «Эхо» (в паре)	
		- дыхательные упражнения;		
		-имитационные движения		
		(животные);		
		- упражнение на развитие		
		стопы(сидя).		
3 неделя	5-6	- построение в шеренгу.	-ходьба на каждый	- Разучивание
		- перестроение из одной колонны в	счет и хлопки;	ритмического
		один круг и несколько;	- «Гусеница»;	танца «Мы
		- боковой галоп;	- «Пятнашки» (под	веселые ребята»
		-построение по ориентирам;	музыку);	_
		- ходьба, бег (под музыку);	- «Громко-тихо»;	

		-упражнения на укрепление живота и спины; -разучивание поклонов для мальчиков и девочек; -шаг галопом вперед и сторону; - дыхательные упражнения; -бег в рассыпную;	- «Волк во рву»; - «Зарядка»; - «Эхо» (в паре); - «Зеркало»	
		- разучивание позиций ног и рук;		
4 неделя	7-8	 построение в шеренгу. перестроение из одной колонны в один круг и несколько; размыкание по ориентирам; уражнения на гибкость; боковой галоп; построение по ориентирам; ходьба, бег (под музыку); поклон для мальчиков и девочек; шаг галопом вперед и сторону; дыхательные упражнения; бег в рассыпную; разучивание позиций ног и рук; Построение в круг и передвижение по кругу в разных направлениях за педагогом («Хоровод»); 	-ходьба на каждый счет и хлопки; - «Гусеница»; - «Пятнашки» (под музыку); - «Громко-тихо»; - «Волк во рву»; - «Зарядка»; - «Эхо» (в паре); - «Зеркало»; - потряхивание ногами в положении стоя; - «Волшебный бубен»	- Разучивание ритмического танца «Мы веселые ребята»
Ноябрь <u>1 неделя</u>	9-10	- построение в шеренгу перестроение из одной колонны в один круг и несколько; - размыкание по ориентирам; -бег врассыпнуюперестроение из одной шеренге в несколько по ориентирамрасслабление рук с выдохомходьба спиной; - прыжки с выбросами ног; - подскоки.	- «Зеркало»; -«Волшебный бубен»; -разучивание танца.	- Разучивание ритмического танца «Рок-н-ролл»
2 неделя	11-12	- построение в шеренгу перестроение из одной колонны в один круг и несколько; -шаг галопом вперед и сторону; - дыхательные упражнения; -бег в рассыпную; - разучивание позиций ног и рук;	-ходьба на каждый счет и хлопки; - «Гусеница»; - «Пятнашки» (под музыку); - разучивание танца.	- Разучивание ритмического танца «Рок-н-ролл»
3 неделя	13-14	- построение в шеренгу; - построение по ориентирам; -прыжки на месте; - упражнение «невидимый стул»; - упражнение «Мельница»; -упражнение «Гибкий кустик».	- «Гусеница»; - «Пятнашки» (под музыку); -«Веселые человечки»; - разучивание танца.	- Разучивание ритмического танца «Рок-н-ролл»
4 неделя	15-16	- построение в шеренгу; - построение по ориентирам; -упражнение «Дерево на ветру»; -упражнение «Кошечка»; -упражнение «Тюлень»; - упражнения на укрепление спины.	-«Едем в деревню»; -«Веселые человечки»; - разучивание танца.	- Разучивание ритмического танца «Рок-н-ролл»
Декабрь <u>1 неделя</u>	17-18	- построение в шеренгу; - построение по ориентирам;	-«Зеркало» (в парах);	- Разучивание ритмического

	1			
		-упражнение «Дерево на ветру»;	- «Звуковой	танца «Снежная
		-упражнение «Кошечка»;	остров»;	сказка».
		-упражнение «Тюлень»;	-«Веселые	
		-разучивание дробей;	человечки».	
<u>2 неделя</u>	19-20	- построение в шеренгу;	-«Зеркало» (в	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	парах);	ритмического
		-разучивание дробей;	- «Звуковой	танца «Снежная
		- перенос корпуса с одной ноги на	остров»;	сказка».
		другую;	- «Змейка»	
		-шаг с притопом.		
3 неделя	21-22	- построение в шеренгу;	-ходьба на каждый	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	счет и хлопки;	ритмического
		-разучивание дробей;	- «Гусеница»;	танца «Снежная
		-разучивание «Ковырялочек»;	- «Пятнашки» (под	сказка».
		- Перенос корпуса с одной ноги на	музыку);	Orasia
		другую;	-«Змейка»	
		-шаг с притопом;	(SMCHRa//	
		 бег с высоким подниманием бедра. 		
4 неделя	23-24	- построение в шеренгу;	-«Звуковой	- Разучивание
т подели	25-24	- построение в шеренгу, - построение по ориентирам;	остров»;	ритмического
		- построение по ориентирам, -разучивание дробей;	-«Повтори за	танца «Снежная
		* ·	-	· ·
		- Перенос корпуса с одной ноги на	мной»;	сказка».
		другую;	-«Я умею так»;	
		-шаг с притопом;	-«Снежинки»,	
		- бег с высоким подниманием бедра;		
		- выставление ноги на пятку, через		
а	25.26	мах ног.	а	D
Январь	25-26	- построение в шеренгу;	-«Я умею так»;	- Разучивание
<u>1 неделя</u>		- построение по ориентирам;	- «Танец с	ритмического
		-упражнение «снежный ком»;	хлопками»;	танца «Куклы».
		- упражнение «невидимый стул»;	- «Эхо» (игра в	
		- упражнение «Мельница»;	командах);	
		-упражнение «Гибкий кустик»;	-«Гусеница».;	
		-«упражнение «шарики» (на полу);	-«Ловушки».	
		- упражнение «лодочки».		
<u> 2 неделя</u>	27-28	- построение в шеренгу;	-«Я умею так»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	-«Ловушки» (под	ритмического
		-«косичка»;	музыку);	танца «Куклы».
		-«самолетики»;	-«Зайцы и лиса»;	
		-махи ногами;	-«Музыкальные	
		-«пауки».	кубики».	
3 неделя	29-30	- построение в шеренгу;	- «Повтори за	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	мной»;	ритмического
		-упражнение «Прямые ножки»;	-«Веселые ножки»;	танца «Куклы».
		- хождение на прямых ногах;	-«Ходим кругом»;	
		- упражнение для рук.	-«Передай шляпу».	
4 неделя	31-32	- построение в шеренгу;	-«Найди своё	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	место»;	ритмического
		-упражнение «Прямые ножки»;	-«Море волнуется»;	танца «Куклы».
		- хождение на прямых ногах;	-«Колокольчики	
		- упражнение для рук;	дзынь-дзынь»;	
		- махи ногами;	-«Ходим кругом».	
			ми кругом//.	
		-упражнения для рук и ног;		
Фаррати	22 24	-кукольная ходьба.	потраунронно	Doorgrandorses
Февраль	33-34	- построение в шеренгу.	- потряхивание	- Разучивание
<u>1 неделя</u>		-упражнение «Кошечка»;	ногами в	ритмического
		-упражнение «Тюлень»;	положении стоя;	танца

		-разучивание дробей;	- потряхивание	«Закодрилка»
		-разучивание дрооеи, -разучивание «Ковырялочек».	ногами в	«Закодрилка»
		-разучивание «ковырилочек".	положении стоя;	
2 неделя	35-36	- построение в шеренгу;	-«Русский	- Разучивание
<u> 2 неделя</u>	33-30	- построение в перенгу, - построение по ориентирам;	хоровод»;	ритмического
		- построение по ориснтирам, -разучивание дробей;	-«Зеркало» (в	танца
		-разучивание дрооеи, -разучивание «Ковырялочек»;	парах);	· ·
		* ·	* /:	«Закодрилка»
		- Перенос корпуса с одной ноги на	- «Звуковой	
		другую;	остров»; - «Змейка».	
2 ********	37-38	-шаг с притопом.		Dagywyynayyya
<u> 3 неделя</u>	37-38	- построение в шеренгу;	-«Русский	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	хоровод»;	ритмического
		-разучивание дробей;	-«Звуковой	танца
		-разучивание «Ковырялочек»;	остров»;	«Закодрилка»
		- Перенос корпуса с одной ноги на	-«Повтори за 	
		другую;	мной».	
		-шаг с притопом;	_	
<u>4 неделя</u>	39-40	- построение в шеренгу;	-«Я умею так»;	- Разучивание
		- построение по ориентирам;	-«Русский	ритмического
		-упражнение «снежный ком»;	хоровод»;	танца
		- упражнение «невидимый стул»;	- «Танец с	«Закодрилка»
		-упражнение на дыхание «Сердитый	хлопками»;	
		ёжик»;		
		-повторение дробей.		
Март	41-42	- построение в шеренгу;	- «Раз, два, добрый	-Повторение
<u>1 неделя</u>		- построение по ориентирам;	ты»;	ритмического
		-упражнение «Зонтик»;	- «Зарядка»;	танца «Мы
		-упражнение на дыхание «Качели»;	- «Эхо» (в паре);	веселые ребята»
		-выпады ногами;	- «Зеркало»;	
		-шаг галопом вперед и сторону;	-«Последнее	
		-бег в рассыпную;	движение».	
		- разучивание позиций ног и рук;		
2 неделя	43-44	-построение в шеренгу;	-«Паровозик»;	-Повторение
		- построение по ориентирам;	-«Еду-еду на»;	ритмического
		-упражнение «Зонтик»;	-«Последнее	танца «Мы
		-шаги на каждый счёт с хлопками	движение»;	веселые ребята»
		над головой и за спиной;	-«Угадай кто».	•
		-упражнение на полу «Лодочка»;		
		-упражнение «Лягушка».		
3 неделя	45-46	-построение в шеренгу;	-«Туда-сюда»;	-Повторение
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		- построение по ориентирам;	-«Угадай кто»;	ритмического
		-упражнение «Часики»;	-«Запомни	танца «Мы
		-прыжки из глубокого приседания;	движение друга и	веселые ребята»
		- скручивание;	повтори»;	
		-свободные, плавные всего тела.	-«Эхо» (в мини	
			группах);	
			-«цапля и	
			лягушка».	
4 неделя	47-48	-построение в шеренгу;	-«Цапля и	-Повторение
т подели	¬ / -¬O	-построение в шеренгу, - построение по ориентирам;	лягушка»;	ритмического
		- построение по ориентирам, -упражнение «Часики»;	-«Передача мяча	танца «Мы
		-упражнение «часики»,	под музыку»;	веселые ребята»
		-перестроение из одной шеренге в	под музыку», -«Повтори за	всслыс рсоята»
			•	
		несколько по ориентирам.	мной»;	
		-расслабление рук с выдохом.	-«Воротца».	
		-упражнения на укрепление осанки.		
		-свободные, плавные всего тела.		

	40.50		п	п
Апрель	49-50	- построение в шеренгу;	-«Повтори за 	-Повторение
<u>1 неделя</u>		- построение по ориентирам;	мной»;	ритмического
		-прыжки на месте;	-«Воротца»;	танца «Рок-н-
		- упражнение «невидимый стул»;	-«Круг и	ролл»
		-подскоки по кругу;	кружочки»;	
		- упражнение «Мельница»;	-«Потеха».	
		-упражнение «Гибкий кустик».		
2 неделя	51-52	- построение в шеренгу.	-«Восьмерочка»;	-Повторение
		-построение по ориентирам;	-«Волшебный	ритмического
		- ходьба, бег (под музыку);	бубен»;	танца «Рок-н-
		-упражнения на укрепление живота и	-«кто я?»;	ролл»
		спины;	-«На крутом	•
		-разучивание поклонов для	берегу».	
		мальчиков и девочек;		
		-шаг галопом вперед и сторону;		
		- дыхательные упражнения;		
		- дыхательные упражнения,		
		(животные);		
		- упражнение на развитие		
2	52.54	стопы(сидя).		Попетите
<u> 3 неделя</u>	53-54	-построение в шеренгу;	-«Мы идём за…»;	-Повторение
		-построение в рассыпную;	-«Повтори за	ритмического
		-шаг с носка, на носках;	мной»;	танца «Рок-н-
		-«Гусеница».	-«Змейка»;	ролл»
		- построение в круг и передвижение	-«Как танцуют	
		по кругу в разных направлениях за	животные».	
		педагогом;		
		-повторение упражнения движением		
		телом.		
<u>4 неделя</u>	55-56	-построение в шеренгу;	-«Покажи предмет	-Повторение
		-построение в рассыпную;	или животного»;	ритмического
		-шаг с носка, на носках;	-«Силачи»;	танца «Рок-н-
		-расслабление рук с выдохом.	-«Совушка»;	ролл»
		-упражнения на укрепление осанки.	-«Пятнашки».	
		-свободные, плавные всего тела.		
		-сед ноги врозь «Буратино».		
		-подскоки (с ножки на ножку).		
		-сед руки за спину.		
Май	57-58	-построение в шеренгу;	-«Карлик и	-Подготовка к
1 неделя		-построение в рассыпную;	великан»;	отчетному
		-упражнения на портере;	-«Нарисуй	концерту.
		-упражнения на укрепление сводов	солнышко»;	
		стоп и профилактики плоскостопия;	-«Карусель»;	
		-упражнения на растяжку передних	-«Мы идем за»	
		связок грудного отдела;	мирі пдом за//	
		L CONSORT DYMINIO CIMCIA,	1	
		~ *		
2 непепа	59_60	-упражнения с шагами;	-«Поможем маме».	-Полготовка к
2 неделя	59-60	-упражнения с шагами; -построение в шеренгу;	-«Поможем маме»;	-Подготовка к
2 неделя	59-60	-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную;	-«нарисуй	отчетному
2 неделя	59-60	-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и	-«нарисуй солнышка»;	
2 неделя	59-60	-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и	отчетному
2 неделя	59-60	-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»;	отчетному
		-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ног.	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов».	отчетному концерту.
<u>2 неделя</u> <u>3 неделя</u>	59-60	-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание	отчетному концертуПодготовка к
		-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному
		-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную; -упражнение ноги «Качели» и	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»; -«Самолётики»;	отчетному концертуПодготовка к
		-упражнения с шагами; -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -полуприседания с позицией рук и ног; -упражнение «Хвостик»; -повороты с махом ногпостроение в шеренгу; -построение в рассыпную;	-«нарисуй солнышка»; -«Карлик и великан»; -«Пойми без слов»«Пускание мыльных пузырей»;	отчетному концерту. -Подготовка к отчетному

		-повторение дробей; -упражнения в кругу.	-«Летающие шарики».	
4 неделя	63-64	-упражнения в кругу. -построение в шеренгу; -построение в рассыпную; -бег врассыпную. -перестроение из одной шеренге в несколько по ориентирам. -расслабление рук с выдохом. -ходьба спиной; - прыжки с выбросами ног; - подскоки.	-«Зеркало»; -«Пойми без слов»; -«Нарисуй солнышко»; -«Восьмерочка».	-Отчетный концерт.

III. Организационный раздел.

3.1. Условия реализации Программы.

Группы формируются ежегодно на основе договора с родителями (законными представителями).

3.2. Особенности и формы организации образовательного процесса.

Обязательными условиями проведения занятий являются:

- соответствие зала, продолжительности занятий и нагрузки санитарным нормам и правилам;
- наличие формы у детей и педагога;
- наличие магнитофона с дисководом или USB портом.
- наличие различных атрибутов (мячи, деревянные ложки, погремушки, кубики, бубны, цветные флажки, платочки, шляпы и т.д.)

Учитывая специфику учреждения, состав групп не постоянный. Количество детей в группе не более 22 человек.

При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования к организации дополнительного образования.

3.2. Учебный план

1-й год обучения

No	Наименование разделов	Всего	Количество занятий		Форма контроля
	_	занятий	Теория	Практика	
1.	Игроритмика	32	2	30	выступление
2.	Ритмический танец	32	2	30	выступление
Итого:		64	4	60	

2-й год обучения

<i>№</i>	Наименование разделов	Всего	Количество занятий		Форма контроля
		занятий	Теория	Практика	
1.	Игроритмика	32	2	30	выступление
2.	Ритмический танец	32	2	30	выступление
	Итого:	64	4	60	

3-й год обучения

<i>№</i>	Наименование разделов	Всего	Количество занятий		Форма контроля
		занятий	Теория	Практика	
1.	Игроритмика	32	2	30	выступление
2.	Ритмический танец	32	2	30	выступление
	Итого:	64	4	60	

Ŋoౖ	Наименование разделов	Всего	Количество занятий		Форма контроля
		занятий	Теория	Практика	
1.	Игроритмика	32	2	30	выступление
2.	Ритмический танец	32	2	30	выступление
	Итого:	64	4	60	

5-й год обучения

No	Наименование разделов	Всего	Количество занятий		Форма контроля
		занятий	Теория	Практика	
1.	Игроритмика	32	2	30	выступление
2.	Ритмический танец	32	2	30	выступление
	Итого:	64	4	60	

3.4. Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала обучения по Программе	Дата окончания обучения по	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
	программе	Программе	педель	писов	
1 год	01.10.2025	31.05.2026	32	64	2 раза в неделю по 10 минут
2 год	01.10.2025	31.05.2026	32	64	2 раза в неделю по 15 минут
3 год	01.10.2025	31.05.2026	32	64	2 раза в неделю по 20 минут
4 год	01.10.2025	31.05.2026	32	64	2 раза в неделю по 25 минут
5 год	01.10.2025	31.05.2026	32	64	2 раза в неделю по 30 минут
Сроки проведе	ния мониторинга	1	18.05.2026 г.	– 31.05.2026 г.	
Праздничные дни			Праздничные выходные дни, установленные Правительством РФ:		
 29 апреля - 01 мая 2026 г 06-09 мая 2026 года 			26 года;		
Часы приема администрации			Вторник с 14	-00 до 17-00	

3.5. Оценочные материалы.

Форма контроля результативности освоения Программы.

Программа предполагает проведение промежуточной и итоговой диагностики результативности освоения Программы, начиная со второго года обучения. Время проведения - конец учебного года (апрель).

Описание диагностического инструментария.

Промежуточная диагностика (первый – второй торой год обучения).

№	Цель	Ход задания	Уровни
1.	Чувство	Звучит отрывок 2/4 или 4/4 Задача:	3 балла – самостоятельно выполняет
	музыкального	Прохлопать в ладоши	хлопки под музыку.

	myym ro		2 балла – выполняет хлопки пол
	ритма		= ominim periodical internal inch
			музыку с небольшими неточностями.
			1 балл – Хлопает под музыку с
			помощью педагога.
			0 баллов – не может хлопать под
			музыку.
2.	Смена движений	Звучит 2-хчастная контрастная	3 балла – самостоятельно меняет
	со сменой частей	музыка. <u>Задача:</u> Ребенок должен	движение со сменой частей музыки.
	музыки	услышать смену характера музыки и	2 балла – меняет движение со сменой
		показать смену музыкального	частей музыки с небольшими
		материала в движении.	неточностями.
			1 балл – меняет движение со сменой
			частей музыки при помощи педагога.
			0 баллов – не слышит части музыки.
3.	Эмоциональная	Звучит характерная образная музыка	3 балла – выразительно передает
	отзывчивость	(«Коты», «Петухи», «Птички» - и т.п.	заданный образ.
		Педагог говорит ребенку название и	2 балла – не очень выразительно
		предлагает превратиться в тот или	передает заданный образ.
		иной образ. <u>Задача:</u>	1 балл – передает заданный образ при
		Ребенок должен стремиться передать	помощи педагога.
		в движении характерные движения	0 баллов – не может передать заданный
		того или иного образа.	образ.
4.	Танцевальное	Педагог предлагает ребенку поиграть	3 балла – правильно и «музыкально»
	творчество	в «повторяшки».	исполняет танцевальные движения.
	-	Задача: повторить за педагогом то или	2 балла – «музыкально» исполняет
		иное танцевальное движение	танцевальные движения, допуская
		(пружинка, фонарики, топотушки и	небольшие неточности.
		т.п.)	1 балл – исполняет танцевальные
		<i>'</i>	движения, допуская значительные
			неточности.
			0 баллов – не может выполнить
			танцевальные движения.
			тапцевальные движения.

Промежуточная диагностика (третий-четвертый год обучения)

№	Цель	Ход задания	Уровни
1.	Чувство	Звучит отрывок 2/4 или 4/4 Задача:	3 балла – самостоятельно выделяет
	музыкального	Прохлопать в ладоши на сильную	сильные доли в музыке.
	ритма	долю.	2 балла – выделяет сильные доли в
			музыке с небольшими неточностями.
			1 балл – выделяет сильные доли в
			музыке с помощью педагога.
			0 баллов – не может выделить сильные
			доли в музыке.
2.	Смена движений	Звучит 2-хчастная контрастная	3 балла – самостоятельно меняет
	со сменой частей	музыка. <u>Задача:</u> Ребенок должен	движение со сменой частей музыки.
	музыки	услышать смену характера музыки и	2 балла – меняет движение со сменой
		показать смену музыкального	частей музыки с небольшими
		материала в движении.	неточностями.
			1 балл – меняет движение со сменой
			частей музыки при помощи педагога.
			0 баллов – не слышит части музыки.
3.	Эмоциональная	Звучит характерная образная музыка	3 балла – выразительно передает
	отзывчивость	(«Коты», «Петухи», «Птички») и т.п.	заданный образ.
		Педагог говорит ребенку название и	2 балла – не очень выразительно
		предлагает превратиться в тот или	передает заданный образ.
		иной образ. <u>Задача:</u>	1 балл – передает заданный образ при
		Ребенок должен стремиться передать	помощи педагога.
		в движении характерные движения	0 баллов – не может передать заданный
		того или иного образа.	образ.
4.	Танцевальное	Педагог предлагает ребенку поиграть	3 балла – правильно и «музыкально»
	творчество	с «повторяшки».	исполняет танцевальные движения.
		Задача: повторить за педагогом то или	2 балла – «музыкально» исполняет

иное танцевальное движение	танцевальные движения, допуская
(пружинка, фонарики, топотушки и	небольшие неточности.
т.п.)	1 балл – исполняет танцевальные
	движения, допуская значительные
	неточности.
	0 баллов – не может выполнить
	танцевальные движения.

Итоговая диагностика

№	Цель	Ход задания	Уровни
1.	Чувство	Звучит отрывок 2/4 или 4/4 Задача:	3 балла – самостоятельно выделяет
	музыкального	Прохлопать в ладоши на сильную	сильные доли в музыке.
	ритма	долю.	2 балла – выделяет сильные доли в
			музыке с небольшими неточностями.
			1 балл – выделяет сильные доли в
			музыке с помощью педагога.
			0 баллов – не может выделить сильные
			доли в музыке.
2.	Смена движений	Звучит 2-хчастная контрастная	3 балла – самостоятельно меняет
	со сменой частей	музыка. Задача: Ребенок должен	движение со сменой частей музыки.
	музыки	услышать смену характера музыки и	2 балла – меняет движение со сменой
		показать смену музыкального	частей музыки с небольшими
		материала в движении.	неточностями.
			1 балл – меняет движение со сменой
			частей музыки при помощи педагога.
			0 баллов – не слышит части музыки.
3.	Эмоциональная	Звучит характерная образная музыка	3 балла – выразительно передает
	отзывчивость	(«Коты», «Петухи», «Птички») и т.п.	заданный образ.
		Педагог говорит ребенку название и	2 балла – не очень выразительно
		предлагает превратиться в тот или	передает заданный образ.
		иной образ. <u>Задача:</u>	1 балл – передает заданный образ при
		Ребенок должен стремиться	помощи педагога.
		передать в движении характерные	0 баллов – не может передать заданный
4	T	движения того или иного образа.	образ.
4.	Танцевальное	Педагог показывает танцевальную комбинацию. Задача: запомнить и	3 балла — правильно и «музыкально»
	творчество		исполняет танцевальную комбинацию.
		исполнить танцевальную	2 балла – «музыкально» исполняет танцевальную комбинацию, допуская
		комбинацию.	небольшие неточности.
			1 балл – исполняет, танцевальную
			комбинацию при помощи педагога.
			о баллов — не может выполнить
			танцевальную комбинацию.
			тапцовальную комоинацию.

3.6. Учебно - методическое обеспечение Программы.

- 1. Белкина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет. М.: Просвещение, 1984.
- 2. Бриске И.Э. Мир танца для детей. Челябинск, 2005.
- 3. Картушина М.А.,. Забавы для малышей, 2010.
- 4. Константинова А.И. Игровой стретчинг. СПб.: Вита, 1993.
- 5. Макарова Е.П. Ритмическая гимнастика и игровой танец в занятиях стретчингом. СПб: Искусство, 1993.
- 6. Пуртова Т. В. и др. Учите детей танцевать: Учебное пособие М.: Владос, 2003.
- 7. Слуцкая С.Л. «Танцевальная мозаика». М.: Линка Пресс, 2006.
- 8. Фирилева Ж. Е. Сайкина Е. Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ», 1992 г.