

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад «Дюймовочка» общеразвивающего вида» Заинского  
муниципального района Республики Татарстан**

**Рассмотрено:**  
на заседании педагогического совета  
протокол № \_\_\_\_\_ от 29.08.2024 г.

**утверждено:**  
Заведующий МБДОУ  
"Детский сад "Дюймовочка"  
Т.Г.Королева  
приказом по МБДОУ «Детский сад  
«Дюймовочка» общеразвивающего вида ЗМР»  
№ \_\_\_\_\_ от 29.08.2024 г.



**Рабочая программа  
хореографического кружка  
дополнительного образования дошкольников  
«Игроритмика»**

**Срок реализации:** 1 год  
(с 01.10.2024 по 31.05.2025)  
**Возраст для обучения:** 3-4 года  
**Руководитель:** Кузнецова Т.А.

2024 год

## Содержание

	<b>Структура программы дополнительного образования (ПДО)</b>	стр.
<b>I</b>	<b>Целевой раздел</b>	
	<b>1.1. Пояснительная записка</b>	3
	1.1.1. Цель и задачи реализации ПДО	4
	1.1.2. Принципы и подходы к формированию ПДО	4
	1.1.3. Значимые для разработки и реализации характеристики программы	4
	1.1.4. Планируемые результаты освоения ПДО.	4
<b>II</b>	<b>Содержательный раздел</b>	5
	2.1. Возрастные образовательные нагрузки	5
	2.2. Содержание программы кружка «Игроритмика»	5
	2.3. Проведение занятий по танцевально - игровой гимнастике	7
<b>III</b>	<b>Организационный раздел</b>	10
	3.1. Формы и режим занятий	10
	3.2. Структура учебного плана	10
	3.3. Форма сотрудничества с семьей	10
	3.4. Учебно-тематический план	11
	3.5. Характеристика разделов программы	16
	3.6. Материально-техническое обеспечение ПДО	18
	3.7. Перечень нормативных и нормативно-методических документов	18
	3.8. Перечень литературных источников	18
	Приложение 1.	20

## **І ЦЕЛЕВОЙ РАЗДЕЛ**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Программа дополнительного образования хореографического кружка «Игроритмика» модифицирована музыкальным руководителем Кузнецовой Т.А. в соответствии с особенностями её функционирования на базе МБДОУ «Детский сад «Дюймовочка», с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

В основу положена программа "Ритмическая мозаика", разработанная А.И. Бурениной, рекомендованная Министерством образования Российской Федерации в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста.

#### **Направленность программы.**

Данная программа направлена на осуществление хореографического образования дошкольников в свободное время в ДОУ, даёт более широкое приобщение воспитанников к искусству.

#### **Актуальность хореографического образования.**

В годы дошкольного возраста закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется его личность.

Одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса является художественно-эстетическое и культурное развитие детей приобщение к миру танца, знакомство с различными направлениями, историей и географией танца. Прослушивание и движение под ритмичную танцевальную музыку развивает и внутренне обогащает, прививает умение через танец выразить различные состояния, мысли, чувства человека, его взаимоотношения с окружающим миром.

Кроме того, в этот период дети интенсивно растут и развиваются, движения становятся их потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в системе дошкольного образования происходят бурные изменения, внедрение ФГОС, и разработка первых в дошкольной педагогике федеральных государственных образовательных стандартов. Все чаще говорится о обязательном дошкольном образовании, ребенок не посещавший детский сад не будет готов к школьной жизни психологически, т.к. в детском саду ребенок приобретает опыт дружеского общения.

#### **Педагогическая целесообразность.**

Исходя из выше сказанного, педагогу можно сделать вывод, что целесообразно следовать одной из важнейших задач учебно-воспитательного процесса - это организация двигательного режима детей, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественные потребности в движениях.

Движение в ритме и темпе, заданном музыкой, способствует ритмичной работе всех внутренних органов и систем, что при регулярных занятиях ведёт к общему оздоровлению организма. Немаловажным является также и лечебный эффект занятий, в результате которых создаётся мышечный корсет, исправляются недостатки осанки, уменьшается плоскостопие, что позволяет также решать задачи общего укрепления и физического развития ребёнка.

Решение вышеизложенных задач возможно реализовать в процессе хореографического образования детей дошкольного возраста

### 1.1.1. Цель и задачи реализации ПДО

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ** — формировать у детей творческие способности через развитие музыкально-ритмических и танцевальных движений.

#### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

##### **Образовательные:**

- через образы дать возможность выразить собственное восприятие музыки;
- расширение музыкального кругозора, пополнение словарного запаса;
- умение отмечать в движении метр (сильную долю такта), простейший ритмический рисунок;
- умение менять движения в соответствии с двух- и трехчастной формой, и музыкальными фразами.

##### **Развивающие:**

- развитие координации, гибкости, пластичности, выразительности и точности движений;
- умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- координация и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- приобщение к совместному движению с педагогом.

##### **Воспитательные:**

- воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- психологическое раскрепощение ребенка;
- воспитание умения работать в паре, коллективе,

Успешное решение поставленных задач на занятиях хореографией с дошкольниками возможно только при использовании педагогических принципов и методов обучения.

### 1.1.2. Принципы и подходы к формированию ПДО

#### **Принцип:**

- индивидуализации (*определение посильных заданий с учётом возможностей ребёнка*);
- систематичности (*непрерывность и регулярность занятий*);
- наглядности (*безукоризненный показ движений педагогом*);
- повторяемости материала (*повторение вырабатываемых двигательных навыков*);
- сознательности и активности (*обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям*).

### 1.1.3. Значимые для разработки и реализации характеристики программы.

В возрасте 3 - 4 лет у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения; возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

### 1.1.4. Планируемые результаты освоения ПДО.

По прошествии первого года обучения, занимающиеся получают следующие знания, умения, навыки. Знают назначение музыкального зала и правила поведения в нем. 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.).

**Показателем уровня развития** является не только выразительность и непосредственность движений под музыку, но и умение точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности, способность к запоминанию и самостоятельному исполнению композиций, использование разнообразных видов движений в импровизации под музыку.

## II СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

**Возраст детей:** вторая младшая группа (3-4 года)

**Срок реализации:** 1 год

### 2.1. Возрастные образовательные нагрузки.

Дети этого возраста легко возбуждаются, от обилия впечатлений, различных заданий быстро устают. Их внимание привлекают знакомые и эмоционально наполненные образы. Они лучше воспринимают и запоминают то, что им интересно.

Опыт музыкально-танцевальной деятельности в этот период жизни минимальный, но все, же позволяет детям проявить себя. Не смотря на то, что их двигательный аппарат еще не оформился, и мышечная сила слабая, они могут исполнять различные действия и движения.

При подготовке к занятиям с детьми данного возраста следует учитывать, что у них преобладают движения малой амплитуды, а движения большой амплитуды, а также в медленном темпе исполняются с трудом. Трёхлетки уже способны слушать музыку, петь песни, исполнять простые танцы, играть с предметами и игрушками. Для них важна похвала и персональное внимание.

В процессе занятий следует формировать культуру эмоций, обогащать музыкально-танцевальную деятельность детей, закладывать основы выразительного исполнения, развивать объем внимания и фантазии. Программа реализуется на основе бытовых и музыкальных движений.

Обучение начинается с упражнений по ориентировке в пространстве. Основным видом является игровая деятельность. Через музыкально-ритмические игры дети знакомятся с элементами ритмики и музыкальной грамотой. Ритмика, в данном случае, выступает как средство укрепления опорно-двигательного аппарата и развития эластичности мышц. Упражнения изучаются детьми через образные сравнения в игровой форме. Эти упражнения подготавливают мышцы, связки и суставы для классического экзерсиса.

**Формы обучения:** В ходе реализации программы сочетается групповая и индивидуальная работа.

**Научно-методические условия и средства:**

- учебно-методический комплекс, включающий наглядные пособия и дидактический материал;
- специальная музыкальная литература.

### 2.2. Содержание программы кружка «Игроритмика»

**Приоритетные задачи:** развитие гибкости, пластичности, мягкости движений, а также воспитание самостоятельности в исполнении, побуждение детей к творчеству.

#### 1. Развитие музыкальности:

- *воспитание интереса и любви к музыке, потребности в ее слушании, движении под музыку в свободных играх;*
- *обогащение слушательского опыта – включение разнообразных произведений для ритмических движений: народных, современных детских песен и некоторых доступных*

*произведений изобразительного характера композиторов-классиков («Детский альбом» П. Чайковского, «Бирюльки» М. Майкапара);*

- *развитие умения передавать в пластике разнообразный характер музыки, различные оттенки настроения (веселое-грустное, шаловливое-спокойное, радостное, торжественное, шуточное, беспокойное и т.д.);*
- *развитие умения передавать основные средства музыкальной выразительности: темп (умеренно быстрый – умеренно медленный, быстрый); динамику (громко-тихо, умеренно громко, усиление звучания и уменьшение); регистр (высокий, низкий, средний); метроритм (сильную долю, ритмическую пульсацию мелодии, сочетание восьмых и четвертных); различать 2-3 частную форму произведения, вариации с контрастными по характеру частями;*
- *развитие способности различать жанр произведения (плясовая, колыбельная, марш) и выражать это самостоятельно в соответствующих движениях и в слове.*

**2. Развитие двигательных качеств и умений.** Развитие способности передавать в пластике музыкальный образ, используя перечисленные ниже виды движений.

**Основные:**

- *ходьба – бодрая, спокойная, на полупальцах, на носках, топающим шагом, вперед и назад (спиной), с высоким подниманием колена (высокий шаг) в разном темпе и ритме, ходьба на четвереньках;*
- *бег – легкий, ритмичный, передающий различный образ («Бабочки», «Птички», «Ручейки» и т.д.), широкий («Волк»), острый (бежим по «горячему песку»);*
- *прыжковые движения – на двух ногах на месте, продвижением вперед, прямой галоп – «лошадки», легкие поскоки;*

**Общеразвивающие упражнения** на различные группы мышц и различный характер, способ движения (упражнения на плавность движений, махи, пружинность); упражнения на гибкость, плавность движений;

**Имитационные движения** разнообразные образно-игровые движения, раскрывающие понятный детям образ, настроение или состояние («веселый» или «трусливый зайчик», «хитрая лиса», «усталая старушка», «бравый солдат» и т.д.). Уметь передавать динамику настроения.

**Плясовые движения** – элементы народных плясок, доступных по координации.

**3. Развитие умений ориентироваться в пространстве:** самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг, становится в пары и друг за другом, строится в шеренгу и колонну, в несколько кругов.

**4. Развитие творческих способностей:**

- *воспитание потребности к самовыражению в движении под музыку;*
- *формирование умений исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку;*
- *развитие воображения, фантазии, умения самостоятельно находить свои, оригинальные движения, подбирать слова, характеризующие музыку и пластический образ.*

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

- *развитие умения самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой – развитие слухового внимания, способность координировать слуховое представление и двигательную реакцию;*
- *развитие умения выражать эмоции в мимике и пантомимике – радость, грусть, страх, удивление, обида и т.д.;*

- *тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов на основе движения в различных темпах и ритмах;*
- *развитие восприятия, произвольного внимания, воли, всех видов памяти (слуховой, зрительной, двигательной), мышления, речи – в умении выразить свое восприятие в движениях, а также рисунках, в словесном описании.*

#### **6. Развитие нравственно – коммуникативных качеств личности:**

- *воспитание умения сочувствовать, сопереживать, воспринимая музыкальный образ, настроение, объясняя свои чувства словами и выражая их в пластике;*
- *формирование чувства такта;*
- *воспитание культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми, привычки выполнять необходимые правила самостоятельно: пропускать старших впереди себя, мальчикам уметь пригласить девочку на танец и затем проводить ее на место, извиниться, если произошло нечаянное столкновение и т.д.*

### **2.3. Проведение занятий по танцевально - игровой гимнастике**

**Построение занятий.** Содержание программы представлено поурочным планированием учебного материала. Основа учебной программы — в ее вариативности, единстве обучения, воспитания и решения оздоровительных задач. Занятия составляются согласно педагогическим принципам, по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям и физическим возможностям занимающихся.

Учебный материал в них распределяется согласно принципу возрастания и чередования нагрузки. Согласно требованиям по физическому и музыкально-ритмическому воспитанию ребенка, занятия с первого по четвертый год обучения в целом составляют единую систему обучения и отвечают современным требованиям к технологии построения и проведения учебных занятий.

Структура занятий по танцевально-игровой гимнастике — общепринятая.

Каждое занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной.

Подготовительная часть занятия. Задача этой части сводится к тому, чтобы подготовить организм ребенка — его центральную нервную систему, различные функции — к работе; разогреть мышцы, связки и суставы, создать психологический и эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.

Для решения задач подготовительной части занятия представлены следующие средства танцевально-игровой гимнастики: игрогимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); игроритмика, музыкально-подвижные игры малой интенсивности, игры на внимание, игротанцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы — несложные по координации или хорошо изученные), а также упражнения танцевально-ритмической гимнастики, отвечающие задачам подготовительной части занятия. Систему упражнений и игр надо строить от простого к сложному, от известного к неизвестному.

Основная часть занятия. В этой части решаются основные задачи, формируются двигательные умения и навыки, идет основная работа над развитием двигательных способностей: гибкости, мышечной силы, быстроты движений, ловкости, выносливости и др.

На этой стадии дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей, достигается оптимальный уровень физической нагрузки. В основную часть занятия могут входить

все средства танцевально-игровой гимнастики: ритмические и бальные танцы, игропластика, креативная гимнастика и др.

Заключительная часть занятия. В том случае если в основной части занятия имеет место большая физическая нагрузка, время заключительной части увеличивается. Это создает условия для постепенного снижения нагрузки и обеспечивает постепенный переход от возбужденного к относительно спокойному состоянию детей. В заключительной части занятия используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки, игровой самомассаж.

**Организация проведения занятий.** Любое занятие следует начинать с организованного входа в зал, под музыку. Затем осуществляется построение и детям сообщается задача занятия — чем они будут заниматься, что узнают нового, чему научатся на данном занятии. В конце занятия дети отвечают на вопросы педагога и поставленные задачи занятия можно считать почти выполненными.

Каждое занятие программы представляет собой единство содержательных, методических и организационных элементов. Нарушение этого единства приведет к снижению эффективности занятия и поставит под сомнение возможность решения педагогических задач.

Цель и общие задачи в программе реализуются путем постановки частных задач на каждое занятие, в формулировке которых педагог должен отразить конечный результат данного занятия.

Для проведения занятия педагогу необходимо владеть различными методами организации деятельности детей и способами проведения упражнений. Это построения, перестроения и передвижения, использование предметов и другого вспомогательного инвентаря.

Рекомендуется проводить занятия в сопровождении рассказов, речитативов, во время которых предлагают детям выполнить цепь последовательных упражнений. Так создается ряд знакомых каждому ребенку образов, воображаемая игровая и ролевая ситуация, сюжет, правила для действий с предметами и без них.

Особое значение в проведении занятий имеет статус педагога, его речь, эмоциональный настрой, доброжелательное отношение к окружающим, активное участие в выполнении своей задачи. Все это создает атмосферу праздника и вызывает положительные эмоции участников.

При правильной, четкой организации занятия имеет хорошую общую и моторную плотность.

**Особенности методики обучения.** В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в танцевально-игровую гимнастику, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения гимнастическим упражнениям, танцам можно условно разделить на три этапа:

- начальный этап — обучение упражнению (отдельному движению);
- этап углубленного разучивания упражнения;
- этап закрепления и совершенствования упражнения.

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, опробывают упражнение.

Название упражнения, вводимое педагогом на начальном этапе, создает условия для формирования его образа, активизирует работу центральной нервной системы детей.

Показ упражнения или отдельного движения должен быть ярким, выразительным и понятным, желательно в зеркальном положении. В танцевально-игровой гимнастике показ упражнения является наиболее существенным звеном процесса обучения, особенно для дошкольников, где восприятие движений в большей степени связано со зрительным анализатором. Правильный показ создает образ-модель будущего движения, формирует представление о нем и о способе его выполнения.



Объяснение техники исполнения упражнения дополняет ту информацию, которую ребенок получил при просмотре. Объяснение должно быть образным и кратким, с использованием гимнастической терминологии. В дальнейшем, при проведении комплексов упражнений, краткая подсказка в виде термина сразу же воссоздает образ движения у обучаемых — они легко вспоминают отдельные элементы в общей композиции.

Первые попытки опробования упражнения имеют большое значение при дальнейшем формировании двигательного навыка. Ребенок впервые выполняет упражнение на основе тех представлений, которые он получил. Важно, чтобы между ощущениями первой попытки и уже создавшимся представлением об упражнении (на основе его названия, показа и объяснения) не было больших расхождений.

При обучении несложным упражнениям (например, основные движения руками, ногами, головой, туловищем, простейшие прыжки и др.) начальный этап обучения может закончиться уже на первых попытках. При обучении сложным движениям (например, разнонаправленные движения руками, ногами, головой в упражнениях танцевального характера) педагог должен выбрать наиболее рациональные методы и приемы дальнейшего формирования, представления о технической основе упражнения. Если упражнение можно разделить на составные части, целесообразно применять расчлененный метод. Например, изучить сначала движение только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнению.

Если упражнение нельзя разделить на составные части, применяется целостный метод обучения. В танцевально-игровой гимнастике его можно использовать, выполняя упражнение в медленном темпе и четком ритме, без музыкального сопровождения или под музыку, но на два, четыре, восемь и большее количество счетов.

Для начального обучения упражнения используются ориентиры, ограничители. Так, при перестроении в колонну по трое ориентиром для направляющих могут являться кегли, а при ходьбе «змейкой» ограничителями будут кубики.

Педагог, проводя занятие, должен использовать разнообразные методические приемы обучения двигательным действиям. Так, образные сравнения, приводимые педагогом в объяснении того или иного движения, помогают детям правильно его осваивать, так как создают у детей особое настроение, что вызывает желание активно действовать, сопереживать. Положительные эмоции при игровом обучении, похвала активизируют работу сердца, нервной системы ребенка. Нельзя вести обучение на фоне отрицательных эмоций. Необходимо увлекать, заинтересовать детей — только тогда обучение движениям будет эффективным.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основная задача этапа сводится к уточнению двигательных действий, пониманию закономерностей движения, усовершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения.

Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Количество повторений в одном занятии увеличивается по сравнению с предыдущим этапом.

Успех на этапе углубленного разучивания упражнения зависит от активности обучаемых. Повышению активности детей способствуют изменение условий выполнения упражнения, постановка определенных двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение. Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - «идеомоторной тренировки». В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем и без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения, уточнению его деталей, двигательных действий.

Только тогда, когда выполнение изучаемого упражнения отвечает характерным его особенностям, стилю исполнения, создает определенную школу движений, можно считать, что этап формирования основ двигательного навыка закончен.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом — соревновательной и игровой.

Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями. Здесь необходимо, совершенствуя качество исполнения упражнения, формировать индивидуальный стиль.

Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным лишь тогда, когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей. Только после этого данное упражнение можно применить с другими, ранее изученными упражнениями, в различных комбинациях, комплексах и танцах.

Направляющая и воспитывающая роль педагога состоит в формировании «школы движений», определенного стиля их выполнения, сознательного отношения к обучению. Это повышает интерес к занятиям любой сложности, стимулирует к активному и творческому труду.

### III. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

#### 3.1. Формы и режим занятий

Организация образовательного процесса регламентируется календарным графиком и расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются образовательным учреждением.

Занятия по дополнительной программе дополнительного образования детей проводятся во второй половине дня после дневного сна.

Продолжительность занятия для каждой возрастной группы разная и составляет: 15 минут (один академический час).

В качестве форм организации образовательного процесса по образовательной программе дополнительного образования детей применяются:

- *игры;*
- *танцевальные занятия;*
- *беседы;*
- *участие в конкурсах;*
- *выступления на праздниках, развлечениях;*
- *открытые занятия для родителей.*

**Вид детской группы:** Группа детей профильная, имеет постоянный состав.

**Особенности набора детей:** Набор детей производится в свободном порядке.

#### 3.2. Структура учебного плана «Игроритмика»

План рассчитан для детей второй младшей группы по обучению дошкольников хореографии, реализуется по Программе дополнительного образования детей художественно-эстетической направленности.

№ п/п	Программа дополнительных платных образовательных услуг	Вид занятий	Количество учебных месяцев	Кол-во учебных часов в неделю	Кол-во учебных групп	Итого часов в год
1	«Игроритмика» для детей 3-4 года	групповая	8	1	1	32

### 3.3. Форма сотрудничества с семьей

Организация работы с семьей строится на принципах сотрудничества, взаимопонимания и взаимопомощи. С целью расширения информационного поля и компетентности родителей по вопросам обучения приемам танцевальных движений, хореографии организуются следующие формы сотрудничества:

- презентации кружковой работы;
- индивидуальные беседы и консультации;
- презентации участие детей в конкурсах танца;
- организация «дней открытых дверей» (по желанию педагога и запросам родителей);
- организация итоговых мероприятий (в конце полугодия).

### 3.4. Учебно-тематический план

На данный период обучения предлагается определенный минимум умений, навыков по хореографии. На каждом этапе обучения дается материал по основным разделам хореографического искусства.

**Программа содержит следующие разделы:**

- Подготовительно-развивающие упражнения;
- Упражнения на полу (партерный экзерсис);
- Движения с предметами и игрушками;
- Танцевальные этюды, игры, танцы;
- Основы и элементы классического и народного танца.
- Репетиционная работа.

Месяц	Виды упражнения
-------	-----------------

<b>Октябрь</b>	Упражнения на полу.
<b>Ноябрь</b>	Движения с предметами и игрушками.
<b>Декабрь</b>	Танцевальные этюды, игры.
<b>Январь</b>	Упражнения на полу.
<b>Февраль</b>	Танцевальные элементы
<b>Март</b>	Движения с предметами и игрушками.
<b>Апрель</b>	Упражнения на полу.
<b>Май</b>	Танцевальные этюды, игры, танцы.

### Учебно - тематический план работы

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество компонентов непосредственно образовательной деятельности</b>	<b>В том числе практических</b>
<b>1 неделя</b>	Педагогический мониторинг	1	1
<b>2 неделя</b>	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Музыкально – подвижная игра «Найди своё место»	1	1
<b>3 неделя</b>	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Музыкально – подвижная игра «Найди своё место»	1	1
<b>4 неделя</b>	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка»	1	1
<b>2 неделя</b>	Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Строевые упражнения «Гусеница»	1	1

	Игроритмика «Горошина» Игровой самомассаж «Ладшки»		
<b>3 неделя</b>	Строевое упражнение «Хоровод» Игроритмика «Горошинка» Музыкально – подвижная игра «Нитка - иголка»	1	1
<b>4 неделя</b>	Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Игровой самомассаж «Ладшки»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Танцевальные шаги – шаг с подскоком, приставной шаг в сторону Строевое упражнение «Хоровод» Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки»	1	1
<b>2 неделя</b>	Ритмический танец «Танец сидя» Танцевальные шаги, пружинные полуприседы Акробатические упражнения	1	1
<b>3 неделя</b>	Игроритмика «Горошинка» Строевые упражнения «Шишки, жёлуди, орехи» Акробатические упражнения «Бревно» Музыкально – подвижная игра «Цапля и лягушки»	1	1
<b>4 неделя</b>	Общеразвивающие упражнения с султанчиками. Ритмический танец «Кузнечик» Акробатическое упражнение «Бревно» Музыкально – подвижная игра «Цапля и лягушки»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Строевые упражнения «Раздувайся пузырь» Танцевальные шаги - приставной шаг в сторону. Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Ритмический танец «Кузнечик»	1	1
<b>2 неделя</b>	Пальчиковая гимнастика «Фонарики» Строевые упражнения «Пузырь» Креативная гимнастика «Кто я» Акробатические упражнения	1	1

	«Буратино»		
<b>3 неделя</b>	Строевые упражнения – построение врассыпную Игроритмика «Весёлые ножки» Ритмический танец «Кузнечик» Подвижная игра «У медведя во бору»	1	1
<b>4 неделя</b>	Пальчиковая гимнастика «Фонарики» приставной шаг в сторону. Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Креативная гимнастика «Кто я» Подвижная игра «У медведя во бору»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Сюжетная игра – путешествие «На лесной опушке»	1	1
<b>2 неделя</b>	Строевые упражнения «Быстро по местам» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Если весело живётся»	1	1
<b>3 неделя</b>	Танцевально - ритмическая гимнастика «На крутом берегу» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Если весело живётся»	1	1
<b>4 неделя</b>	Строевые упражнения «Солнышко» Игроритмика «Громко – тихо» Ритмический танец «Если весело живётся»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Лодочка» Танцевально – ритмическая гимнастика «У оленя дом большой»	1	1
<b>2 неделя</b>	Сюжетная игра - путешествие «Весёлый экспресс»	1	1
<b>3 неделя</b>	Строевые упражнения «Солнышко» Танцевальные шаги – шаг с носка Ритмический танец «Галоп шестёрками»	1	1
<b>4 неделя</b>	Креативная гимнастика «Море волнуется раз...» Танцевально - ритмическая гимнастика «Песня Мурёнки» Игропластика «Улитка», «Морской лев», «Медуза»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Строевые упражнения «Солдатики»	1	1

	Игроритмика «Крылья» Музыкально – подвижная игра «Водяной» Креативная гимнастика «Создай образ»		
<b>2 неделя</b>	Музыкально – подвижная игра «Водяной» Танцевально - ритмическая гимнастика «Песня Мурёнки» Креативная гимнастика «Море волнуется раз...»	1	1
<b>3 неделя № 53, 54</b>	Сюжетная игра «Путешествие в морское царство»	1	1
<b>4 неделя</b>	Строевые упражнения «Каравай» Игроритмика «Тихо - громко» Ритмический танец «Танец утят» Музыкально - подвижная игра «Отгадай, чей голосок» Игровой самомассаж «Водичка»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Строевое упражнение «Солнышко» Музыкально - подвижная игра «Отгадай, чей голосок» Танцевально - ритмическая гимнастика «От улыбки»	1	1
<b>2 неделя</b>	Ритмический танец «Танец утят» Музыкально – подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод» Упражнение на дыхание	1	1
<b>3 неделя</b>	Пальчиковая гимнастика «Сорока – белобока» Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Лодочка» Танцевально – ритмическая гимнастика «У оленя дом большой»	1	1
<b>4 неделя</b>	Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Крылья» Музыкально – подвижная игра «Водяной» Креативная гимнастика «Создай образ»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
<b>1 неделя</b>	Игроритмика «Прятки» Ритмический танец «Танец утят» Музыкально – подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод»	1	1

	Упражнение на дыхание		
<b>2 неделя</b>	Игроритмика «Громко – тихо» Музыкально - подвижная игра «Мы – весёлые ребята» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод»	1	1
<b>3 неделя</b>	Сюжетная игра – путешествие «Поход в зоопарк»	1	1
<b>4 неделя</b>	Строевые упражнения «Лучики» Ритмический танец «Мы пойдём сначала вправо...» Музыкально - подвижная игра «Мы – весёлые ребята» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод» Конкурс – соревнование «Танцуй веселей, с нами вместе скорей!»	1	1
<b>Итого</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
	<b>Итого в год</b>	<b>36</b>	<b>36</b>

### 3.5. Характеристика разделов программы

**Раздел «Игроритмика»** является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяющих свободно, красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку, соответственно ее структурным особенностям, характеру, метру, ритму, темпу и другим средствам музыкальной выразительности. В этот раздел входят специальные упражнения для моугласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры.

**Раздел «Игрогимнастика»** служит основой для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Са – Фи – Дансе». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

**Раздел «Игротанцы»** направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость занимающимся. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и такие танцевальные формы, как историко-бытовой, народный, бальный, современный и ритмический танцы.



**В разделе «Танцевально – ритмическая гимнастика»** представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи программы. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

**Раздел «Игропластика»** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости занимающихся. Здесь используются элементы древних гимнастических движений и упражнения стретчинга, выполняемые в игровой сюжетной форме.

Использование данных упражнений, кроме радостного настроения и мышечной нагрузки, дают возможность ребенку вволю покричать, погримасничать, свободно выражая свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»** в программе служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

**Раздел «Игровой самомассаж»** является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»** содержит упражнения, применяемые практически на всех уроках, и являются ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально-игровой гимнастике.

**Раздел «Игры – путешествия» (или сюжетные занятия)** включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.

**Раздел «Креативная гимнастика»** предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных заданий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря этим занятиям создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощённости.

### **3.6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРОГРАММЕ «Игроритмика»**

Организуя занятия по хореографии, важно помнить, что для успешного овладения детьми умениями и навыками необходимо учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей, их желания и интересы.

Работа кружка «Игроритмика» позволяет систематически и последовательно решать задачи развития художественно-эстетических способностей. На занятиях используется музыкальное сопровождение, что способствует созданию ребенком хорошего настроения

#### **Условия реализации программы**

Программа может быть успешно реализована при наличии следующих материалов и оборудования:

- коврики;
- музыкальное сопровождение;
- зеркала;
- ленточки для танца;
- платочки.

### **3.7. Перечень нормативных и нормативно-методических документов**

Дополнительная образовательная программа «Игроритмика» разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми документами по дошкольному воспитанию: с международными правовыми актами:

- Конвенцией о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989, вступила в силу для СССР от 15.09.1990);

Законами РФ и документами Правительства РФ:

- ст.30 Конституция РФ ст.7, 9, 12, 14, 17, 18, 28, 32, 33
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;

Документами Федеральных служб:

- «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций». СанПиН 2.4.1.3049-13» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26);
- Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»

### **3.8. Перечень литературных источников**

1. А.И. Буренина «Ритмическая мозаика», Санкт – Петербург 2000.

2. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «Фитнес – Данс», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина «СА – ФИ – ДАНСЕ», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО-ПРЕСС» 2007.
4. Е.М. Гельфан «Игры и упражнения для маленьких и больших», Москва 1961.
5. Л. Минеева «Музыка бальных танцев», Санкт – Петербург «Композитор» 2002.
6. Н.А. Фомина «Сюжетно – ролевая ритмическая гимнастика», Москва «Детский сад – 2100» 2005.
7. Г. Франио, И. Лифиц «Методическое пособие по ритмике», Москва «Музыка» 1987.
8. Г. Вихарева «Играем с малышами», Санкт – Петербург «Композитор» 2007.
9. О.А. Вайнфельд, А.А. Талдыкин «Музыка, движение, фантазия!», Санкт – Петербург «ДЕТСТВО – ПРЕСС» 2002.
10. В.Г. Фролов, Г.Л. Юрко «Физкультурные занятия с детьми дошкольного возраста», Москва «Просвещение» 1983г.

**Календарно-тематическое планирование работы с детьми по танцевально-игровой гимнастике  
(3-4 года)**

№	Месяц	Тема	Содержание образовательной деятельности	Средства обучения/ материал
1		Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Музыкально – подвижная игра «Найди своё место»	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). <b>Игроритмика.</b> Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»). Построение в рассыпную. <b>Общеразвивающие упражнения без предмета.</b> Основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку. <b>Танцевальные шаги.</b> Шаг с носка, на носках. <b>Музыкально-подвижная игра «Найди свое место»</b> <b>Игровой самомассаж.</b> Поглаживание рук и ног в образно- игровой форме.	
2		Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Музыкально – подвижная игра «Найди своё место»	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). <b>Игроритмика.</b> Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»). Построение в рассыпную. <b>Общеразвивающие упражнения без предмета.</b> Основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку. <b>Танцевальные шаги.</b> Шаг с носка, на носках. <b>Музыкально-подвижная игра «Найди свое место»</b> <b>Игровой самомассаж.</b> Поглаживание рук и ног в образно - игровой форме.	
3		Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Музыкально подвижная игра «Нитка - иголка»	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики»). <b>Игроритмика.</b> Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»). Построение в рассыпную. <b>Танцевальные шаги.</b> Шаг с носка, на носках. <b>Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка».</b> Играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Руководитель-водящий встает впереди: он — «иголка», дети — «нитка».	

			Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Водящего можно менять. Игра выполняется под музыку и без нее.	
--	--	--	--	--

№	Месяц	Тема	Содержание образовательной деятельности	Средства обучения/ материал
4	Октябрь	Строевое упражнение «Солдатики» Игроритмика «Горошинки» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка»	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в шеренгу и колонну по команде (образно - двигательные действия «солдатики»). <b>Игроритмика.</b> Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»). Построение в рассыпную. <b>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</b> Поднимание рук — на вдохе. Свободное опускание рук — на выдохе. <b>Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка».</b> Играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Руководитель-водящий встает впереди: он — «иголка», дети — «нитка». Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Водящего можно менять. Игра выполняется под музыку и без нее.	
5		Танцевальные шаги «Шаг с носка, на носках» Строевые упражнения «Гусеница» Игроритмика «Горошина» Игровой самомассаж «Ладочки»	<b>Танцевальные шаги.</b> Шаг с носка, на носках. <b>Строевые упражнения «Гусеница»</b> Передвижение в сцеплении за руки. <b>Игроритмика.</b> Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»). Построение в рассыпную. <b>Игровой самомассаж.</b> Поглаживание рук и ног в образно- игровой форме.	
6		Строевое упражнение «Хоровод» Игроритмика «Горошинка» Музыкально – подвижная игра «Нитка - иголка»	<b>Строевые упражнения.</b> Повторить уроки 1—2. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом — «Хоровод»; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. <b>Игроритмика.</b> Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»). Построение в рассыпную. <b>Музыкально подвижная игра «Нитка — иголка».</b> Играющие строятся в шеренгу, берутся за руки и поворачиваются в колонну. Руководитель-водящий встает впереди: он — «иголка», дети — «нитка».	муз. Б. Карамышев а, «Русский лирический »

			Куда иголка идет — туда и нитка тянется. Руководитель ведет детей по залу, что-то обходит, где-то проползает, идет «змейкой» по кругу и т.д. Водящего можно менять. Игра выполняется под музыку и без нее.	
7		Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Игровой самомассаж «Ладочки»	<b>Акробатические упражнения.</b> Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках. <b>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</b> Поднимание рук — на вдохе. Свободное опускание рук — на выдохе. <b>Игровой самомассаж.</b> Поглаживание рук и ног в образно - игровой форме.	

№	Месяц	Тема	Содержание образовательной деятельности	Средства обучения/ материал
8	Ноябрь	Танцевальные шаги – шаг с подскоком, приставной шаг в сторону Строевое упражнение «Хоровод» Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки»	<b>Танцевальные шаги.</b> Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. <b>Строевые упражнения.</b> Повторить уроки 1—2. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом — «Хоровод»; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра. <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> «У оленя дом большой». <b>Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки».</b> Все играющие — лягушки, а один человек — цапля (стоит посередине круга). Под веселую музыку лягушки начинают прыгать, квакать, веселиться. Как только музыка прекращается, лягушки приседают и не двигаются. Тех, кто пошевелится, цапля забирает к себе, и они помогают ей ловить остальных лягушек. Игра проводится несколько раз. Самые осторожные объявляются царевнами-лягушками. Выделяется лучшая цапля.	французская народная песня «Большой олень», И. Мазнина, А. Фомина
9		Ритмический танец «Танец сидя» Танцевальные шаги, пружинные полуприседы Акробатические упражнения	<b>Ритмический танец «Танец сидя».</b> Веселый танец-игра выполняется под музыку любой польки. Все участники танца сидят на стульях, перед ними — ведущий. Он показывает движения, которые все ребята повторяют, предварительно не разучивая. Первые два раза можно комментировать движения какими-либо словами-подсказками. С каждым разом темп исполнения убыстряется. Важно	

			<p>сделать все движения точно, красиво и ничего не перепутать.</p> <p><b>Танцевальные шаги.</b> Пружинные полуприседы.</p> <p><b>Акробатические упражнения.</b> Перекаты в положении лежа, руки вверх («бревно») и в седе на пятках с опорой на предплечья</p>	
10	<p>Игроритмика «Горошинка»</p> <p>Строевые упражнения «Шишки, жёлуди, орехи»</p> <p>Акробатические упражнения «Бревно»</p> <p>Музыкально – подвижная игра «Цапля и лягушки»</p>	<p><b>Игроритмика.</b> Хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»).</p> <p>Построение в рассыпную.</p> <p><b>Строевые упражнения.</b> Перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам («Шишки, желуди, орехи» — образно-двигательные действия).</p> <p><b>Акробатические упражнения.</b> Перекаты в положении лежа, руки вверх («бревно») и в седе на пятках с опорой на предплечья.</p> <p><b>Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки».</b></p> <p>Все играющие — лягушки, а один человек — цапля (стоит посередине круга). Под веселую музыку лягушки начинают прыгать, квакать, веселиться. Как только музыка прекращается, лягушки приседают и не двигаются. Тех, кто пошевелится, цапля забирает к себе, и они помогают ей ловить остальных лягушек. Игра проводится несколько раз. Самые осторожные объявляются царевнами-лягушками. Выделяется лучшая цапля.</p>		
11	<p>Общеразвивающие упражнения с султанчиками.</p> <p>Ритмический танец «Кузнечик»</p> <p>Акробатическое упражнение «Бревно»</p> <p>Музыкально – подвижная игра «Цапля и лягушки»</p>	<p><b>Общеразвивающие упражнения с предметом.</b> Упражнения с погремушками, султанчиками, хлопками.</p> <p><b>Ритмический танец «Кузнечик».</b></p> <p><b>Акробатические упражнения.</b> Перекаты в положении лежа, руки вверх («бревно») и в седе на пятках с опорой на предплечья.</p> <p><b>Музыкально-подвижная игра «Цапля и лягушки».</b></p> <p>Все играющие — лягушки, а один человек — цапля (стоит посередине круга). Под веселую музыку лягушки начинают прыгать, квакать, веселиться. Как только музыка прекращается, лягушки приседают и не двигаются. Тех, кто пошевелится, цапля забирает к себе, и они помогают ей ловить остальных лягушек. Игра проводится несколько раз. Самые осторожные</p>	<p>«Песня о кузнечике», на муз. В. Шаинского</p>	

			объявляются царевнами-лягушками. Выделяется лучшая цапля.	
12	Декабрь	Строевые упражнения «Раздувайся пузырь» Танцевальные шаги - приставной шаг в сторону. Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Ритмический танец «Кузнечик»	<b>Строевые упражнения</b> «Раздувайся пузырь» <b>Танцевальные шаги.</b> Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> «У оленя дом большой». Упражнение с погремушками, султанчиками или хлопками Построение лицом в круг, предмет в руках. <b>Ритмический танец</b> «Кузнечик».	Французская народная песня «Большой олень», И. Мазнина, А. Фомина «Песня о кузнечике», на муз. В. Шаинского
13		Пальчиковая гимнастика «Фонарики» Строевые упражнения «Пузырь» Креативная гимнастика «Кто я» Акробатические упражнения «Буратино»	<b>Пальчиковая гимнастика «Фонарики»</b> <b>Строевые упражнения «Раздувайся пузырь»</b> <b>Креативная гимнастика.</b> Творческая игра «Кто я?» Назначается водящий. Играющие разбегаются по площадке. Звучит музыка. Руководитель дает задание вспомнить, кто живет в море. Дети придумывают фигуры (рыбы, крабы и т.д.) и замирают в выбранной позе. Музыка прекращается. Водящий должен угадать, кого дети изобразили, и выбрать лучшую фигуру. Задания могут быть различными: изобразить птиц, лесных жителей и т.д. <b>Акробатические упражнения.</b> Комбинация в образно-двигательных действиях. Группировка лежа на спине («качалочка»); перекатом вперед сед на ноги врозь («Буратино»), лечь на спину, руки вверх («бровнышко») — перекаты вправо (влево)	
14		Строевые упражнения – построение в рассыпную Игроритмика «Весёлые ножки» Ритмический танец «Кузнечик» Подвижная игра «У медведя во бору»	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в рассыпную. <b>Игроритмика.</b> Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта (счет 1 и 3 при музыкальном размере 4/4) ударом ноги или хлопком, сидя на стуле. <b>Ритмический танец</b> «Кузнечик». <b>Подвижная игра</b> «У медведя во бору».	«Песня о кузнечике», на муз. В. Шаинского
15		Пальчиковая гимнастика «Фонарики» приставной шаг в сторону. Танцевально - ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Креативная гимнастика	<b>Пальчиковая гимнастика «Фонарики»</b> <b>Танцевальные шаги.</b> Приставные шаги в сторону. Шаг с небольшим подскоком. <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> «У оленя дом большой». <b>Креативная гимнастика.</b> Творческая игра «Кто я?»	



		«Кто я» Подвижная игра «У медведя во бору»	Назначается водящий. Играющие разбегаются по площадке. Звучит музыка. Руководитель дает задание вспомнить, кто живет в море. Дети придумывают фигуры (рыбы, крабы и т.д.) и замирают в выбранной позе. Музыка прекращается. Водящий должен угадать, кого дети изобразили, и выбрать лучшую фигуру. Задания могут быть различными: изобразить птиц, лесных жителей и т.д. <b>Подвижная игра «У медведя во бору».</b>	
16	Январь	Сюжетная игра – путешествие «На лесной опушке»	<b>Цель:</b> Совершенствовать выполнение танца «Кузнечик». Закрепить выполнение комплекса танцевально-ритмической гимнастики «У оленя дом большой». Содействовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве. Дети входят в зал под музыку «Песенка о лете» <b>Перестроение в шеренгу.</b> <b>1. «Поход»</b> — различные передвижения шагом, прыжками, с махами руками и т.д. по сюжету. Движение детей сопровождается речитативом, читаемым педагогом. <b>2. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «У оленя дом большой».</b> <b>3. Комплекс общеразвивающих упражнений</b> типа зарядки сопровождается речитативом <b>4. Проводится игра «Цапля и лягушки».</b> <b>5. Проводится танец «Кузнечик».</b> <b>6. Проводится игра «У медведя во бору».</b> <b>7. Подведение итогов.</b> Организованный выход под музыку. <i>Примечание.</i> Вместо игры «Цапля и лягушки» или «У медведя во бору» в сюжетном занятии можно разучить новую игру «Зайчики и волк».	«Песенка о лете», Е. Крылатова Ю. Энтина
17		Строевые упражнения «Быстро по местам» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Если весело живётся»	<b>Строевые упражнения.</b> «Быстро по местам!» (для закрепления строевых действий). Дети стоят в шеренге (колонне, круге). По сигналу педагога «На прогулку!» все разбегаются, играют самостоятельно, можно под музыку. По сигналу «Быстро по местам!» дети занимают свои прежние места в шеренге (колонне, круге). Занявшие свои места последними проигрывают. Педагог может менять направление, например, повернуть шеренгу (колонну) кругом или дать	

			команду встать спиной к центру круга. <b>Игроритмика.</b> Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4; счет 1 при музыкальном размере 2/4). <b>Ритмический танец «Если весело живется...».</b> Все стоят в кругу или идут за ведущим со словами, выполняя различные танцевальные движения.	
18		Танцевально - ритмическая гимнастика «На крутом бережку» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Если весело живётся»	<b>Танцевально-ритмическая гимнастика «На крутом бережку».</b> <b>Игроритмика.</b> Акцентированная ходьба с махом руками вниз на сильную долю такта (счет 1 или 3 при музыкальном размере 4/4; счет 1 при музыкальном размере 2/4). <b>Ритмический танец «Если весело живется...».</b> Все стоят в кругу или идут за ведущим со словами, выполняя различные танцевальные движения.	«На крутом бережку», Б. Савельева, А. Хайта, из мультфильма «Приключени я кота Леопольда».
19		Строевые упражнения «Солнышко» Игроритмика «Громко – тихо» Ритмический танец «Если весело живётся»	<b>Строевые упражнения «Солнышко»</b> <b>Игроритмика «Громко – тихо».</b> Различие динамики звука «громко - тихо». На громкую музыку - увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку - уменьшение круга шагами вперед к центру. <b>Ритмический танец «Если весело живется...».</b> Все стоят в кругу или идут за ведущим со словами, выполняя различные танцевальные движения.	
20	Февраль	Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Лодочка» Танцевально – ритмическая гимнастика «У оленя дом большой»	<b>Игропластика.</b> Специальные упражнения для развития силы мышц. Упор лежа прогнувшись («змея»). Лежа на спине, руки вверх — принять группировку «ежик». <b>Пальчиковая гимнастика.</b> Выполнение фигурок из пальчиков: « <i>бинокль</i> » - О-образное соединение пальцев каждой руки и соединение рук перед глазами; « <i>лодочка</i> » - соединение мизинцев и «ребра» ладоней обеих рук; « <i>цепочка</i> » - кольцеобразное соединение указательного и большого пальцев одной руки с указательным и большим пальцами другой руки. <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> «У оленя дом большой».	
21		Сюжетная игра - путешествие	<b>Цель:</b> Научить детей различать динамические оттенки «громко —	«Голубой вагон», В.

		«Весёлый экспресс»	тихо». Совершенствовать выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «На крутом бережку». Повторить ритмический танец «Если весело живется». Воспитывать организованность, дисциплинированность, доброту.	Шаинский, А. Тимофеевский.
22		Строевые упражнения «Солнышко» Танцевальные шаги – шаг с носка Ритмический танец «Галоп шестёрками»	<b>Строевые упражнения «Солнышко»</b> <b>Танцевальные шаги.</b> Композиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком. <b>Ритмический танец</b> «Галоп шестёрками» на приставном шаге.	Муз. «Йоксуполька»
23		Креативная гимнастика «Море волнуется раз...» Танцевально - ритмическая гимнастика «Песня Мурёнки» Игропластика «Улитка», «Морской лев», «Медуза».	<b>Креативная гимнастика</b> «Море волнуется». Игра направлена на развитие воображения и двигательной памяти. Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Они размахивают руками вперед-назад, произнося слова. После слова «Замри!» дети принимают какую-нибудь позу (можно заранее оговорить). Преподаватель отмечает детей, принявших наиболее красивые и оригинальные позы. <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> Построение в рассыпную. «Песня Мурёнки» <b>Игропластика.</b> Специальные упражнения для развития гибкости - морские фигуры: «улитка» - упор лежа на спине, касание ногами за головой; «морской лев» - упор сидя между пятками, колени врозь; «медуза» - сед ноги врозь с наклоном вперед до касания руками стопы;	М. Пляцковский, Ю. Антонов, «Приключения кузнечика Кузи»
24	Март	Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Крылья» Музыкально – подвижная игра «Водяной» Креативная гимнастика «Создай образ»	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики») <b>Игроритмика «Крылья».</b> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. <b>Музыкально-подвижная игра «Водяной».</b> Игра направлена на развитие быстроты и ловкости. Начертить круг - озеро. Играющие бегают вокруг озера. Водящий бегают в круге и ловит играющих, которые близко подходят к берегу. При этом водящему нельзя выходить за линию круга. Пойманные становятся в круг и помогают водящему ловить игроков.	«Песня Водяного», М. Дунаевского

25		Музыкально – подвижная игра «Водяной» Танцевально - ритмическая гимнастика «Песня Мурёнки» Креативная гимнастика «Море волнуется раз...»	<b>Музыкально-подвижная игра</b> «Водяной». Игра направлена на развитие быстроты и ловкости. Начертить круг - озеро. Играющие бегают вокруг озера. Водящий бегают в круге и ловит играющих, которые близко подходят к берегу. При этом водящему нельзя выходить за линию круга. Пойманные становятся в круг и помогают водящему ловить игроков. <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> Построение в рассыпную. «Песня Мурёнки» <b>Креативная гимнастика</b> «Море волнуется». Игра направлена на развитие воображения и двигательной памяти. Дети стоят лицом в круг, взявшись за руки. Они размахивают руками вперед-назад, произнося слова. После слова «Замри!» дети принимают какую-нибудь позу (можно заранее оговорить). Преподаватель отмечает детей, принявших наиболее красивые и оригинальные позы.	«Песня Водяного», М. Дунаевского
26		Сюжетная игра «Путешествие в морское царство»	<b>Цель:</b> Закрепить выполнение упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Песня Мурёнки». Повторить ритмический танец «Галоп шестерками». Способствовать развитию ловкости, координации движений, мышечной силы и гибкости. Содействовать развитию воображения и творческих способностей. <b>1.</b> Дети организованно входят под песню <b>2. Игра</b> «Водяной» <b>3. Выполнение комплекса упражнений игропластики</b> на морскую тематику упражнений <b>4. Игра</b> «Море волнуется» <b>5. Упражнения танцевально-ритмической гимнастики</b> «Песня Мурёнки». <b>6. Танец</b> «Галоп шестерками». <b>7. Затем «купание»</b> — дети изображают игры на воде (под музыку). Вдоволь накупавшись, дети выходят из воды и ложатся на прогретый солнцем песок пляжа. Закрывают глаза от яркого солнца. Раскидывают в приятной лени руки и ноги. Отдыхают <b>8. Подводят итоги</b> путешествия и отправляются под музыку домой.	«Синяя вода», В. Шаинского, Ю. Энтина «Песня Водяного», М. Дунаевского
27		Строевые упражнения	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в	Французская

		<p>«Каравай» Игроритмика «Тихо - громко» Ритмический танец «Танец утят» Музыкально - подвижная игра «Отгадай, чей голосок» Игровой самомассаж «Водичка»</p>	<p>круг и передвижение по кругу в сцеплении. <b>Игроритмика.</b> Различие динамики звука «громко — тихо». Под громкую музыку — ходьба, акцентируя шаг, под тихую музыку — ходьба в полуприседе — крадучись. Выполнение ОРУ под музыку с акцентом на сильную долю такта — основного движения (наклона, приседа и т.д.). <b>Ритмический танец</b> «Танец утят» <b>Музыкально-подвижная игра</b> «Отгадай, чей голосок?» Все играющие образуют круг. В центре круга — водящий с закрытыми глазами. Дети, держась за руки, идут по кругу вправо (влево) и произносят: «Вот построили мы круг, повернемся разом вдруг (дети поворачиваются в другую сторону). А как скажем: «Скок, скок, скок», — отгадай, чей голосок?». Слова «скок, скок, скок» говорит один ребенок. Когда сказаны все слова, водящий открывает глаза и старается отгадать, кто сказал слова «скок, скок, скок». Если отгадает, то тот, кто говорил, становится водящим. <b>Игровой самомассаж.</b> Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме («Ладочки - мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги»).</p>	<p>народная песня</p>
28		<p>Строевое упражнение «Солнышко» Музыкально - подвижная игра «Отгадай, чей голосок?» Танцевально - ритмическая гимнастика «От улыбки»</p>	<p><b>Строевые упражнения</b> «Солнышко» <b>Музыкально-подвижная игра</b> «Отгадай, чей голосок?» <b>Танцевально-ритмическая гимнастика</b> «От улыбки» <b>Игровой самомассаж.</b> Поглаживание рук и ног в образно- игровой форме («Ладочки-мочалка», «Смываем водичкой руки, ноги»).</p>	<p>Песня «От улыбки», В. Шаинского, М. Пляцковского</p>
29	Апрель	<p>Ритмический танец «Танец утят» Музыкально – подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод» Упражнение на дыхание</p>	<p><b>Ритмический танец</b> «Танец утят» <b>Музыкально-подвижная игра</b> «Попрыгунчики-воробышки». На земле (на полу) обозначен круг. В центре круга водящий — ворона. За линией круга все играющие воробы. Они впрыгивают в круг, прыгают по кругу, выпрыгивают из него. Ворона старается поймать воробушка, когда тот находится в кругу. Пойманный становится водящим. <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> Упражнение «Хоровод» Имитационно-образные упражнения на дыхание <b>«насос»:</b> 1 - 4 - на вдохе через нос руки поднять</p>	<p>Французская народная песня</p>

			до уровня груди, ладонями вниз; 5 - 8 - на выдохе через рот руки вниз, ладонями вниз. Повторить 3 - 4 раза.	
30		Пальчиковая гимнастика «Сорока – белобока» Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Лодочка» Танцевально – ритмическая гимнастика «У оленя дом большой»	<b>Игры-потешки</b> «Сорока-белобока». <b>Игропластика «Змея»</b> - упор, лежа на бедрах, поворот головы налево— направо (змея шипит). <b>Пальчиковая гимнастика «Лодочка»</b> <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> «У оленя дом большой».	
31		Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Крылья» Музыкально – подвижная игра «Водяной» Креативная гимнастика «Создай образ»	<b>Строевые упражнения.</b> Построение в шеренгу и колонну по команде (образно-двигательные действия «солдатики») <b>Игроритмика «Крылья».</b> Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет. <b>Музыкально-подвижная игра «Водяной».</b> Игра направлена на развитие быстроты и ловкости. Начертить круг - озеро. Играющие бегают вокруг озера. Водящий бегают в круге и ловит играющих, которые близко подходят к берегу. При этом водящему нельзя выходить за линию круга. Пойманные становятся в круг и помогают водящему ловить игроков. <b>Креативная гимнастика «Создай образ».</b> Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа. При проведении игры педагог может предложить одно или несколько заданий: в качестве любого персонажа: подкрадываться к спящему зверю (зайцу, медведю, волку), пройти по камешкам через ручей; ловить бабочку или муху; изобразить прогулку семейства трех медведей, но так, чтобы все три медведя вели себя и действовали по-разному.	«Песня Водяного», М. Дунаевского
32	Май	Игроритмика «Прятки» Ритмический танец «Танец утят» Музыкально – подвижная игра «Попрыгунчики – воробушки» Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод» Упражнение на дыхание	<b>Игроритмика «Прятки».</b> Под громкую музыку дети хлопают в ладоши в такт; под тихую музыку принимают присев в группировке - «прячутся». <b>Ритмический танец «Танец утят».</b> <b>Музыкально-подвижная игра «Попрыгунчики-воробушки».</b> <b>Танцевально-ритмическая гимнастика.</b> Упражнение «Хоровод»	Песня «От улыбки», В. Шаинского, М. Пляцковского

				Песня «От улыбки», В. Шаинского, М. Пляцковского
--	--	--	--	--