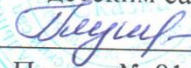


Комитет образования администрации города Котовска  
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 3 «Сказка» города Котовска Тамбовской области

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
МБДОУ детского сада № 3 «Сказка»  
от «29» августа 2025 г.  
Протокол № 1

«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ  
детским садом № 3 «Сказка»  
 /А.В. Глушенкова/  
Приказ № 81 от 01 сентября 2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
художественной направленности  
«РИТМОПЛАСТИКА»  
(стартовый уровень)**

Возраст обучающихся: 5 – 6 лет  
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:  
Попова Марина Владимировна,  
музыкальный руководитель



## 1.ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

|                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1.Учреждение</b>                                                   | Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 3 «Сказка» города Котовска Тамбовской области                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>2. Полное название программы</b>                                   | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа художественной направленности «Ритмопластика»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>3. Сведения об авторах:</b><br>3.1.Ф.И.О.,<br>должность, категория | Попова Марина Владимировна, музыкальный руководитель I категории.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>4. Сведения о программе</b><br>4.1.Нормативная база                | <p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).</p> <p>Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629).</p> <p>Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями).</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».</p> <p>Положение о правилах оказания дополнительных платных образовательных услуг в МБДОУ детском саду № 3 «Сказка» (Приказ от 10.01.2022 № 4)</p> |
| 4.2. Область применения                                               | Дополнительное образование детей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 4.3 Направленность                                                    | Художественная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 4.4 Уровни освоения программы                                         | «Стартовый» (ознакомительный)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4.5. Тип программы                                                    | Модифицированная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 4.6. Вид программы                                                    | Общеразвивающая                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 4.7 Форма обучения                                                    | Очная                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 4.8. Возраст учащихся по программе                                    | Старший дошкольный возраст 5-6 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 4.9.Продолжительность обучения                                        | 1 учебный год (9 месяцев)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## **Блок №1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ритмопластика»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Общеразвивающая программа дополнительного образования «Ритмопластика» (далее – Программа) для детей 5-6 лет разработана на основе программы «Ритмическая мозаика», разработанной на кафедре психологии и педагогики детства ЛОИРО А.И.Бурениной (2012г.). В данной программе предлагается дальнейшее развитие идеи использования музыкально-ритмических движений как средства психологического раскрепощения ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного инструмента.

**Направленность Программы** – художественная. Воспитывает художественный вкус, художественные способности и склонности детей к искусству, творческий подход, эмоциональное восприятие, готовит ребёнка к постижению разнообразного мира искусства, формирование стремления ребёнка к воспроизведению своих впечатлений от окружающего мира посредством танцевальных движений, психологическому раскрепощению ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного (музыкального) инструмента.

**Уровень освоения программы:** стартовый (ознакомительный). Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

### **Организационная модель проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**Актуальность программы:** К числу наиболее актуальных проблем относится недостаток двигательной активности детей, что чревато серьезными проблемами в области здоровья. Сегодня 75% детей страдает гиподинамией, из-за этого увеличивается число сердечных заболеваний, нарушение функций нервной и других систем детского организма, не говоря уже о других заболеваниях. Актуальностью программы «Ритмопластика» является то, что она служит дополнительным резервом двигательной активности детей, источником их здоровья, радости, повышения работоспособности, разрядки умственного и психологического напряжения и, следовательно, одним из условий подготовки к учебной деятельности в школе. Занятия ритмопластикой благотворно воздействуют на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма.

**Педагогическая целесообразность:** педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что она носит комплексный характер, так как включает в себя дисциплины, направленные на развитие различной деятельности (музыкальной, эстетической, интеллектуальной, физической). Другими словами, программа по ритмопластике направлена на общее гармоничное психическое развитие, духовное и физическое развитие, а ее содержание и формы работы могут конкретизироваться в зависимости от возможностей детей.

### **Отличительная особенность программы.**

Данная Программа составлена на основе программ:

- А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»;
- Т.И.Суворовой «Танцевальная ритмика для детей».

Содержание Программы соответствует целям, задачам и направлениям деятельности учреждения, закрепленным в нормативно-правовых документах: Уставе, Лицензии, Программе развития и обеспечивает единство воспитательных, развивающих и обучающих целей и задач процесса образования детей дошкольного возраста.

Специфика предполагаемой деятельности детей обусловлена тем, что на занятиях педагогом используются специальные упражнения, которые способствуют формированию правильной осанки и укреплению здоровья. Моделирование занятий строится согласно данной программе. Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу повышенную заинтересованность со стороны детей, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

**Адресат программы:** Программа адресована обучающимся в возрасте 5-6 лет. Дети данного возраста отличаются тем, что уже могут строить свое поведение, придерживаясь роли. Поэтому они с удовольствием изображают различные образы и импровизируют. Это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, но теперь ребенок желает показать себя миру. Здесь очень важно выстраивать занятия так, чтобы дети могли проявить себя, обязательно хвалить их и отмечать, что ребенок старается, выполняет упражнение или движение правильно.

**Условия набора обучающихся:** для обучения принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний); по заявлению родителей (законных представителей).

**Количество обучающихся:** состав группы от 12-15 человек.

**Объем и срок освоения программы:** Программа рассчитана на 1 год обучения, что составляет 9 календарных месяцев, 36 академических часов.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий:** Программа реализуется 1 раз в неделю во второй половине дня. Продолжительность занятий обусловлена требованиями СанПиН и составляет 1 академический час - 25 минут для детей 5-6 лет.

**Форма занятий:**

- по количеству детей - групповая, фронтальная.
- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей - беседа, практикум, конкурс, фестиваль, итоговый концерт.

Занятия по программе состоят из теоретической и практической части.

**Методы и приемы:**

- наглядно – зрительные приемы (показ техники выполнения упражнений, использование наглядных пособий и зрительные ориентиры);
- тактильно – мышечные приемы (непосредственная помощь педагога);
- объяснения, пояснения, указания;
- вопросы к детям и поиск ответов;
- образный сюжетный рассказ, беседа;
- словесные указания.
- слушание музыкальных произведений;
- выполнение и повторение упражнений без изменений и с изменениями;
- выполнение упражнений в игровой форме; - выполнение упражнений в соревновательной форме.
- самостоятельное выполнение упражнений на детском спортивном оборудовании в свободной игре.
- показ исполнения композиций детьми (выбор ведущих вместо педагога - по очереди или по желанию);
- показ упражнения условными жестами, мимикой;
- «провокации», то есть специальные ошибки педагога при показе с целью активизации внимания детей и побуждения к тому, чтобы они заметили и исправили ошибку.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Реализуется в объединении по интересам с постоянным составом. Занятия проводятся в группе общеразвивающей направленности детей от 5 до 6 лет. Набор в группы осуществляется на основе свободного выбора дополнительной образовательной программы. Прием заявлений о зачислении в объединение по интересам осуществляется в течение всего учебного года.

**Форма занятий:** групповая.

## **1.2. Цели и задачи программы**

**ЦЕЛЬ:** развитие у детей старшего дошкольного возраста творческих способностей, совершенствование двигательных умений и навыков средствами танцевального искусства и ритмопластики, повышение общекультурного уровня.

### **ЗАДАЧИ:**

#### *Образовательные:*

- Научить детей владеть своим телом, обучить культуре движения, пластике, выразительности движений;
- Научить детей слушать музыку, понимать ее настроение, характер, передавать их танцевальными движениями;
- Формировать умение ориентироваться в пространстве;
- Формировать правильную постановку корпуса, рук, ног, головы;
- Побуждать к импровизации под музыку, сочинению собственных композиций из знакомых движений, придумыванию своих оригинальных движений в импровизации;
- Прививать любовь к прекрасному, трудолюбие, самостоятельность, целеустремленность, умение работать в коллективе и в парах.

#### *Развивающие:*

- Развивать творческие способности детей;
- Развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- Развивать воображение, фантазию, умения самостоятельно находить свои оригинальные движения, то есть побуждать детей к творчеству;
- Развивать координацию, гибкость, пластичность, выразительность и точность движений; умение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, динамикой;
- Развивать чувство ритма, темпа, координации и свободы движений.

#### *Воспитательные:*

- Воспитание у детей активности и самостоятельности, коммуникативных способностей;
- Формирование общей культуры личности ребенка, способности ориентироваться в современном обществе;
- Формирование нравственно-эстетических отношений между детьми и взрослыми, воспитание умения работать в паре, коллективе;
- Воспитание у детей интереса к занятиям хореографией путем создания положительного эмоционального настроения;
- Формирование координации и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- Формирование психологического раскрепощения ребенка;
- Формирование навыков здорового образа жизни.

#### *Формы подведения итогов реализации программы:*

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе,
- спортивные и музыкальные развлечения и праздники в детском саду,
- участие в районных и городских мероприятиях, конкурсах.

*Организация образовательного процесса:*

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

**Подготовительная часть занятия** занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, общеразвивающие упражнения); ритмика; музыкально-подвижные игры; танцы (танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы); танцевально-ритмическая гимнастика.

**Основная часть занятия** занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей.

**Заключительная часть занятия** длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

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

**Технологии реализации содержания Программы.**

Для успешной реализации Программы и создания атмосферы радостного проживания дошкольного детства на занятиях ритмопластикой используются следующие технологии:

- *здоровьесберегающие*: физминутка ( пальчиковая, дыхательная, пассивная, артикуляционная гимнастика, гимнастика для глаз), динамические паузы; упражнения для правильного распределения мышечной нагрузки на различные части тела;
- *игровые*: речевые, музыкальные, музыкально – дидактические игры, подвижные игры, совместные игры со взрослыми;
- *лично – ориентированные* – для выявления инициативности и самостоятельности ребенка в воплощении художественного замысла, используя его индивидуальные способности, для создания ситуации успеха, поощрения проявлений детской непосредственности;
- *информационно – коммуникативные* – для создания благоприятного эмоционального фона, для регуляции настроения детей;
- *исследовательские* - создание ситуации и пути ее решения (3 этапа: 1 – поиск средств анализа проблемы, 2 – процесс решения проблемы - поиск идеи

решения в различных источниках знаний, 3 – доказательство и проверка реализация найденного решения);

- *ТРИЗ* – теория решения изобретательских задач – развитие мышления, гибкости, подвижности, системности, поисковой активности, развитие речи и творческого воображения, умения радоваться успехам других, проявление своей индивидуальности.

### 1.3. Содержание программы

*Учебно-тематический план (старшая группа 5-6 лет)*

| №<br>п/п      | Название раздела/темы                               | Количество часов |          |           | Формы контроля                                                                                                                     |
|---------------|-----------------------------------------------------|------------------|----------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                                                     | Всего            | Теория   | Практика  |                                                                                                                                    |
| 1.            | Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности | 1                | 0,5      | 0,5       | Предварительная диагностика, беседа.                                                                                               |
| 2.            | Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.      | 7                | 1        | 6         | Педагогическое наблюдение за исполнением разминки и ритмической гимнастики.                                                        |
| 3.            | Партерная гимнастика.                               | 6                | 1,5      | 4,5       | Наблюдение с занесением в диагностическую карту; исполнение упражнений партерной гимнастики на открытом занятии, отзывы родителей. |
| 4.            | Танцевальные движения.                              | 8                | 2        | 6         | Фото, видео материалы, исполнение танцев на открытом занятии, отзывы родителей.                                                    |
| 5.            | Музыкальные игры                                    | 7                | 0,5      | 6,5       | Педагогическое наблюдение за исполнением музыкальных игр на открытом занятии.                                                      |
| 6.            | Релаксация                                          | 6                | 0,5      | 5,5       | Педагогическое наблюдение за исполнением упражнений на релаксацию .                                                                |
| 7.            | Итоговое занятие.                                   | 1                | 0        | 1         | Фото, видео материалы. Отчетный концерт, отзывы родителей.                                                                         |
| <b>Итого:</b> |                                                     | <b>36</b>        | <b>6</b> | <b>30</b> |                                                                                                                                    |

### Содержание учебно-тематического плана

#### **Тема 1. Вводное занятие.**

**Теория:** Детям объясняется цель и задачи занятий в кружке «Ритмопластика», рассказывается о том, какие навыки и умения они

приобретут в учебном году, как будут проходить занятия, план работы. Нормы и правила поведения. Общие правила техники безопасности в музыкальном зале, также показ мультимедийной презентации. Проводится диагностика детей. (См. 2.4. Оценочный материал)

**Практика:** Проведение входной диагностики (диагностические игровые упражнения по показу и самостоятельно. (См 2.4. Оценочный материал).

**Тема 2:** Танцевальная разминка, ритмическая гимнастика.

**Теория:** Определение основных понятий: гимнастика, разминка, темп, динамика, регистр, чувство ритма. (См. Приложение 1.) Знакомство с упражнениями и перестроениями. Объяснение правил выполнения движений. Показ педагога.

**Практика:**

Упражнения на ориентировку в пространстве.

**Виды упражнений на год.**

- Ходьба по залу, упражнение на координацию рук, мелкий бег по кругам разного цвета, прямой галоп, боковой галоп со сменой направления движения, поскоки, хороводный шаг.
- Ходьба врассыпную, по большому кругу, смена направления движения. Перестроение в две шеренги, две колонны.
- Ходьба на носках, полупальцах, пятках, спиной вперед, выпадами, крестным шагом.
- Маршировка с высоким подниманием колен; маршировка с высоким подниманием прямой ноги – «генеральский шаг»; широкий шаг – шаг «великана»; мелкий шаг – шаг «гномиков»; вдоль стен с четкими поворотами в углах зала; по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол; парами по кругу, соблюдая дистанцию; ходьба по залу, меняя направление: направо, налево, по диагонали, змейкой; ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга; ходьба с предметом в руках: с флажками, маленькими резиновыми мячами и т.д.; перешагивание через препятствия: веревка, гимнастическая палка и т.д.;

Упражнения на согласование движений с музыкой, развитие координации и чувства ритма.

**Виды упражнений на год.**

- Хлопки и притопы на каждый счёт, через счёт, только на первый счёт.
- Акцентированная ходьба.
- Выполнение движений руками в различном темпе.
- Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт и наоборот.
- Выполнение упражнений (ходьба, бег, танцевальные шаги) в различном темпе, включая одновременные движения рук и ног, с хлопками.
- Выполнение упражнений на различие разнообразных динамических оттенков музыки (тихо, громко) с различной силой, амплитудой.
- Выполнение упражнений на различие регистра (высоко – низко).

- Выполнение разнообразных ритмических рисунков на хлопках и шагах.
- Бег – легкий, ритмический, широкий, острый.
- Прыжки – на двух ногах, на месте, с продвижением вперед.
- задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения
- группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа («орешек», «брёвнышко»); равновесие на носках
- («балерина»); равновесие, стоя на одной ноге («петушок», «цапля», «ласточка»); равновесие в упоре сидя («самолёт»); на
- гибкость («мостик», «кольцо», «шпагат», «берёзка», «птица», «книжка»); на формирование осанки («стрела», «ракета»,
- «веточка», «змея») и другие).

### **Тема 3: Партерная гимнастика.**

**Теория:** Основные понятия. Знакомство с упражнениями, правила их выполнения. Просмотр мультимедийных презентаций «Основные гимнастические упражнения», «Учись делать правильно».

#### **Практика:**

##### **Комплекс упражнений сидя на полу:**

- Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава: сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы; «Солнышко».
- Упражнение для растягивания ахилового сухожилия: «Чемоданчик».
- Упражнения для развития паховой выворотности: «Бабочка», «Гармошка».

##### **Комплекс упражнений лёжа на спине:**

- Упражнения на пресс: поднятие ног, «Велосипед»
- Упражнение для пресса и укрепления мышц поясничного отдела позвоночника «Берёзка»

##### **Комплекс упражнений лёжа на животе:**

- Упражнения для развития гибкости «Окошечко», «Змейка», «Лягушка», «Самолётик», «Корзинка».

##### **Комплекс упражнений для растягивания мышц ног:**

- «Чемоданчик» в парах, ноги по сторонам, «Бабочка» в парах, «Полушпагат».

##### **Комплекс упражнений на развитие растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики):**

- Плавный переход из упражнения в упражнение: «Книжка», «Бабочка», «Лодочка», «Колечко», «Мостик», «Березка», «Улитка»; «Рыбка», «Коробочка». (См. Приложение 1).

### **Тема 4: Танцевальные движения**

Этой теме отводится наибольшее количество часов. Танцевальные композиции включают в себя образно-танцевальные композиции, «речевые танцы». В работе над этим разделом совершенствуются танцевальные движения детей, обогащается их двигательная лексика. Работа происходит в

два этапа сначала идет знакомство с отдельными танцевальными движениями, из которых состоит танцевальная композиция, а затем над образом и техникой выполнения танцевальной композиции. Простота содержания отражена в созвучной стилю музыки и текста грации движений. Детям не трудно запомнить такое количество движений, так как они, схватывая сюжетную канву текста, легко настраиваются на каждый следующий поворот танца.

**Практика:** В начале работы, специалист может выполнять танцевальные движения вместе с детьми. Это увлекает детей и усиливает желание поскорее овладеть определенными двигательными навыками.

- Шаг с носка
- Поочередное выставление ноги на пятку вперед
- Притопывание одной ногой
- «Выбрасывание» ног
- Пружинные полуприседы
- Полуприсядка для мальчиков
- Поворот на 360 градусов на шагах, прыжках
- Приставной шаг в сторону
- Комбинации из танцевальных шагов
- Упражнения, включающие одновременные движения рук и ног (однаправленные и симметричные)
- Танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, ленты на палочке, шляпки) пройденные с последовательным чередованием и новые, более сложные;
- Работа над движением рук – пластика кистей, «волна» руками;
- Движения корпусом наклоны и повороты в сочетании с пройденными движениями;
- Танцевальные движения в парах;
- Построение в круг, в линию, в две, в три линии, в четыре линии;
- Движения польки по кругу;
- «Летка-енка» в различных видах построения.

### **Танцевальные композиции**

#### **1-е полугодие:**

«Всё мы делим пополам» В. Шаинский;  
«Рыбачок» М. Старокодомский;  
«Гномы» Э. Григ;  
«Вальс снежинок» И. Брамс;  
«Три белых коня» Е. Крылатов

#### **2-е полугодие:**

«Библика» группа «Волшебники двора»;  
«Мамочка — роза в моём саду» Е. Зарицкая;  
«Танец «Воздушная Кукуруза» А. Спенсер;

«Горошинки цветные» А.Варламова;  
«Волшебный цветок» Ю.Чичиков;  
**См. Приложение 2**

**Тема 5: Музыкальные игры.** Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

**Теория:** Знакомство с игрой педагог проводит следующим образом:

- Название игры.
- Роли играющих и их расположение в музыкальном зале. Если вводится новый, неизвестный детям персонаж, то педагогу для скорейшего понимания игровых действий необходимо использовать картинки, игрушки, сказки.
- Содержание. Для прояснения сюжета игры педагог проводит предварительную работу. Читает детям художественные произведения. Организует наблюдения за природой, за животными, деятельностью людей различных профессий (водителями, спортсменами и т. д.), просмотр видеофильмов, мультфильмов, кино- и диафильмов. Проводит консультации.
- Объяснение правил игры.
- Знакомство с движениями игры, словами и попевками.

Игры и упражнения, направленные на снятие эмоционального напряжения, создание благотворного климата на занятии, игры для совершенствования двигательной активности ребенка, поддержки интереса к предмету. Это раздел включает важные и неотъемлемые для полноценного развития ребенка задачи. Форма игры создает условия для раскрытия эмоционального мира каждого ребенка и усвоения им необходимых знаний. В процессе игры создаются условия для общения детей в паре, группе, проявляются личностные качества, а педагог в процессе игры имеет возможность корректировать отношение между детьми, активизировать творческую деятельность группы, создавать условие для наиболее полного проявления каждого ребенка в рамках, заданных правил.

### **Практика:**

В программе используются следующие музыкальные игры:

- «Зеркало»
- «Чудо-юдо»
- «Насос»
- «Мокрые котята»
- «Снеговик»
- «Снежинки-ручейки»
- «Снегопад»
- «Прекрасные цветы»
- «Зёрнышко»
- «Карнавал животных»

- «Цыплята»
- «Магазин игрушек»
- «Марионетки»
- «Передай настроение»
- «Ниточка с иголочкой»
- «Мы едем, едем, едем»
- «Танец-игра «Лавата»»
- «Завивайся ниточка в клубок»
- «Весёлая карусель»
- «Боронила борона»
- «Самолёты»
- «Поезд»

### **Описание игр смотрите Приложение 3**

**Тема 6: Релаксация** - глубокое мышечное расслабление, сопровождающееся снятием психического напряжения.

- Теория: Основные понятия (См. Приложение 1). Знакомство с упражнениями, направленными на релаксацию, их объяснение и выполнение. Просмотр мультимедийных пособий.

*Рекомендации по применению техники релаксации:*

- Релаксационные упражнения рекомендуется выполнять в спокойной, расслабляющей обстановке. Также во время выполнения упражнений на релаксацию следует включать приятную музыку или звуки природы.
- Перед выполнением упражнений рекомендуется провести инструктаж с детьми. Им нужно объяснить, как правильно расслабиться во время упражнений, а также поговорить о технике выполнения упражнений.
- Непосредственно во время занятия преподаватель должен проследить, в достаточной ли степени расслаблены дети.
- Следует объяснить детям, как правильно выполнять основные позы:

*Поза отдыха* - дети ложатся на ковёр, принимают удобное расслабленное положение, руки вытянуты вдоль тела, ноги прямые.

*Поза «Алмаз»* - дети должны сесть на пятки, держа спину прямо, ладони сложены на коленях.

- После того, как основные упражнения на релаксацию будут усвоены детьми хорошо, расслабление следует проводить с закрытыми глазами.
- Во время упражнений на релаксацию нужно учить детей распознавать в себе ощущение напряжённости и расслабленности.
- Следует научить детей правильной технике дыхания - дыхание должно быть глубоким, вдох через нос, выдох через рот.
- Если дети после релаксации хотят полежать, стоит им это разрешить.
- Из расслабленного состояния нужно выходить постепенно, сначала потянуться, затем открыть глаза, а после медленно принять сидячее положение.

### **Практика:**

Комплекс упражнений на релаксацию:

- Упражнение «Замедленное движение», «Волшебный сон», «Спящий котёнок».

Цель: обучение позы покоя.

- Упражнение «Кулачки», «Шалтай — Болтай», «Шишки», «Олени».

Цель: напряжение и расслабление мышц рук.

- Упражнение «Пружинки», «Кораблик».

Цель: напряжение и расслабление мышц ног.

- Упражнение «Штанга», «Спортсмены».

Цель: напряжение – расслабление мышц рук, ног и корпуса.

- Упражнение «Лягушки», «Хоботок».

Цель: расслабление речевого аппарата.

- Упражнение «Шарик», «Стульчик».

Цель: напряжение и расслабление мышц живота.

- Упражнение «Любопытная Варвара».

Цель: расслабление мышц шеи.

- Упражнение «Тишина», «Саморасслабление», «Плывем в облаках».

Цель: саморасслабление, снятие напряжения.

- Упражнение «Рот на замочке».

Цель: расслабление – напряжение мышц лица.

- Упражнение «Солнышко и тучка».

Цель: сосредоточение внимания на расслаблении дыхания.

## **Тема 7: Итоговое занятие.**

- Промежуточный мониторинг и показ пройденного материала на открытом занятии в конце первого полугодия;
- Итоговая диагностика и отчетный концерт в конце года.

**Теория:** Этап подведения итогов, проверка успеваемости новых знаний, умений и навыков. В ходе последнего занятия с детьми проводится итоговая беседа, в которой они должны самостоятельно ответить на вопросы по всем темам программы. Желательно, чтобы дети также смогли дать внятное словесные описания музыкальным номерам и танцам, которые они изучали в

течение года.

**Практика:** Самостоятельно, желательно без подсказок музыкального руководителя, дети должны повторить все танцевальные движения и комбинации, изученные ими за год.

### **Упражнения и творческие задания для итоговой диагностики**

*Выявление качества музыкально-ритмических движений:*

- Выполнение самых простых танцевальных движений
- Создание образа для танцевальных либо игровых номеров

*Выявление уровня ритмического слуха:*

- Цель заданий - формирование у детей умения выполнять музыкально-ритмические движения под музыку различных жанров и темпов;
- Цель заданий - выявление склонности к равномерной ритмической пульсации;
- Цель заданий - определение уровня ритмичности.

*Задания, определяющие уровень артистичности и творчества в танце:*

- Задание на умение импровизировать;
- Задание на грамотную и точную передачу игрового образа;
- Задание "Почувствуй себя учителем".

Одним из важных критериев оценивания является анализ выступлений на концертах, мероприятиях, открытых заданиях.

## **1.4. Планируемые результаты освоения программы**

По окончании курса обучения занимающиеся дети будут:

Знать:

- правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов;
- о назначении отдельных упражнений музыкально – ритмической пластики;
- основные танцевальные позиции рук и ног, чувство ритма, темпа, координации;
- определённый «запас» движений в танцевальных упражнениях;
- знать различные виды передвижений по залу;

Уметь:

- исполнять танцевальные движения самостоятельно и в коллективе;
- в музыкально-подвижной игре показывать различные образы;
- понимать образно – игровые композиции;
- ориентироваться в современном обществе;

Обладать:

- активностью и самостоятельностью, коммуникативными способностями;
- способностью ориентироваться в современном обществе;
- нравственно-эстетическими отношениями между детьми и взрослыми, умением работать в паре, коллективе;

- интересом к занятиям хореографией, к ведению здорового образа жизни
- высоким уровнем координационных движений .
- психологической раскрепощенностью, психологической зрелостью, согласно уровню его восприятия (6 лет)

## **Блок №2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### **2.1. Календарный учебный график**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Ритмическая мозаика»

год обучения: 1 календарный год (9 месяцев)

группа: № 1

| Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий        | Продолжительность занятий |
|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|----------------------|---------------------------|
| 04.09. 2025                       | 21.05. 2026                          | 36                   | 36                       | 1 раз в неделю 1 час | 1 час (25минут)           |

**См. Приложение 4**

### **2.2. Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

- Практические занятия проводятся в музыкально-спортивном зале;
- Наличие подсобных помещений: кладовая, костюмерная.

#### **Перечень оборудования**

- Специальная литература.
- Компакт – диски с музыкальными произведениями к сказкам
- Компакт – диски современных композиторов, эстрадные мелодии, классические произведения.

Для организации занятий имеется следующее материально - техническое обеспечение:

- Стол – 1 шт.,
- Стулья – 25 шт.,
- Канат – 1 шт.,
- Зеркала-5 шт.;
- Тренажер – 1 шт.,
- Скамейка - 2 шт.,
- Мат – 1 шт.,
- Воротики – 4 шт.,
- Обруч – 10 шт.,

- Скакалка – 10 шт.,
- Гимнастические палки – 20 шт.,
- Гимнастические ленты – 10 шт.,
- Мячи большие и маленькие – 20 шт.,
- Султанчики – 50 шт.,
- Платочки – 50 шт.,
- Флаги – 50 шт.,
- Кубики – 30 шт.,
- Массажная дорожка - 2 шт.,
- Кегли – 20 шт.,
- Хопы – 8 шт.,
- Погремушки – 50 шт.,
- Бусы – 10 шт.
- Гимнастические коврики – по числу детей.,
- Картотека музыкальных игр.

### **Информационное обеспечение**

Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук (совместно просматривать выступления детей). Музыкальный фонд. USB-флеш-накопитель, мультимедиа-проектор.

### **Методическое обеспечение:**

разработки игр, бесед, конкурсов, открытых занятий.

**Кадровые ресурсы:** музыкальный руководитель.

## **2.3. Формы аттестации**

| <b>Время проведения</b>               | <b>Цель проведения</b>                                                                                                                                                                                                                  | <b>Формы контроля</b>                                                                                                             |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Начальный или входной контроль</b> |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                   |
| В начале учебного года                | Определение уровня музыкально-ритмического развития обучающихся.                                                                                                                                                                        | Беседа, опрос, анкетирование.                                                                                                     |
| <b>Текущий контроль</b>               |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                   |
| В течение всего учебного года         | Определение степени усвоения обучающимися программного материала. Определение их готовности к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности обучающихся в обучении. Выявление обучающихся, не усваивающих | Педагогическое наблюдение, опрос, тренировочные упражнения, конкурсы, игры, соревнования. участие детей в конкурсах, мероприятиях |

|                               |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                 |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                               | материал и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.                                                                                                                         | учреждения и города; отзывы родителей о работе творческого объединения; фото и видео материалы. |
| <b>Промежуточный контроль</b> |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| В середине учебного года      | Определение изменения уровня музыкально-ритмического развития обучающихся за первое полугодие.                                                                                                                   | Опрос; игровые ситуации и творческие импровизации; открытое занятие;                            |
| <b>Итоговый контроль</b>      |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                 |
| В конце учебного года         | Определение изменения уровня музыкально-ритмического развития обучающихся за год. Определение результатов обучения по программе. Получение сведений для совершенствования содержания программы, методов обучения | Отчетный концерт; участие в конкурсах танцевального творчества на уровне ДООУ и города.         |

## 2.4. Оценочные материалы

### Система оценки достижений детей:

Важную роль в выполнении программных задач играет процесс мониторинга, который направлен на комплексное использование контрольных средств, систематическую и плановую деятельность воспитателя.

Цели мониторинга:

- Выявления начального уровня развития танцевально - ритмических способностей ребёнка.
- Проектирование индивидуальной работы.
- Оценки эффекта педагогического воздействия.

**Мониторинг проводится в три этапа:**

- в начале учебного года (сентябрь) с использованием таких методов как беседа, анкетирование родителей, диагностические игровые упражнения;
- в конце первого полугодия (декабрь) в виде открытого урока;
- в конце учебного года (май) проводится отчетный концерт.

### Мониторинг танцевально-ритмической деятельности

Исследование развития детей в танцевально-ритмической деятельности проводится в начале и в конце каждого учебного года.

Беседа с детьми проводится с целью выявить степень заинтересованности детей танцевально-ритмической деятельностью.

Вопросы:

1. Любишь ли ты слушать музыку?
2. Есть ли у тебя дома музыкальные записи с детскими песнями, музыкальными сказками?
3. Любишь ли ты петь, танцевать? (Что ты любишь больше?)
4. Какая самая любимая твоя песня? Танец?
5. Поете ли вы вместе с мамой, папой?
6. Танцуете ли вы с мамой, папой?
7. Когда ты был последний раз в театре, на представлении? Что смотрел?
8. Как ты думаешь, для чего людям нужны музыка и танец?

**Анкетирование родителей** проводится с целью уточнить заинтересованность ребенка к танцевально-ритмической деятельности и выявить отношение семьи к этому роду деятельности.

Вопросы:

1. Любит ли ребенок слушать музыку? Какую музыку предпочитает?
2. Какое самое любимое музыкальное произведение вашего ребенка? А ваше?
3. Любит ли он под эту музыку двигаться, танцевать?
4. Понимает ли он содержание песен?
5. Передает ли в движении характер музыки, ритм?
6. Насколько эмоционально реагирует ваш ребенок на музыку?
7. В чем это выражается?
8. Стремится ли ребенок поделиться своими впечатлениями и переживаниями с вами? Как вы на это реагируете?
9. Каково ваше участие в музыкальном развитии ребенка: есть ли дома фонотека детской музыки?
10. Смотрите ли по телевизору музыкальные программы вместе с ребенком? Обсуждаете ли их?

Ответы заносятся в таблицу, опираясь на ответы детей и родителей в виде баллов, оценивающих степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности:

«1» - Низкий уровень. Поверхностный интерес к музыке, танцу, ритмике. Не предпринимает попытки выразить музыкальные образы в движении.

Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности неглубокие, несодержательные, необъективные и немотивированные. Не использует движения под музыку в свободной деятельности.

«2» - Средний уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности достаточно устойчив, но характеризуется частым переключением внимания.

Предпринимает попытки выразить в движении музыкальные образы.

Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности не

всегда обоснованы. Самостоятельное, фрагментарное внесение танцевальных движений в свою деятельность.

«3» - Высокий уровень. Интерес к музыкально-ритмической деятельности глубокий и стойкий. Ритмика, танец, музыкальные двигательные игры — предпочитаемые виды деятельности. Суждения и оценки по поводу музыкально-ритмической деятельности мотивированы, объективны, содержательны. Самостоятельная музыкально-ритмическая деятельность систематическая и устойчивая.

Диагностика специальных двигательных умений ребенка в контексте музыкально-ритмической деятельности осуществляется в соответствии с уровнями.

### **Диагностические игровые и ритмические упражнения для предварительной аттестации**

#### ***Выявление качества музыкально-ритмических движений:***

*Выполнение элементов танца:*

Выполнить небольшой группой движения танца (выразительно, ритмично) – шаг польки, кружение на месте на поскоках.

*Создание музыкально-игрового образа:*

Исполнить музыкально-игровой образ в развитии. Игра “Кот и мыши” (действовать выразительно и согласованно с музыкой).

#### ***Выявление уровня ритмического слуха:***

Послушать мелодию (четырёхтактное построение) и отхлопать ритмический рисунок из четвертных и восьмых длительностей.

#### ***Игровые диагностические задания для выявления особенностей воспроизведения детьми музыкальных образов в движении:***

*Вариант 1 Несюжетные этюды*

Детям предлагается послушать музыку, определить, сколько частей в произведении, их характер. Затем, после повторного прослушивания каждой части, дети определяют, какие движения можно исполнить под эту музыку, и самостоятельно выполняют их.

*Пример:* «Тема с вариациями», музыка Т. Ломовой (задание на различение характера музыки и формы музыкального произведения). Двигательная основа этюда: плавный шаг, подскоки, бег, ходьба.

*Вариант 2 Сюжетные этюды*

Вначале следует образный рассказ, раскрывающий сюжет этюда. Затем исполняется музыка. Дети сами должны найти соответствующие движения, помогающие эмоционально передать игровой образ сюжета. Такие этюды могут быть выполнены небольшой группой детей или индивидуально.

*Пример:* «Подружки», музыка Т. Ломовой. Сюжет: пошли подружки в поле погулять, а там цветов красивых видимо-невидимо. Как зеленый ковер, трава

расстилается, под теплым ветерком цветы головками кивают. Стали девочки цветы собирать — красный мак, белую ромашку, синие васильки, лиловые колокольчики, розовую кашку. Нарвали большие букеты и начали плести венки. Надели венки на голову — собой любят. Притопнули каблучком и заплясали. Довольные прогулкой, пошли девочки обратно домой. Музыка представляет собой 3-х частную форму, предполагающую действия: 1 часть — прогулка, сбор цветов, плетение венков, 2 часть — веселый перепляс и 3 часть — ходьба.

В процессе анализа результатов особое внимание обращается на следующие моменты:

- интерес ребенка к заданию;
- готовность свободно включиться в танцевальную импровизацию;
- понимание и переживание музыкального образа в исполняемом этюде, адекватность его передачи в движении;
- владение танцевальными умениями;
- нестереотипность танцевальной импровизации.

#### ***Уровни развития танцевально-ритмических навыков.***

«1» - Низкий уровень. Не умеют технически точно, легко и выразительно выполнить

гимнастические и имитационные движения.

«2» - Средний уровень. Движения выполняются довольно точно и выразительно, но нет

творческой активности в создании музыкально-двигательных образов.

«3» - Высокий уровень. Прочно владеют всеми техническими навыками и приемами.

Проявляют творческое отношение к исполнению танцев, хороводов, игр и упражнений.

#### ***Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями.***

«1» - Низкий уровень – смену движений производит с запаздыванием, движения не

«2» - Средний уровень – производит смену движений с запаздыванием (по показу других

детей), движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Высокий уровень – ребенок самостоятельно, четко производит смену движений,

движения соответствуют характеру музыки;

#### ***Уровень ритмического слуха.***

«1» - Низкий уровень – не верно воспроизводит ритмический рисунок.

«2» - Средний уровень – допускает 2-3 ошибки;

«3» - Высокий уровень – ребенок воспроизводит ритмический рисунок без ошибок;

#### ***Уровень качества танцевально-ритмических движений, координации.***

«1» - Низкий уровень – не чувствует характер музыки, движения не соответствуют музыке.

«2» - Средний уровень – чувствует общий ритм музыки, повторяет движения за другими, движения соответствуют характеру музыки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок чувствует характер музыки, ритм, передаёт это в движении; самостоятельно использует знакомые движения или придумывает свои; движения выразительны;

**Уровень артистичности и творчества в танце.**

«1» - Низкий уровень – не справляется с заданием.

«2» - Средний уровень – использует стандартные ритмические рисунки;

«3» - Высокий уровень – ребёнок сам сочиняет и оригинальные ритмически рисунки;

**Уровень артистичности и творчества в танце.**

«1» - Низкий уровень – движения не соответствуют музыке, отсутствие эмоций при движении.

«2» - Средний уровень - движения соответствуют характеру музыки, но недостаточная эмоциональность при выполнении движений;

«3» - Высокий уровень – движения соответствуют характеру музыки, эмоциональное выполнение движений;

**Таблица мониторинга танцевально-ритмической деятельности**

| Ф.И. ребенка | Степень заинтересованности ребенка в танцевально-ритмической деятельности |      | Уровень ритмического слуха |      | Уровень артистичности и творчества в танце |      | Соответствие движений характеру музыки с контрастными частями |      | Уровень развития танцевально-ритмических навыков |      | Уровень качества танцевально-ритмических движений, координации движений |      |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------|------|----------------------------|------|--------------------------------------------|------|---------------------------------------------------------------|------|--------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------|------|
|              | Н.г.                                                                      | К.г. | Н.г.                       | К.г. | Н.г.                                       | К.г. | Н.г.                                                          | К.г. | Н.г.                                             | К.г. | Н.г.                                                                    | К.г. |
|              |                                                                           |      |                            |      |                                            |      |                                                               |      |                                                  |      |                                                                         |      |
|              |                                                                           |      |                            |      |                                            |      |                                                               |      |                                                  |      |                                                                         |      |

**Н. г** – начало года

**К.г** – конец года.

## 2.5. Методические материалы

Мультимедийная презентация «Инструктаж по технике безопасности».

Видео «Танцевальные разминки для детей 5 лет».

Мультимедийные презентации «Основные упражнения партерной гимнастики».

Иллюстрации и фотографии по сюжету танца, сказки; мультимедийная презентация «Учитесь танцевать », «Элементарные танцевальные движения», методическое пособие А. И. Бурениной «Ритмическая мозаика», «Правила поведения на сцене», фото и видео танцевальных композиций.

Картотека подвижных игр для детей 5-6 лет

Мультимедийная презентация «Основные позы релаксации», видео «Как правильно дышать во время релаксации»

### **Методическое обеспечение программы.**

Для достижения поставленной цели и реализации задач используются следующие методы обучения:

*Игровой метод* проведения занятий является основным, он облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка;

*Наглядный*

- наглядно-слуховой приём.
- наглядно-зрительный приём.

Исполнение танцевальных движений должно сопровождаться показом. Показ движения нужно заранее хорошо продумать- сравнительно легко продемонстрировать действия отдельных персонажей-образов и намного сложнее развернуть сюжет игры или различные композиционные построения;

*Словесный* - беседа о характере музыки, средствах её выразительности, объяснение. Рассказ, инструктаж, напоминание и т.д. Этот метод широко применяется в процессе обучения ритмопластике как самостоятельный, так и в сочетании с наглядными и практическими методами;

*Практический.* При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного музыкально-ритмического движения) особенно важно предварительно «отрабатывать» в подводящих, подготовительных упражнениях, а затем уже включать их в игры, танцы;

*Соревновательный метод* (с установкой на лучшее исполнение);

*Запоминания танцевальных движений* с помощью представления;

*Метод разучивания в целом* (игровой и соревновательный);

*Метод поэтапного обучения;*

*Расчленённый метод* (изучить сначала движения только ногами, затем руками, далее соединить эти движения вместе и только после этого продолжить дальнейшее обучение упражнений);

*Целостный метод* обучения (приёмы - слуховой, наглядно - зрительный, тактильный и т.д.).

***Алгоритм учебного занятия:***

**Вводная часть:**

- построение и приветствие детей;
- проверка правильности осанки, живот подтянут, плечи развернуты, голова прямо;

**Подготовительная часть занятия:**

- разминка в движении: ходьба, бег, прыжки;
- танцевальная разминка с предметами или без (ритмическая гимнастика);

**Основная часть занятия:**

- партерная гимнастика;
- разучивание новых танцевальных движений и композиций, повторение пройденных;
- разучивание новых сюжетно-образных танцев и повторение пройденных;

**Заключительная часть:**

- музыкальная игра;
- релаксация;
- построение, поклон.

Все части занятий выполняются с использованием музыки и песен.

### Оформление методического обеспечения

| №<br>п/п | Название<br>раздела,<br>темы                        | Формы<br>занятий                     | Материально-техническое<br>оснащение занятий,<br>дидактико-методический<br>материал                                                                                        | Формы, методы, приемы<br>обучения                                                                                                                                                                                                                                                                              | Формы подведения итогов                                                                                                   |
|----------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.       | Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности | Теоретические, практические занятия. | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фон<br>Мультимедийная презентация «Инструктаж по технике безопасности».                                        | Методы: словесный метод, наглядный, игровой метод, творческий метод. Приёмы: рассказ, беседа, инструктаж; демонстрация презентации. Технологии: Здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, игровые.                                                                                                  | Беседа, диагностические игровые упражнения.                                                                               |
| 2.       | Ритмика и танцевальная разминка                     | Теоретические, практические занятия. | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд<br>Видео «Танцевальные разминки для детей 5 лет». Словарь терминов. Коврики, мячи, скакалки, хопы, флажки | Методы: словесный, практический, наглядный; упражнение, мотивация, стимулирование. Приёмы: объяснение методики исполнения движений; педагогическая оценка. Технологии: разноуровневого, развивающего, группового обучения, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные технологии, игровые технологии. | Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности; Открытое занятие, отзывы родителей. |
| 3.       | Партерная гимнастика                                | Теоретические, практические занятия. | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд<br>Словарь терминов. Мультимедийные презентации «Основные упражнения партерной гимнастики». Коврики       | Методы: словесный, практический, наглядный, метод аналогий. Приёмы: объяснение методики исполнения движений; педагогическая оценка, упражнение, повторение, соревнование; Образный показ педагогом эталонный образец-показ                                                                                     | Наблюдение с занесением в диагностическую карту открытое занятие, отзывы родителей.                                       |

|    |                              |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                           |
|----|------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
|    |                              |                                                 | гимнастические.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | движения лучшим исполнителем; Демонстрация наглядных пособий, приём тактильно-мышечной наглядности; Технологии: разноуровневого обучения, развивающего, личностно-ориентированного, группового обучения; здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                           |
| 4. | Танцевальн<br>ые<br>движения | Теоретичес<br>кие,<br>практическ<br>ие занятия. | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд<br>Словарь терминов. Атрибуты для сюжетных танцев: мягкие игрушки, раздаточный материал «времена года»: листики, цветочки, снежинки, дождик; зонтики, обручи.<br>Иллюстрации и фотографии по сюжету танца, сказки; мультимедийная презентация «Учитесь танцевать », «Элементарные танцевальные движения», методическое пособие А. И. Бурениной «Ритмическая мозаика», «Правила поведения на сцене», фото и видео танцевальных композиций. | Методы: словесный, практический, наглядный, метод аналогий, игровой метод, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций; упражнение, мотивация, стимулирование. Приёмы: рассказ; объяснение методики исполнения движений; беседа о характере музыки, средствах её выразительности; пед. оценка; Упражнение, повторение, детское «сотворчество»; Образный показ педагогом, эталонный образец-показ движения лучшим исполнителем; демонстрация наглядных пособий; приём тактильно-мышечной наглядности; наглядно-слуховой приём; виде: с ролями, игровыми действиями, соответствующим игровым оборудованием; хореографическая импровизация; приём художественного перевоплощения. | Фото, видео материалы, открытое занятие, отзывы родителей |

|    |                      |                                      |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                       |
|----|----------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                      |                                      |                                                                                                                                                          | Сочинение танцевальных этюдов.<br>Технологии: разноуровневого обучения, развивающего, лично-ориентированного, группового обучения коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, игровые, технологии ТРИЗ.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                       |
| 5. | Игровая деятельность | Теоретические, практические занятия. | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд Обручи, игрушка Ворона, султанчики, ленточки. Картотека подвижных игр для детей 5-6 лет | Методы: словесный, практический, наглядный, игровой, метод аналогий, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций; Приёмы: объяснение правил, игровая ситуация; соревнование; детское «сотворчество»; образный показ педагогом; дидактическая игра; воображаемая ситуация в развернутом виде: с ролями, игровыми действиями, соответствующим игровым оборудованием; игровые проблемные ситуации; подражание образам окружающей действительности; мотивация, стимулирование. Технологии: развивающего, лично-ориентированного, группового обучения, коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, игровые. | Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности. |

|    |                  |                                      |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                       |
|----|------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 5. | Музыкальные игры | Теоретические, практические занятия. | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд<br>Картотека музыкальных игр для детей 5-6 лет                                                                                        | Методы: словесный, практический, наглядный, игровой, метод аналогий, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций; Приёмы: объяснение правил, игровая ситуация; соревнование; детское «сотворчество»; образный показ педагогом; дидактическая игра; воображаемая ситуация в развернутом виде: с ролями, игровыми действиями, соответствующим игровым оборудованием; игровые проблемные ситуации; подражание образам окружающей действительности; мотивация, стимулирование. Технологии: развивающего, личностно-ориентированного, группового обучения, коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, игровые. | Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности. |
| 6. | Релаксация       | Теоретические, практические занятия. | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд<br>Словарь терминов. Коврики, мультимедийная презентация «Основные позы релаксации», видео «Как правильно дышать во время релаксации» | Методы: словесный, практический, наглядный, игровой, метод аналогий. Приёмы: рассказ, объяснение, педагогическая оценка; Упражнение, повторение, демонстрация презентации, образный показ педагогом; подражание образам окружающей действительности; мотивация, стимулирование. Технологии:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Педагогическое наблюдение и анализ педагога по результатам практической деятельности  |

|    |                                                                          |                                                             |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                |
|----|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|    |                                                                          |                                                             |                                                                                                                                                             | развивающего, группового обучения, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, игровые.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                |
| 7. | Итоговое занятие.<br>Открытое занятие для родителей, участие в концерте. | Теоретические, практические занятия. Открытый урок, концерт | Музыкальный центр, проекционный экран, ноутбук, музыкальный фонд. Мультимедийные презентации для открытого занятия и концерта, костюмы, атрибуты для танцев | Методы: словесный, практический, метод аналогий, игровой метод, метод творческих заданий и проблемно-поисковых ситуаций; Приёмы: инструктаж, педагогическая оценка; Игровая ситуация, соревнование, детское «сотворчество»; хореографическая импровизация; приём художественного перевоплощения, сочинение танцевальных этюдов. Технологии: коллективной творческой деятельности, здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные технологии, игровые. | Промежуточная аттестация, итоговый контроль, отзывы родителей. |

## **2.6. Список литературы**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000
2. Вихарева Г.Ф. «Споем, попляшем, поиграем» Вихарева СПб «Музыкальная палитра» 2011г.
3. Минеева Л.И. «Музыка для ритмики» СПб, «Композитор», 2002г.
4. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». СПб, 2013
5. Нищева Н.В. «Кабинет Логопеда. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики» СПб; «Детство –ПРЕСС», 2013
6. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет». М, Мозаика-Синтез, 2013
7. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников». СПб; ТЦ «Сфера», 2009
8. Руднева С., Фиш Э. «Музыкальное движение», СПб «Гуманитарная Академия» 2000г.
9. Соколова Л.А. «Детские Олимпийские Игры». Волгоград: Учитель,
10. Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика для детей» вып. 4
11. Суворова Т.И., Л.Казанцева, Ирина Шарифуллина, Ольга Румянцева «Спортивные Олимпийские танцы для детей 2», СПб, 2008
12. Сулим Е.В. «Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг». М ,ТЦ «Сфера», 2012
13. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб; «Детство–ПРЕСС», 2000

### **Список научной литературы, расширяющей кругозор педагога**

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. М.: 2002.
2. Богомолова Л. Основы танцевальной культуры. М.: 2001.
3. Браиловская Л.В. Самоучитель по танцам. Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
4. Васильева Т.К. Секрет танца. - Санкт-Петербург: Диамант, 1997.
5. Журнал «Дополнительное образование», №11, 2003г.
6. Рокитянская Т.А. Музыкальные занятия с детьми от 3 до 9 лет. – Ярославль. «Академия развития», 2002.
7. Федорова Г.П. Танцы для детей.- С-Пб. «Детство – пресс»,2000.
8. Чибрикова– Луговская А.Е. Ритмика. – М. «Дрофа», 1998.

### **Список литературы для детей и родителей по тематике занятий**

1. Большева Т. В. Учимся по сказке. Развитие мышления дошкольников с помощью мнемотехники.
2. Козырева Н. А. «Умнеем — играючи!»
3. Синкевич Е. А., Бولیиева Т. В. Физкультура для малышей.
4. Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М.Новая школа, 1994г.
5. Филиппова С. О. Мир движений мальчиков и девочек.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

**Упражнение «Солнышко»** (ноги на полу на ширине 90°, руки раскрыты в стороны. Музыкальный размер 4/4:1 такт – наклон корпуса к правой ноге, корпус вытянуть вдоль ноги, левой рукой коснуться носка правой ноги, правой рукой дотронуться до левой ноги. 2 такт – вернуться в исходное положение, движение повторить с левой ноги).

**Упражнение «Бабочка»** - ноги на полу подтянуты к себе, колени раскрыть в стороны, руки на коленях. Стараемся коленями достать до пола «развернуть у бабочки крылья».

**Упражнение «Лодочка»** – лежа на животе, ноги прямые, руки вытянуты вперед. Поочередно поднимаем ноги и руки, изображая качающуюся лодочку.

**Упражнение «Лягушка».** И.п. – сесть на пол, ноги согнуты в коленях, бедра отвести назад в стороны, стопы соединить подошвенной частью.

**Упражнение «Самолетик».** И.п. – лежа на животе «раз – четыре» - поднять вытянутые ноги назад над полом и прогнуться, руки назад; «раз – четыре» - вернуться в исходное положение.

**Упражнение «Коробочка».** И.п. – лежа на животе. Упираясь на руки прогнуть спину назад. Согнув ноги в коленях, постараться коснуться ногами головы.

### **Упражнения для развития и укрепления голеностопного сустава:**

сокращение и вытягивание стоп обеих ног с поворотами головы И.П.: ноги в 6 позиции, руки на поясе, голова в положении фасе. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - умеренный, чёткий. На «1» - стопы сокращаются, голова поворачивается к правому плечу, на «2» - стопы вытягиваются в И.П., голова возвращается в положение фасе, на «3» - стопы вновь сокращаются, голова поворачивается к левому плечу, на «4» - стопы и голова возвращают в И.П. Следить за максимальным вытягиванием и сокращением стоп, за подтянутым, прямым корпусом, втянутыми мышцами живота, правильным положением кистей рук на поясе (4 пальца вместе), прямой спиной.

**Упражнение «Чемоданчик»** И.П.: ноги натянутые, руки находятся в свободном положении, ладони лежат на полу. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный. На «1» - руки поднимаются вверх, на «2» - корпус вместе с руками опускаются на ноги. На «3, 4» лежим. В этом положении находимся 4 такта 4/4. Недопустимо расслабление

мышц, поднятие корпуса возможно только углубление. Следить за сомкнутыми между собой ногами, за тем, чтобы первоначально ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

**Упражнение «Гармошка».** И.П.: ноги натянуты, корпус прямой, руки находятся в свободном положении немного позади спины, ладонями в пол. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - чёткий. На «1» - правая нога, сгибаясь в колене, ведётся по полу и ставится на носок, на «2» - нога кладётся на пол, как можно плотнее, на «3» - нога возвращается в вертикальное положение, на «4» - п.н. возвращается в И.П. Аналогично выполняется движение левой ногой. Следить за прямой спиной и за бёдрами.

**Упражнение поднятие ног.** И.П.: ноги натянуты, поясница лежит на полу, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный, темп - умеренный. На 1-ый такт 4/4 - правая нога отрывается от пола и поднимается как можно выше, на 2-ой такт 4/4 - нога сохраняет положение, усиливая амплитуду, на 3-ий такт 4/4 - нога медленно опускается в И.П., на 4-ый такт 4/4 - пауза в И.П. Аналогично движение повторяет левая нога, затем это же движение выполняют обе ноги одновременно. Следить за натянутостью стоп, колен, как рабочей ноги, так и опорной, за ровностью спины. Помощь руками не желательна.

**Упражнение «Велосипед».** И.П.: ноги на 90 градусов, стопы сокращены, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 2/4 или 4/4, характер - чёткий, темп - быстрый. Ноги поочерёдно сгибаются в коленях, описывая, круг в воздухе.

**Упражнение «Берёзка»** И.П.: ноги лежат на полу, стопы натянуты, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, темп - умеренный. На «1, 2» натянутые ноги поднимаются на 90 градусов, на «3,4» - носки стремятся ввысь, при этом таз отрывается от пола, и так же стремится ввысь. Должна образоваться прямая линия, начиная от стоп ног заканчивая лопатками. Держаться в таком положении 4 такта 4/4, на «1,2» - таз опускается на пол, на «3,4» - ноги опускаются на пол в И.П.

**Упражнения «Окошечко».** И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - чёткий. На «1» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «2» - руки открываются в 1 классическую позицию, на «3» - руки раскрываются в стороны (открываются во 2 классическую позицию), на «4» - плечевой пояс поднимается как можно выше. В этом положении находимся 2 такта 4/4. Затем возвращаемся в исходное положение.

**Упражнение «Змейка».** И.П.: ноги натянуты, пятки вместе, руки вдоль корпуса. Музыкальное сопровождение: размер - 2/4, характер - чёткий. На

«1,2» - руки сгибаются в локтях и ставятся возле грудной клетки, на «3,4» - плечевой пояс подаётся назад. В этом положении находимся 4 такта 2/4, затем возвращаемся в И.П. Следить за неотрывностью бедер во время исполнения перегиба плечевого пояса.

**Упражнение «Корзинка».** И.П.: ноги в натянутом положении, пятки вместе, руки лежат под подбородком. Кисти рук обхватывают голеностопные суставы обеих ног и вытягиваются вверх.

**Упражнение «Бабочка» в парах.** И.П.: ноги согнуты в коленях, стопы соединены. Музыкальное сопровождение: размер - 4/4, характер - плавный, мелодичный. Тянущийся ложится животом на стопы, а тянувший давит руками на лопатки или ложится своей спиной на спину тянущегося этим самым усиливая давление и развивая паховую выворотность и пассивную гибкость. Недопустимо расслабление мышц, поднятие корпуса возможно только углубление. Следить за тем, чтобы первоначально ложились колени (на пол), затем ложился живот, затем грудная клетка, затем голова.

**Упражнение «Колечко».** И. П: лежа на животе, руки раскрыты в стороны, ладонями в пол на уровне плеч. Музыкальное сопровождение размер  $\frac{3}{4}$ , 4/4. 1 такт –вытягивая перед собой руки прогнуть корпус назад и головой стараться достать до согнутых ног в коленях; 2 такт – фиксация предыдущего положения; 3 такт– возвращение в исходное положение; 4 такт – фиксация исходного положения.

**Упражнение «Мостик».** И.П. – лежа на спине, опираемся на согнутые ноги и руки.

**Упражнение «Улитка».** И.П. – сидя на коленях. На счет «раз-два-три-четыре» голова опустилась вперед, за ней опустились плечи, затем округлилась спина. На счет «пять-шесть-семь-восемь» медленно выпрямились, стараясь, как бы, «развернуться» – «улитка показала рожки». Затем все выполняется в обратном порядке: сначала медленно округляется спина, плечи, затем голова, стараясь, как бы, «свернуться» - «улитка спряталась в домик».

**Упражнение «Книжка».** И.П. - стоя на ногах. На счёт 1-2 сгибаем спину вперед и достаём до пола, на счёт 3-4 разгибаем спину- тянем руки вверх.

## Приложение 2.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Всё мы делим пополам»</b><br/> <b>Шаинский В.</b><br/>         Как положено друзьям,<br/>         Все мы делим пополам,<br/>         И дождейки, и снежинки,<br/>         Пополам, пополам, пополам-лам-лам,<br/>         И дождейки, и снежинки,<br/>         Пополам, пополам, пополам-лам-лам.</p> <p>Как положено друзьям,<br/>         Все мы делим пополам,<br/>         И смешинки, и слезинки,</p> <p>Пополам, пополам, пополам-лам-лам,<br/>         И смешинки, и слезинки,<br/>         Пополам, пополам, пополам-лам-лам.</p> <p>Как положено друзьям,<br/>         Все мы делим пополам,<br/>         Приключенья, огорченья,<br/>         Пополам, пополам, пополам-лам-лам,<br/>         Приключенья, огорченья,<br/>         Пополам, пополам, пополам-лам-лам.</p> <p>Как положено друзьям,<br/>         Все мы делим пополам,<br/>         Даже песню делим честно</p> <p>Пополам, пополам, пополам-лам-лам,<br/>         Даже песню делим честно<br/>         Пополам, пополам, пополам-лам-лам.</p> | <p>Дети парами идут по кругу.</p> <p>Пр.рука вверх, левая рука вверх.<br/>         Кружение вокруг себя.<br/>         Пр.рука вверх, левая рука вверх.<br/>         Кружение вокруг себя.</p> <p>Дети парами идут по кругу.</p> <p>Показывают нос «Буратино»,<br/>         «кулачки» у глаз – вытирают слезы.<br/>         Кружение вокруг себя.</p> <p>Дети парами идут по кругу.<br/>         Руки раскрыть вперед и в сторону, на<br/>         пояс<br/>         Кружение вокруг себя.<br/>         Руки раскрыть вперед и в сторону, на<br/>         пояс<br/>         Кружение вокруг себя.</p> <p>Дети парами идут по кругу.</p> <p>Шаг назад, руки раскрыли. Шаг<br/>         вперед - обнялись.<br/>         Кружение «Лодочки»</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Любитель-рыболов</b><br/>Вступление:</p> <p>1. С утра сидит на озере<br/>Любитель-рыболов.<br/>Сидит, мурлычет песенку,<br/>А песенка без слов.</p> <p>Припев:<br/>Тра-ля-ля, тра-ля-ля-ля,<br/>Тра-ля-ля-ля-ля-ля,<br/>Тра-ля-ля, тра-ля-ля-ля,<br/>Тра-ля-ля-ля.</p> <p>2. А озеро глубокое,<br/>Удачный будет лов.<br/>Сейчас поймает окуня<br/>Любитель-рыболов.</p> <p>Припев.<br/>Тра-ля-ля, тра-ля-ля-ля,<br/>Тра-ля-ля-ля-ля-ля,<br/>Тра-ля-ля, тра-ля-ля-ля,<br/>Тра-ля-ля-ля.</p> <p>3. А песенка чудесная,<br/>И радость в ней, и грусть.<br/>И знает ату песенку<br/>Вся рыба наизусть.<br/>Как песня начинается,</p> <p>Вся рыба расплывается...</p> <p>Тра-ля!</p> | <p>дети построены врассыпную, И.п.:<br/>сидя на полу «по-турецки».</p> <p>И.п.: тоже, руки на коленях, локти в<br/>стороны.<br/>1- Наклон вправо;<br/>2- Наклон влево. Повт. 4 раза</p> <p>«Ловят рыбу удочкой».<br/>И.п.: Руки выпрямлены перед собой,<br/>соединены в замок.<br/>1- Наклон вперед, потянуться руками<br/>- забросили «удочку».<br/>2- Выпрямиться, руки вверх, за<br/>голову – «вытащили удочку». Повт.4<br/>раза.</p> <p>И.п. - руки на поясе.<br/>1 - Наклон вперед-вправо, левая рука<br/>на поясе, правая рука «козырьком» у<br/>лба - «высматриваем рыбу»;<br/>2 - в И.п.<br/>3-4 - то же влево. Повт.4 раза</p> <p>Ловят рыбу удочкой».<br/>И.п.: Руки выпрямлены перед собой,<br/>соединены в замок.<br/>1- Наклон вперед, потянуться руками<br/>- забросили «удочку».<br/>2- Выпрямиться, руки вверх, за<br/>голову – «вытащили удочку». Повт.4<br/>раза.</p> <p>И.п. - руки согнуты в локтях, ладони<br/>соединены вместе – «Рыбка».<br/>Дети выполняют плавные движения<br/>соединенными кистями от себя и к<br/>себе, вверх-вниз - «Рыбка плавает».</p> <p>руки вниз, ладони развернуть,<br/>поднять плечи вверх<br/>махнуть рукой - «не будем ловить<br/>рыбу».</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## **Танец «Гномы»**

1-й куплет: Идут друг за другом вразвалочку, постепенно перестраиваются в круг и идут по кругу.

Припев: Снимают лопатку с плеча и, поставив ее вертикально на пол, выполняют выставление ноги на пятку.

Отыгрыш: Держа лопатку левой рукой, обегает ее против часовой стрелки 1 раз. Затем идут по кругу. Остановившись в кругу, передают лопатки вправо по кругу в ритме музыки.

2-й куплет: Стоя в кругу, гномики «чистят снег», двигая руки в центр круга (8 раз). Затем меняют направление – «чистят снег» вправо и влево.

Припев: Поставив лопатку вертикально на пол, ставят правую ногу сзади левой пятки скрестно на носок и затем выполняют движения с левой ноги. Чередуют правую и левую ногу до конца припева.

Отыгрыш: Обегает 1 раз вокруг лопатки против часовой стрелки. Затем идут по кругу и, останавливаясь, передают лопатки по кругу. Положив лопатки на правое плечо, разбегаются по залу поскаками в рассыпную. Стоя в рассыпную, двигаются по залу, «чистят снег».

В конце танца гномики убегают из зала.

## **Вальс Снежинок**

Девочки стоят в шахматном порядке, лента в правой руке:

1. два приставных шага вправо, одновременно делая лентой два круговых движения вправо

2. тоже самое влево, возвращаясь на исходную позицию. (лента перекладывается в левую руку)

3. палочка с лентой в правой руке - выполняем змейку сверху вниз, пружиня ногами.

4. на повтор музыки те же движения, усложнить змейку кружением.

5. на 2-ю часть музыки девочки берут ленту качельками, т.е. за оба конца и на простом шаге с носка перестраиваются в круг, затем в звездочку, выполняя кружение в звездочке. С окончанием 2-й части музыки, расходятся на свои исходные позиции.

6. на повторение 1-й ч. музыки повторить движения 1-4.

## **Танец «Три белых коня»**

I куплет - 1) вправо шаг – пружинка, шаг – пружинка и в др. сторону

2) (сл. Нахохлились дома) – плечами пожимаем

3) Пружина

4) Пр. пяточка – руки вперед – вправо;

Лев. пяточка – руки вперед – влево;

Ноги ровно – наклон вперед – руки вперед;

**Припев:** 1) как будто взяли „Возжи” и поехали высоко поднимая колени вокруг себя (по 2 раза на каждую сторону);

2) пружина;

(сл. Декабрь, январь и февраль) 3) рука ↑, др. рука ↑, руки на пояс.

II куплет – 1) одна рука резко в сторону - вниз, другая рука – резко в сторону-вниз;

2) пружина – руки под щеку;

3) руки в стороны „как на платье” пружина с поворотом;

4) Пр.пяточка – руки вперёд – вправо;

Лев. пяточка – руки вперед – влево;

Ноги ровно – наклон вперед – руки вперед;

**Припев:** 1) как будто взяли „Возжи” и поехали высоко поднимая колени вокруг себя (по 2 раза на каждую сторону);

2) пружина;

(сл. Декабрь, январь и февраль) 3) рука ↑, др. рука ↑, руки на пояс.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Танец "Бибика" (группа «Волшебники двора»)</b><br/>Проигрыш<br/>Едем! Едем!<br/>Июньскими тёплыми днями и в мае, и в сентябре<br/>Встречаюсь я снова с друзьями<br/>в песочнице,<br/>во дворе<br/>Кто с куклой,<br/>а кто с пистолетом,<br/>а кто-то приносит слона<br/>А я вам скажу по секрету,<br/>бибика –<br/>игрушка<br/>моя!<br/>Едем, едем!</p> <p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!<br/>Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.<br/>Покрашу я бибику, в любимый красный цвет<br/>Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!<br/>Едем!Едем!</p> <p>В солдатики я не играю,<br/>не нужен мне велосипед!<br/>Бибику свою я катаю, бибика моя лучше<br/>всех!</p> | <p>На вступление – «выезжаем» и перестраиваемся по своим местам<br/>Правой рукой сверху вниз<br/>Шаг влево кольцо вверх, также вправо 2 раза<br/>поворот и наклон влево, также вправо<br/>присесть, обруч положить<br/>сидя руки под подбородок<br/>выпрыгнуть – ноги врозь, руки вверх-в стороны<br/>руки вперед пистолетиком, поворот вокруг себя<br/>руки за голову сводить локти 3 раза<br/>наклон вперед, руки возле рта<br/>сесть взять обруч<br/>вытянуть обруч вперед<br/>притянуть кольцо к себе<br/>выпрыгнуть и правой рукой сделать сверху вниз.</p> <p>Два шага влево с наклоном влево, также вправо<br/>Два шага влево с наклоном влево, также вправо<br/>круговое движение обручем справа налево и обратно<br/>поворот через левое плечо вокруг себя<br/>Правой рукой сверху вниз.</p> <p>Поднимаем прямую левую, затем правую</p> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>А ночью, когда засыпаю, пускай мне приснится – ХАЙВЕЙ<br/>И мама бибику поставит, в гараж под кроватью<br/>моей!<br/>Едем, едем!</p> <p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!<br/>Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.<br/>Покрашу я бибику, в любимый красный цвет<br/>Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет.</p> <p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!<br/>Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.<br/>Покрашу я бибику, в любимый красный цвет<br/>Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!<br/>Едем, едем!</p> <p>Проигрыш.</p> <p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!<br/>Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.<br/>Покрашу я бибику, в любимый красный цвет<br/>Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!</p> <p>Би-би-би-би-бибика, поехали кататься!<br/>Би-би-би-би-бибика, за нами не угнаться.<br/>Покрашу я бибику, в любимый красный цвет<br/>Би-би-би-би-бибика, машины лучше нет!<br/>Едем! Едем!<br/>Би-БИ!</p> | <p>ногу 2 раза<br/>сесть, левую согнуть правую ногу вытянуть вперед<br/>выпрямить левую ногу, делать наклоны вперед 4 раза<br/>сгруппироваться лечь вперед, кольцо перед собой<br/>выпрыгнуть, руки с кольцом вверх, ноги врозь<br/>наклон вниз, заведения обруча за ноги 3 раза<br/>выпрыгнуть обруч перед собой<br/>рукой сверху вниз.</p> <p>Два шага влево с наклоном влево, также вправо<br/>Два шага влево с наклоном влево, также вправо<br/>круговое движение обручем справа налево и обратно<br/>поворот через левое плечо вокруг себя.</p> <p>Перестраиваемся в две колонны и движемся противоходом в обход зала в конце на середине<br/>встречаемся, идем парами вперед<br/>рукой сверху вниз.</p> <p>продолжаем двигаться вперед и на месте кладем<br/>внутреннюю руку на плечо впереди стоящему,<br/>внешняя рука с кольцом вниз,</p> <p>Расходимся на два малых круга и снова встречаемся<br/>по середине, едем вперед двумя колоннами и становимся на свои места.</p> <p>Два шага влево с наклоном влево, также вправо.<br/>Два шага влево с наклоном влево, также вправо.<br/>круговое движение кольцом справа налево и обратно.<br/>поворот через левое плечо вокруг себя.<br/>рукой сверху вниз<br/>В конце с прыжком руки с кольцом вверх.</p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Мамочка —роза в моём саду»</b><br/> <b>Е.Зарицкая</b><br/> Вступление:</p> <p>1. Люди – цветы в саду,<br/> А души – стрекозы.<br/> Много цветов в саду<br/> Любой красоты.<br/> Есть среди них в саду<br/> Прекрасные розы.<br/> Только имей в виду-<br/> На розах шипы.</p> <p><b>Припев:</b><br/> Мамочка–роза в саду моём,<br/> <br/> Неба синь, моря гладь.<br/> <br/> Мамочка, нам хорошо вдвоём,<br/> <br/> Руку мне погладь.</p> <p>2. Ты у меня цветок<br/> Совсем без колючек.<br/> Светлого дня глоток<br/> И капля росы.<br/> Каждый твой лепесток,<br/> Как солнечный лучик.<br/> Ты у меня цветок<br/> Волшебной красоты.<br/> Припев (2 раза):<br/> Мамочка–роза в саду моём,<br/> <br/> Неба синь, моря гладь.<br/> <br/> Мамочка, нам хорошо вдвоём,<br/> <br/> Руку мне погладь.<br/> покружиться<br/> Речитатив:<br/> мне приснился сад волшебных цветов,<br/> Я шла по его аллее,<br/> но никто не замечал меня.<br/> Все склоняли свои чудесные головы<br/> к ногам прекрасной феи.<br/> Добрая королева роз,<br/> это была моя мама!</p> | <p>Дети стоят в кругу, руки с цветами<br/> опущены вниз, шелестят ими</p> <p>медленно поднимать цветы вверх</p> <p>качать руками вправо/влево</p> <p>медленно опустить руки</p> <p>покружиться, руки в стороны</p> <p>руки вверх резко, с выпадом ноги,<br/> покружиться<br/> качать руками вверху, опустить, качать<br/> влево/вправо<br/> руки вверх резко, с выпадом ноги,<br/> покружиться<br/> руки вверх резко, с выпадом ноги,<br/> покружиться<br/> идти в круг, постепенно руки вверх</p> <p>качать цветами вправо/влево</p> <p>отойти обратно, помахивая цветами,<br/> опуская их вниз<br/> покружиться, руки в стороны</p> <p>руки вверх резко, с выпадом ноги,<br/> покружиться<br/> качать руками вверху, опустить, качать<br/> влево/вправо<br/> руки вверх резко, с выпадом ноги,<br/> покружиться<br/> руки вверх резко, с выпадом ноги,</p> <p>помахивают цветами,<br/> медленно садятся<br/> на корточки, постепенно<br/> опуская цветы<br/> на пол, склоняют голову.<br/> медленно встают, поднимая руки вверх,<br/> махая ими, кружатся на носочках.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## **Танец «Воздушная Кукуруза»**

### **А Спенсер**

Вступление: дети парами стоят за дверью зала

Часть А:

Дети парами заходят в зал, встают на заранее отведенные места в шахматном порядке и выполняют согнутыми в локтях руками маховые движение вправо/влево по 2 раза, ноги в пружинке

Повторение части А:

1 часть: правую руку вытянуть вперед, то же левой, повернуть кисть на правой, то же левой, правую руку на левое плечо, то же левой, правую руку на пояс, то же левой (выполнять поочередно). - 2 раза

2 часть: шаг вправо – приставить – 4 раза, на четвертый раз прибавить хлопок, то же обратно – 2 раза

Часть В:

1 часть: руки вверх, присесть, руки опустить (выполнять медленно) – 2 раза, в конце нужно детям стоять.

2 часть: поднимая руки вверх, идти на зрителей – 3 шага, на четвертый – хлопки – 4 раза, руки постепенно вниз, 3 шага назад, на 4 остановится и на пружинке выполнять поочередные махи руками вперед/назад.

Часть С:

Повторять часть А

Часть D:

повторение части В (1 часть)– 2 раза

Часть Е:

повторение части В(2 часть), 8 хлопков

Окончание:

резко присесть, постепенно подниматься, поднимая руки вверх, в конце резко руки вверх и раскрыть пальцы – «выросли».

## «Горошинки цветные» А.Варламова

Дети стоят врассыпную по всему залу. Ноги вместе, руки опущены, пальцы сжаты в кулак, большой палец вверх.

**ВСТУПЛЕНИЕ:** Попеременно отрывают пятку от пола, руки сгибают в локтях.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>1.Горошинки цветные</b><br/>В ладошки соберу<br/>И превращу горошины<br/>В весёлую игру. /2 раза<br/>Жёлтые горошки -<br/>Это наша кошка.<br/>Синие горошки –<br/>Кошкины глаза.<br/>Красные горошки –</p> <p>В ушки по серёжке.<br/>И тогда получится<br/>Кошечка – краса.</p> <p><b>ПРОИГРЫШ:</b></p> <p><b>2.Горошинки цветные</b><br/>На солнышке горят,<br/>Мальчишки озорные<br/>Играть со мной хотят. /2 раза<br/>Жёлтые горошки –<br/>Это чьи-то ножки,<br/>Синие горошки –</p> <p>Чей-то хитрый взгляд.<br/>Красные горошки-</p> <p>Ротик у Антошки, -<br/>Получился маленький</p> <p>Непоседа-брат. /2 раза</p> <p><b>ПРОИГРЫШ:</b></p> <p><b>3.Горошинки цветные</b><br/>Рассыпались в траве,<br/>Но три из них остались</p> <p>В широком рукаве. /2 раза<br/>Жёлтые горошки –<br/>Осени на брошки,</p> | <p>«Перекладывают» из руки в руку<br/>воображаемые горошины.<br/>«Колдуют» - «моталочка» вправо-влево,<br/>«Пружинка» ногами.<br/>«Кошка» - колени вместе, медленно пружиня,<br/>Двигаются вправо-влево, руки – «лапки».<br/>«Подводим глаза» попеременно правой<br/>и левой рукой.<br/>Указательным пальцем поочередно<br/>касаются<br/>мочки ушей.<br/>«Кошка»</p> <p>«Кошка выпускает коготки» - 2<br/>приставных шага вправо, руки согнуты<br/>в локтях, двигаются одновременно с<br/>шагами в ту же сторону, сжимая и<br/>разжимая пальцы рук.<br/>Поднимаем руки вверх, поворачивая ладони.<br/>опускаем руки, поворачивая ладони.<br/>«Грозят пальцем» вправо<br/>затем влево, на пружинке.<br/>Выставляют ногу на пятку вперёд,<br/>руки на поясе.<br/>«Бинокль» из пальцев рук вправо –<br/>влево.</p> <p>Указательные пальцы приставить к<br/>уголкам губ,<br/>наклоны в стороны на пружинке.<br/>Поочередно выставляем вперёд ногу на<br/>пятку<br/>Руки на поясе.<br/>«Брат танцует» - движения «стирки»<br/>поочередно вниз к правой и левой ноге,<br/>По два раза в каждую сторону.<br/>«Удивляются» поднимают плечи,<br/>разводят руки<br/>в стороны, ладони вперёд, с поворотами.<br/>«Перекладывают горошины» из руки в<br/>руку, ноги<br/>пружинят. В конце ставят руки на пояс.<br/>«Подносик» -обе руки вправо, на пояс,<br/>влево, на пояс.</p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                         |                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Синие горошки – Капельки дождя.                                                                         | «Ловим капли» - подставляют поочерёдно ладошки.                                                                                      |
| Красные горошки собираю в лукошко<br>Соберу в лукошко,<br>Сказочной дорожкой<br>Тихо уходя<br>ПРОИГРЫШ: | На «пружинке» «собирают ягоды в ладошку»<br><br>«Прощаются» машут пр. рукой на пружинке, /2 раза<br><br>Движения, как на вступление. |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>«Волшебный цветок»(из м/ф «Волшебник Изумрудного города»)</b></p> <p><b>Вступление</b></p> <p><i>И.п. – сидя в группировке ( на корточках), голова опущена, руками обхватив колени.</i><br/> <i>Дети располагаются в шахматном порядке на определённых местах.</i><br/> <i>Вступление:</i><br/> <i>1-8 такты – мальчик «садовник» оббегают на носках «цветочки»(девочки) и поливает их. Каждый политый цветочек распускается, т.е. девочки по очереди медленно встают на ножки и плавно качаются. Затем в конце фразы руки через стороны плавно опускают вниз.</i></p> <p>1.Есть на свете цветок алый-алый,<br/>Яркий, пламенный, будто заря,<br/>Самый солнечный и небывалый,<br/>Он мечтою зовётся не зря.<br/>Может там, за крутым перевалом,</p> <p>Вспыхнет свежий, как ветра глоток,</p> <p>Самый сказочный и небывалый,<br/>Самый волшебный цветок.</p> | <p><i>И.п. – сидя в группировке ( на корточках), голова опущена, руками обхватив колени.</i><br/> <i>Дети располагаются в шахматном порядке на определённых местах.</i><br/> <i>Вступление:</i><br/> <i>1-8 такты – мальчик «садовник» оббегают на носках «цветочки»(девочки) и поливает их. Каждый политый цветочек распускается, т.е. девочки по очереди медленно встают на ножки и плавно качаются. Затем в конце фразы руки через стороны плавно опускают вниз.</i></p> <p>Руки плавно поднимают вверх, плавно опускают вниз 2 раза.<br/> Наклоняются вправо, наклоняются влево с поднятыми руками.<br/> Перебегают вперед, ручки поднимают вверх и становятся на носочки.<br/> Отбегают назад на свои исходные места, ручки опускают вниз.</p> <p>Кружатся вправо один раз на носочках, ручки наверх<br/> Делают руками «солнышко».</p> <p>Кружатся по два – три человека</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p> Ля-ля-ля-ля-ля-ля<br/> Па-па-па-па-пам<br/> Ля-ля-ля-ля-ля-ля<br/> Па-па-па-па-пам </p> <p> 2. Вспоминая о радостном чуде,<br/> Вдаль шагая по звонкой росе,<br/> Тот цветок ищут многие люди,<br/> Но, конечно, находят не все. </p> <p> Может там, за крутым перевалом,<br/> </p> <p> Вспыхнет свежий, как ветра глоток, </p> <p> Самый сказочный и небывалый,<br/> </p> <p> Самый волшебный цветок </p> <p> Ля-ля-ля-ля-ля-ля<br/> Па-па-па-па-пам<br/> Ля-ля-ля-ля-ля-ля<br/> Па-па-па-па-пам </p> <p> 3. Есть на свете цветок алый-алый,<br/> Яркий, пламенный, будто заря,<br/> Самый солнечный и небывалый,<br/> Он мечтою зовётся не зря.<br/> Может там, за крутым перевалом,<br/> </p> <p> Вспыхнет свежий, как ветра глоток, </p> <p> Самый сказочный и небывалый,<br/> </p> <p> Самый волшебный цветок. </p> <p> Ля-ля-ля-ля-ля-ля<br/> Па-па-па-па-пам<br/> Ля-ля-ля-ля-ля-ля<br/> Па-па-па-па-пам </p> | <p> Становятся в большой круг </p> <p> Руки плавно поднимают вверх,<br/> плавно опускают вниз 2 раза<br/> Наклоняются вправо, наклоняются<br/> влево с поднятыми руками </p> <p> Перебегают вперед, делая маленький<br/> кружок, ручки поднимают вверх и<br/> становятся на носочки.<br/> Отбегают назад на свои исходные<br/> места, ручки опускают вниз. </p> <p> Кружатся вправо один раз на<br/> носочках, ручки наверх<br/> Делают руками «солнышко». </p> <p> Кружатся по два – три человека. </p> <p> Становятся в центре зала в маленький<br/> кружок. </p> <p> Руки плавно поднимают вверх,<br/> плавно опускают вниз 2 раза<br/> Наклоняются вправо, наклоняются<br/> влево с поднятыми руками<br/> Перебегают вперед, ручки<br/> поднимают вверх и становятся на<br/> носочки.<br/> Отбегают назад на свои исходные<br/> места, ручки опускают вниз. </p> <p> Кружатся вправо один раз на<br/> носочках, ручки наверх<br/> Делают руками «солнышко». </p> <p> Кружатся по два-три человека </p> <p> Становятся на свои исходные места в<br/> шахматном порядке, ручки наверху –<br/> качают цветочками. </p> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                   |                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Заключение</b> | <p><i>Наклоняются вниз, опуская ручки и на последний аккорд «расцветают», т.е. резко выпрямляются, ручки с цветами поднимают вверх. Садовник успевает собрать все цветы и на последний аккорд присесть на колено.</i></p> |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Приложение 3

### Музыкальные игры.

#### «Зеркало»

Дети стоят в парах лицом друг к другу. Один из них. Показывает движения, другой их повторяет как отражение в зеркале. Игра с тем же содержанием может называться «Обезьянки».

#### «Чудо-юдо»

Дети присаживаются, опускают голову и обхватывают руками колени, изображая таинственный кокон. Под музыку из коконов начинают появляться фантастические обитатели других планет.

#### «Насос»

Играющие располагаются по кругу. Дети приседают и превращаются в ненадутые резиновые игрушки, каждый задумывает про себя свой будущий образ. В центре взрослый или ребенок. Он начинает «надувать» игрушки, изображая «насос» и произнося звук «Ш». Дети постепенно поднимаются и изображают задуманную игрушку.

*Вариант.* Можно играть в парах, меняясь ролями. Сначала один придумывает фигуру, потом другой.

#### «Мокрые котята»

Дети изображают промокших под дождем котят, которые лежат на ковре, «свернувшись клубочком». После дождя котята вытягивают лапки, стряхивают капельки, выгибают спинку, умываются, греются, веселятся.

#### «Снеговик»

Дети стоят враспынную: ноги широко расставлены, руки на поясе, тело напряжено, спина прямая, осанка горделивая. Играющие изображают «толстых» снеговиков. Под словесные указания взрослого: «Выглянуло солнце, стаю пригреть, снежок стал таять» — «снеговики» постепенно расслабляют мышцы, начинают «оседать», «таять», опуская голову, плечи, руки по очереди. В конце опускаются на пол, превращаясь в «лужицу».

#### «Снежинки-ручейки»

Игра развивает ориентировку в пространстве, пластику движений. Сопровождается нежным звучанием колокольчиков или металлофона. Все действия выполняются по словесному указанию взрослого.

#### «Снегопад»

Дети-«снежинки» плавно кружатся по илу. Руки разведены в стороны — это лучики снежинок, их нельзя «сломать», снежинки очень хрупкие. Замирают звуки металлофона — дети застывают в красивой позе или опускаются на одно колено.

Выглянуло солнышко и растопило снежинки (глиссандо). Снежинки тают и превращаются в капельки. Дети опускают руки вниз, округляют их, изображая капельку. Капельки стекаются в ручеек. Ручейков может быть

несколько. Дети встают друг за другом паровозиком и двигаются под музыку в разных направлениях. Ручейки стекаются в лужицы. Дети из «паровозиков» перестраиваются в кружочки и двигаются по кругу, держась за руки. Эти лужицы стекаются в озеро.

Кружочки объединяются в один большой круг, дети приседают с окончанием музыки. По желанию педагога капельки испаряются, поднимаются в Облачко, там превращаются в снежинок и, снова кружась, падают на землю. Игра повторяется сначала.

#### **«Прекрасные цветы»**

Дети располагаются врассыпную по залу, изображая бутоны, из которых с началом музыки начинают «распускаться прекрасные цветы».

Музыкальное сопровождение побуждает играющих к пластичности движения, выразительной мимике. Под палящими лучами солнца цветы начинают вянуть; дети, медленно расслабляясь, опускаются на одно колено. А под дождем снова оживают, поднимаются. Действия сопровождаются соответствующей мимикой. Роли Солнышка и Дождика могут исполнять дети.

#### **«Зернышко»**

Дети изображают зернышко, которое, прорастая, превращается в растение или дерево. Каждый ребенок придумывает, во что он будет превращаться. Характерные особенности этого растения или дерева должны отразиться в жесте, позе, движении, мимике. Например: ель — ветки вниз, тополь — вверх, ива — руки расслаблены, кактус — пальцы растопырены.

#### **«Карнавал животных»**

Под музыку Сен-Санса «Карнавал животных» дети должны изобразить характерные движения тех персонажей, о которых рассказывает произведение. Можно использовать наиболее образные фрагменты сюиты: «Куры и петухи», «Слоны», «Кенгуру», «Аквариум», «Королевский марш львов», «Лебедь».

#### **«Цыплята»**

Для танцевальной миниатюры используется музыка из сюиты М. П. Мусоргского «Картинки с выставки» — «Балет невылупившихся птенцов». Дети изображают птенчиков, которые постепенно появляются из скорлупок, отряхиваются, чистят перышки, учатся ходить, радуются, знакомятся, танцуют.

#### **«Магазин игрушек»**

Дети изображают какую-нибудь игрушку, принимая для этого необходимую позу. Из числа играющих выбирается продавец, который «заводит» игрушки, и покупатель, который пришел в магазин подобрать подарок. Задача покупателя: по движениям, мимике, жестам угадать образ задуманной ребенком игрушки.

#### **«Марионетки»**

Дети изображают кукол-марионеток и по сигналу должны принять любую позу. Необходимо обратить внимание детей на то, что в движении участвуют все части тела.

### **«Передай настроение»**

По просьбе взрослого дети изображают: походку бабушки, движения веселого клоуна, задумчивого или рассеянного человека, радостно бегущего к маме ребенка, походку малыша, который учится ходить, походку осторожного охотника.

*Вариант.* Чтобы детям было интересней, можно приготовить карточки, на которых изображены сказочные герои: Буратино, Мальвина, Винни-Пух и так далее. Дети изображают данного персонажа.

### **«Ниточка с иголочкой»**

Дети становятся по кругу. Считалкой выбирают из играющих «иголочку», «ниточку» и «узелок», которые выходят из круга. В это время остальные берутся за руки и поднимают их вверх воротниками. По сигналу «иголочка», «ниточка» и «узелок» начинают бегать между детьми. При этом «иголочка» старается запутать «ниточку» с «узелком». Когда дети освоятся, «ниточку» можно «удлинить», выбрав трех и более детей.

Игру можно проводить, сопровождая движения текстом:

Игла-барыня, княгиня.

Весь мир нарядила.

Нарядила, обшила,

Сама раздетая ходила.

Она тонка, да длинна,

Одноуха, да остра,

Одноуха, да остра,

Всему миру красна.

Хвостик нитяной

Тянет, тянет за собой.

Сквозь холст он проходит,

Узелок себе находит.

### **«Мы едем, едем, едем»**

Дети строятся в колонну «паровозиком», кладут руки друг другу на плечи. Под текст (замедляя и ускоряя его произношение) двигаются дробным топающим шагом. С окончанием текста «выходят из вагончиков» и собирают цветы или осенние листочки. По сигналу снова занимают места в вагончиках.

Чух, чух, пыхчу.

Пыхчу, ворчу.

Стоять на месте

Не хочу.

Колесами стучу, верчу —

Садись скорее,

Прокачу! Чух! Чух!

**Танец-игра "Лавата"**

В припеве дети ходят по кругу взявшись за руки и напевают:

Дружно танцуем мы - тра-та-та, тра-та-та -

Танец веселый наш, это Лавата.

Своеобразным запевом являются слова ведущего, например: "У меня ушки хороши, а у соседа лучше!" В этом случае дети ходят хороводом, держа друг друга за уши. Каждый раз ведущий дает новое "задание", и дети берут друг друга за локти, коленки, плечи, голову и т. д. Чтобы игра состоялась, прикосновения не должны быть грубыми или болезненными для партнеров.

В такт музыке дети вслед за взрослым похлопывают себя, а затем и соседей по плечам, бокам, ногам и т. д. Затем похлопывания упорядочиваются. Направление движения идет по четырем точкам: голова - плечи - бедра - лодыжки. Сначала количество прикосновений к каждой точке равно восьми, в следующем повторении четырем, затем двум и, наконец, одному разу. Это веселое упражнение направлено не только на тактильное взаимодействие, но и на развитие координации движений.

### **«Завивайся, ниточка, в клубок»**

Играющие стоят друг за другом, держась за руки. Ведущий под хороводную музыку ведет детей «змейкой», затем закручивает свою «ниточку» в спираль, потом обратным движением ее раскручивает. Движения сопровождаются текстом:

Завивайся, ниточка, в клубок,

Завивайся, тонкая, в клубок,

Свяжет бабушка хорошенький чулок.

Свяжет бабушка красивенький носок.

Развивайся, ниточка, скорей,

Развивайся, тонкая, скорей,

Свяжет бабушка чулочки подлинней,

Свяжет бабушка носочки попрочней.

### **«Веселая карусель»**

Дети стоят по кругу, держась одной рукой за обруч. Под текст начинают движение, ускоряют, бегут, замедляют и останавливаются.

Завертелись карусели

И помчались с ветерком,

Поначалу еле-еле,

А потом бегом, бегом!

Вот как весело бежать,

Вот как весело играть!

### **«Боронила борона»**

Играющие встают двумя шеренгами, образуя угол. Пространство перед каждой шеренгой — это «поле», которое нужно вспахать и проборонить. Одна шеренга движется дробным шагом мимо другой, сопровождая движение скороговоркой: «Боронила борона по боронованному полю». Дойдя до противоположного края, дети останавливаются и разворачиваются.

Образуется новый угол. И теперь дробным шагом начинает движение другая шеренга.

#### **«Самолеты»**

Педагог называет имена 3-4 детей и предлагает им приготовиться к полету, показав предварительно, как заводить мотор и как летать. Названные дети выходят и становятся произвольно на одной стороне площадки или комнаты. Педагог говорит: "К полету приготовиться. Завести моторы!" Дети делают вращательные движения руками перед грудью и произносят звук "р-р-р". После сигнала педагога "Полетели!" дети разводят руки в стороны (как крылья у самолета) и летят - разбегаются в разные стороны. По сигналу педагога "На посадку!" они направляются к своим стульчикам и садятся на них. Затем играет другая группа

#### **«Поезд».**

Педагог предлагает нескольким детям стать друг за другом, сам становится впереди них и говорит: "Вы будете вагончиками, а я - паровозом". Паровоз дает гудок - и поезд начинает двигаться сначала медленно, а затем быстрее. Движение сопровождается звуками, которые произносят играющие. Время от времени паровоз замедляет ход и останавливается, воспитатель говорит при этом: "Вот и остановка". Затем паровоз вновь дает гудок - и поезд движется дальше. *Указания к проведению:*

Сначала к игре привлекается небольшая группа детей. При повторении может быть большее число участвующих (12-15). Первое время каждый ребенок держится за одежду впереди стоящего, затем дети свободно идут друг за другом, двигают руками, подражая движению колес паровоза, и произносят в такт: "Чу-чу-чу". Роль паровоза вначале выполняет педагог. Лишь после многократных повторений роль ведущего поручается наиболее активному ребенку. Паровоз должен двигаться медленно, чтобы вагончики-дети не отставали. Играющие строятся друг за другом произвольно. При многократном повторении игры можно предложить малышам выйти на остановке погулять, нарвать цветы, собрать ягоды, поиграть, попрыгать. Услышав гудок, дети должны быстро построиться в колонну за паровозом.

## Приложение 4

| №<br>п/п | Месяц    | Чис<br>ло |                  | Форма<br>занятия     | Кол<br>ичес<br>тво<br>часо<br>в | Тема занятия                                            |                                  | Форма контроля                                            |
|----------|----------|-----------|------------------|----------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------|
| 1.       | сентябрь | 4         | 15.50 -<br>16.15 | Теория,<br>практика. | 1<br>час                        | Вводное<br>занятие                                      | Музыкально<br>-спортивный<br>зал | Проведение<br>входной<br>диагностики                      |
| 2        |          | 11        |                  |                      | 7<br>часо<br>в                  | Танцевальная<br>разминка,<br>ритмическая<br>гимнастика  |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                              |
| 3        |          | 18        |                  |                      |                                 | Танцевальная<br>разминка,<br>ритмическая<br>гимнастика. |                                  | Тренировочные<br>упражнения                               |
| 4        |          | 25        |                  |                      |                                 | Танцевальная<br>разминка,<br>ритмическая<br>гимнастика. |                                  | Тренировочные<br>упражнения                               |
| 5        | октябрь  | 2         | 15.50 -<br>16.15 | Теория,<br>практика. |                                 | Танцевальная<br>разминка,<br>ритмическая<br>гимнастика. | Музыкально<br>-спортивный<br>зал | Педагогическое<br>наблюдение                              |
| 6        |          | 9         |                  |                      |                                 | Танцевальная<br>разминка,<br>ритмическая<br>гимнастика. |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                              |
| 7        |          | 16        |                  |                      |                                 | Танцевальная<br>разминка,<br>ритмическая<br>гимнастика. |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                              |
| 8        |          | 23        |                  |                      |                                 | Танцевальная<br>разминка,<br>ритмическая<br>гимнастика. |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                              |
| 9        |          | 30        |                  |                      | 6<br>часо<br>в                  | Партерная<br>гимнастика                                 | Музыкально<br>-спортивный<br>зал | Тренировочные<br>упражнения                               |
| 10       | ноябрь   | 6         | 15.50 -<br>16.15 | Теория,<br>практика. |                                 | Партерная<br>гимнастика                                 |                                  | Наблюдение с<br>занесением в<br>диагностическую<br>карту; |

|    |         |    |               |                   |         |                       |                           |                                                                                 |
|----|---------|----|---------------|-------------------|---------|-----------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 11 |         | 13 |               |                   |         | Партерная гимнастика  |                           | Педагогическое наблюдение                                                       |
| 12 |         | 20 |               |                   |         | Партерная гимнастика  |                           | Педагогическое наблюдение                                                       |
| 13 |         | 27 |               |                   |         | Партерная гимнастика  |                           | Наблюдение с занесением в диагностическую карту;                                |
| 14 | декабрь | 4  | 15.50 - 16.15 | Теория, практика. | 8 часов | Партерная гимнастика  |                           | Педагогическое наблюдение                                                       |
| 15 |         | 11 |               | Теория, практика. |         | Танцевальные движения |                           | Открытое занятие, отзывы родителей                                              |
| 16 |         | 18 |               | Теория, практика. |         | Танцевальные движения | Музыкально-спортивный зал | Педагогическое наблюдение                                                       |
| 17 |         | 25 |               |                   |         | Танцевальные движения |                           | Педагогическое наблюдение                                                       |
| 18 | январь  | 15 | 15.50 - 16.15 | Теория, практика. |         | Танцевальные движения | Музыкально-спортивный зал | Наблюдение с занесением в диагностическую карту;                                |
| 19 |         | 22 |               |                   |         | Танцевальные движения |                           | Наблюдение с занесением в диагностическую карту;                                |
| 20 |         | 29 |               |                   |         | Танцевальные движения |                           | Наблюдение с занесением в диагностическую карту;                                |
| 21 | февраль | 5  | 15.50 - 16.15 | Теория, практика. |         | Танцевальные движения | Музыкально-спортивный зал | Педагогическое наблюдение                                                       |
| 22 |         | 12 |               |                   |         | Танцевальные движения |                           | Педагогическое наблюдение                                                       |
| 23 |         | 19 |               | Выступление       | 7 часов | Музыкальные игры      |                           | Фото, видео материалы, исполнение танцев на открытом занятии, отзывы родителей. |

|    |        |    |                  |                                             |                |                                                           |                                  |                                                                                              |
|----|--------|----|------------------|---------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 24 |        | 26 |                  | Теория,<br>практика.                        |                | Музыкальные<br>игры                                       |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 25 | март   | 5  | 15.50 -<br>16.15 | Тория,<br>практика.<br>Теория,<br>практика. |                | Музыкальные<br>игры                                       | Музыкально<br>-спортивный<br>зал | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 26 |        | 12 |                  |                                             |                | Музыкальные<br>игры                                       |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 27 |        | 19 |                  |                                             |                | Музыкальные<br>игры                                       |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 28 |        | 26 |                  |                                             |                | Музыкальные<br>игры                                       |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 29 | апрель | 2  | 15.50 -<br>16.15 | Теория,<br>практика.                        | 6<br>часо<br>в | Релаксация                                                | Музыкально<br>-спортивный<br>зал | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 30 |        | 9  |                  | выступлен<br>ие                             |                | Релаксация                                                |                                  | Педагогическое<br>наблюдение за<br>исполнением<br>музыкальных игр<br>на открытом<br>занятии. |
| 31 |        | 16 |                  |                                             |                |                                                           |                                  |                                                                                              |
| 32 |        | 23 |                  | Теория,<br>практика.                        |                | Релаксация                                                |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 33 |        | 30 |                  | Теория,<br>практика.                        |                | Релаксация                                                |                                  | Педагогическое<br>наблюдение                                                                 |
| 34 | май    | 7  | 15.50 -<br>16.15 | Теория,<br>практика.                        |                | Релаксация                                                | Музыкально<br>-спортивный<br>зал | Наблюдение с<br>занесением в<br>диагностическую<br>карту;                                    |
| 35 |        | 14 |                  | Релаксация                                  |                | Наблюдение с<br>занесением в<br>диагностическую<br>карту; |                                  |                                                                                              |
| 36 |        | 21 |                  | концерт                                     |                | 1<br>час                                                  |                                  | Итоговое<br>занятие                                                                          |