

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 108 общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей  
Невского района Санкт-Петербурга

Принята

Педагогическим советом ГБДОУ д/с № 108

Протокол от "31" августа 2021 № 09

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ д/с № 108

К.А.Пидаль-Росете

Приказ от «24» сентября 2021 № 57



**Рабочая программа  
к дополнительной общеразвивающей программе  
физкультурно-спортивной направленности  
современный детский танец  
I год обучения**

Срок реализации 1 год

Возраст обучающихся

3-4 года

Руководитель

Фёдоров Г.А.

педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2021

## Оглавление

	Стр.
Пояснительная записка.....	3
Назначение программы .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Цель программы. ....	3
Задачи .....	4
Сроки реализации программы .....	4
Организация образовательного процесса .....	5
Содержание разделов программы .....	5
Учебный план программы.....	7
Календарный учебный график.....	7
Тематическое планирование образовательной деятельности с детьми.....	9
Список используемой литературы .....	19

## Пояснительная записка

Данная программа предназначена для работы с детьми младшего дошкольного возраста. Рассчитана программа на 1 год обучения детей в возрасте от 3 до 4 лет.

"Детская ритмическая гимнастика с элементами игрового стретчинга" – ритмопластика - это физкультурно-музыкальное занятие оздоровительной направленности, основными средствами которого являются комплексы оздоровительных и гимнастических упражнений, развивающие игры, различные по своему характеру, выполняемые под музыку и оформленные танцевальными движениями.

Ритмопластика базируется на огромном арсенале разнообразных движений и упражнений. Умение передать свои чувства и переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики без излишнего напряжения и составляет двигательную культуру человека. Основой ее является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий ритмопластикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения. Занимаясь ритмопластикой, дети получают представление о разнообразном мире движений, который, особенно на первых порах, является для них новым и необычным. В данной программе используются не только музыкально-ритмические и имитационные движения, но и разнообразные упражнения, растяжки, игры. Веселая музыка занятий, высокая двигательная активность детей создают радостное, приподнятое настроение, заряжают положительной жизненной энергией. Каждое занятие - это путешествие в сказку, это игры и перевоплощения в различные образы.

Опыт проведения ритмопластики показал, её привлекательность и доступность. Основу для ритмических композиций составляют простые движения, направленные на развитие у детей музыкальности, двигательных качеств и умений, чувства ритма, творческих способностей, нравственно-эстетических качеств. Одной из основных направленностей ритмопластики является психологическое раскрепощение ребенка, а разнообразие используемой на занятиях музыки дарит детям мгновения чудесного самовыражения, развивает творческие способности, совершенствуют коммуникативные навыки и обогащают эмоциональную сферу.

Занятия ритмопластикой способствуют выработке устойчивой правильной осанки; укреплению и развитию различных групп мышц; укреплению иммунитета; улучшению координации движений; воспитанию в детях чувства внутренней свободы; уверенности в себе; развитию умения правильно и красиво двигаться; развитию творческих способностей, воображения; развитию чувства ритма, музыкального слуха и вкуса; речевому развитию; умения чувствовать и передавать характер музыки.

## Назначение программы

Осуществление танцевального направления дошкольников, более широкое приобщение к миру искусства

## **Цель программы**

Содействие всестороннему развитию личности дошкольника, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребёнка, совершенствование двигательных умений и навыков средствами музыки и ритмических движений.

## **Задачи**

### **1. Развитие музыкальности:**

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

### **2. Развитие двигательных качеств и умений:**

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;
- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

### **3. Развитие творческих способностей, потребности самовыражения в движении под музыку:**

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

### **4. Развитие и тренировка психических процессов:**

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомиме;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

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

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**Сроки реализации программы-** учебный год: с 01.12. 2020 по 31.05.2021 (48 академических часа)

**Направление деятельности** - музыкально-физкультурное.

**Форма обучения** – обучение детей проходит как специально организованная деятельность во второй половине дня по окончании основных режимных моментов. Учебная неделя: 1 день. Продолжительность занятий: 1 академический час (10-12 мин.)

**Способ организации** – группа, количественный состав до 12 человек.

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

- музыкальные записи на CD
- разнообразная атрибутика (обручи, мячи разных размеров, ленты, гимнастические палки, султанчики, кубики и т.д.)
- танцевальные костюмы.

## **Прогнозируемые результаты**

1. Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
2. Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.
3. Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.
4. Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.

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

- открытые занятия для родителей
- 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.

I. *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.

II. *Основная часть* 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. В нее входят: ритмические танцы, пластика, креативная гимнастика.

III. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. 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.

## **Содержание разделов программы**

**Раздел «Танцевальная разминка»** является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. Виды упражнений - хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки», «капельки»); акцентированная ходьба; движения руками в различном темпе; хлопки или удары ног на каждый счёт, через счёт; сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт; выполнение ходьбы, бега, движений туловища в различном темпе; акцентированная ходьба махом руками вниз на сильную долю такта; поднятие и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта, на каждый счёт; поочередное поднятие и опускание рук по линиям.

**Раздел «Гимнастика»** служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят - строевые упражнения (виды упражнений: построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты прыжком; построение из одной шеренги в две; ходьба и бег «змейкой»; ходьба и бег враспынную; перестроение в три или четыре колонны по ориентирам; ходьба и бег в колонне по диагонали зала; ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по команде воспитателя; перестроение в две колонны расхождением через одного через центр зала; ходьба с перестроением парами; ходьба с перестроением тройками), - общеразвивающие упражнения (с предметами – ленточками, обручами, флажками, мячами и др. и без предметов), а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения (виды упражнений: 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).

**Раздел «Танцы»** направлен на формирование у детей танцевальных движений. Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического. Виды упражнений: шаг с носка, на носках; приставной шаг в сторону с приседанием, с хлопком; шаг с подскоком; скрестный шаг; русский хороводный; шаг с поворотом на 180°, на 360°; галоп прямой и боковой; шаг с притопом; русский шаг-«припадание»; «гармошка»; «ковырялочка»; тройной шаг с притопом; комбинации из танцевальных шагов.

**Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика»** направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей младшего дошкольного возраста.

**Раздел «Пластика» - «Игровой стретчинг»** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

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

**Раздел «Игровой самомассаж»** направлен на закалывание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Варианты упражнений: «Носом - вдох, а выдох – ртом»; «Вороны»; «У меня спина прямая»; «Разотру ладошки сильно»; «Руки к солнцу поднимаю»; «Я лежу на воде, как медуза на спине»; «Шалтай – Болтай сидит на стене»; «Ныряние»; «Подуем на плечо, подуем на другое»; «Руки кверху поднимаем»; «Воздух мягко набираем, шарик красный надуваем»; «Один, два, три, четыре, пять, все умеем мы

считать», «Ветер дует нам в лицо»; «Ладочки, ладошки, утюжки-недотрожки»; «Вот встречаются зайчата, как погреться нам ребята»; «Ручки разотру, тепло сохранию».

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»** является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации. Варианты игр: «Ёжик», «Сороконожка», «На лугу», «Собери вагончики», «Полетим на самолёте» и пр.

**Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия)** включают в себя все виды подвижной деятельности. Служит основой для закрепления умений и навыков, приобретённых ранее, помогает сплотить ребят, побывать, где захочешь и увидеть, что хочешь, стать, кем мечтаешь.

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

1. Создание предметно-пространственной среды для музыкально-ритмической деятельности.
2. Методическое обеспечение программы.
3. Установление сотрудничества с хореографическими коллективами города.
4. Взаимосвязь с семьей.

### **Учебный план программы** (1-ый год обучения)

№ п/п	Содержание работы	Количество часов	
		теория	практика
1	Ритмопластика (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве)	1	3
2	Танцевальная азбука (разучивание танцевальных движений и шагов)	2	20
3	Танцевально-образная импровизация	2	6
4	Разучивание «Речевого танца»	2	3
5	Игровой танец	1	6
6	Музыкально – двигательный этюд	1	2
7	Организация миниконцертов	1	1
8	Итого на год:	10	38
		48	

### **Календарный учебный график**

№	наименование	содержание
1	Продолжительность учебного года	С 01.10. 2021 по 31.05. 2022
2	Количество недель	32
3	Праздничные дни.	4-7 ноября, 31 декабря-9 января, 23 февраля, 5-8 марта, 30 апреля -3 мая, 7 - 9 мая

## Тематическое планирование образовательной деятельности с детьми

Младшая группа			
<b>Декабрь</b>			
<b>Тема: «Новогодние гости»</b>			
<b>Неделя</b>	<b>Содержание</b>	<b>Задачи</b>	<b>Номер занятия</b>
1 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Маленький танец» - Ф.Кулау «Вариации»</li> <li>• Словесно – двигательная игра «Снежинка»</li> <li>• Этюд: «Холодно – жарко» на развитие пантомимики.</li> <li>• Танцевальная композиция «Гномики» (Диск «Новый год» №1)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать умение выполнять тройной хлопок, различать сильную долю, отворачиваться друг от друга и поворачиваться</li> <li>• Развивать воображение, умение действовать с воображаемым предметом.</li> <li>• Формировать навыки изображения в пантомиме разные эмоции.</li> <li>• Заинтересовать детей новым танцем. Знакомить детей с «пространственным рисунком» парного танца. Развивать коммуникативные качества.</li> </ul>	Занятие 1
2 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Этюд – разминка: «Снежинки и ветер» под муз. «Вальс снежных хлопьев» П.И.Чайковского.</li> <li>• Словесно – двигательная игра «Снежинка»</li> <li>• Игра: «Замри – отомри»</li> <li>• Упражнение: «Поезд» муз. М.Красевой.</li> <li>• Танцевальная композиция «Гномики» (Диск «Новый год № 1)</li> </ul>	<p>Способствовать развитию творческого воображения, умения передавать в движении основные средства музыкальной выразительности.</p> <p>Продолжать развивать умение действовать с воображаемым предметом.</p> <p>Развивать внимание, умение свободно владеть своим телом.</p> <p>Формировать навыки ориентировки в пространстве, умение перестраиваться «паровозиком и парами.</p> <p>Продолжать осваивать «рисунок» танца. Отрабатывать отдельные элементы.</p>	Занятие 2

3 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Этюд – разминка: «Снежинки и ветер» под муз. «Вальс снежных хлопьев» П.И.Чайковский.</li> <li>• Упражнение: «Поезд» муз. М.Красева.</li> <li>• Игра: «Ритмическое эхо»</li> <li>• Жестовые упражнения: «Смотрим в даль», «Удивляемся», «Зовём».</li> <li>• Танцевальная композиция: «Гномики» (Диск «Новый год»)</li> </ul>	<p>Продолжать знакомит детей со способами передачи в движении средств музыкальной выразительности.</p> <p>Закреплять навыки движения друг за другом, не сталкиваясь, в одном темпе.</p> <p>Продолжать формировать умение передавать простейшие ритмические рисунки по показу.</p> <p>Показать приёмы выполнения изобразительных жестов.</p> <p>Способствовать формированию навыков выразительного исполнения танца. Развивать музыкальную память.</p>	Занятие 3
4 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка № 1</li> <li>• Игры по желанию детей («Замри – отомри», «По дощечке», «Игра в мяч», «Полетим на самолёте», «Мишка и зайчик»...)</li> <li>• Танцевальная композиция «Гномики» (Диск «Новый год»).</li> </ul>	<p>Настроить детей на занятие. Тренировать основные группы мышц. Закреплять навыки основных движений.</p> <p>Побуждать детей к самостоятельному выбору и действию.</p> <p>Развивать коммуникативные качества.</p> <p>Побуждать к эмоциональному, выразительному исполнению танца. Прививать интерес к движению под музыку.</p>	Занятие 4
<b>Январь</b> <b>Тема: «Шутка и веселье»</b>			
<b>Неделя</b>	<b>Содержание</b>	<b>Задачи</b>	<b>Номер занятия</b>
1 неделя	Праздничная неделя	Праздничная неделя	Занятие 5
2 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Поросята» Дж. Уотт</li> <li>• Этюд – игра: «Ожившая игрушка»</li> <li>• Этюд: «Клоуны»</li> <li>• Танцевальная композиция: «Гномики» (диск «Новый год»)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Учить детей двигаться по кругу игривым «шуточным» шагом, выполнять имитационные движения «бросаем снежки».</li> <li>• Показать приёмы выполнения образных движений.</li> <li>• Формировать навыки передачи в движении задорного, шутливого характера музыки. Побуждать к творческому самовыражению.</li> <li>• Вызвать эмоциональный отклик на знакомую музыку. Побуждать к активному исполнению.</li> </ul>	Занятие 6

3 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка № 4</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «Мороз»</li> <li>• Игра: «Приглашение» укр. нар.муз. в обр. Теплицкого.</li> <li>• Танцевальная композиция: «Белые кораблики»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Продолжать развивать координацию движений. Формировать навыки выполнения движений в определённом темпе и характере.</li> <li>• Развивать умение сочетать движения со словами.</li> <li>• Познакомить с приёмами выбора пары. Учить двигаться спокойным шагом.</li> <li>• Вести в игровую ситуацию. Вызвать эмоциональный отклик на новую музыку. Развивать пластичность движений.</li> </ul>	Занятие 7
4 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку «Вместе весело шагать» В. Шаинский.</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «Мороз».</li> <li>• Игра: «Весело – грустно» - с облачками.</li> <li>• Танцевальная композиция «Белые кораблики»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Расширять знания о жанрах музыки. Выполнять движения в характере и темпе, соответствующем музыке.</li> <li>• Продолжать развивать умение сочетать движения с текстом.</li> <li>• Побуждать детей к творческому движению. Передавать настроение в мимике и жестах.</li> <li>• Формировать навыки плавного, длящегося, медленного движения. Учить двигаться всем телом.</li> </ul>	Занятие 8

Младшая группа

**Февраль**  
**Тема: «Любимая игра»**

Неделя	Содержание	Задачи	Номер занятия
1 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку «Белые кораблики»</li> <li>• Игра с облачками: «Весело – грустно»</li> <li>• Упражнение: «Весёлые лягушата»</li> <li>• Танцевальная композиция «Цыплята и курочка» муз. Г. Ворламова.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Настроить детей на занятие. Развивать основные группы мышц, навыки плавного, неторопливого движения.</li> <li>• Развивать умение чувствовать и передавать в мимике и пластике настроение музыки.</li> <li>• Тренировать детей в лёгких прыжках с ноги на ногу, ритмичных хлопках по коленкам.</li> <li>• Вызвать эмоциональный отклик на новую музыку. Воспринимать и передавать в движении весёлое настроение танца.</li> </ul>	Занятие 9
2 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка № 4.</li> <li>• Игра: «Лошадка»</li> <li>• Этюд: «Цыплёнок» П.И.Чайковский.</li> <li>• Танцевальная композиция: «Цыплята и курочка» муз.Г.Ворламова.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Тренировать детей в ловкости и музыкальности движений. Выполнять движения в определённом темпе.</li> <li>• Развивать умение перестраиваться в пространстве: из круга – в рассыпную, выразительность движений</li> <li>• Побуждать детей к творческому самовыражению. Воспринимать и передавать в движениях настроение музыки, музыкальный образ.</li> <li>• Продолжать знакомить детей с «рисунком» танца. Способствовать освоению изобразительных движений. Развивать коммуникативные качества.</li> </ul>	Занятие 10

3 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка № 2</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «Две лягушки»</li> <li>• Ритмическая игра: «Бубен»</li> <li>• Танцевальные композиции: «Цыплята и курочка» Г.Ворламов. «Всё мы делим пополам» В.Шаинский.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Настроить детей на занятие. Продолжать развивать основные группы мышц, координацию движений.</li> <li>• Формировать навыки координирования движений рук и ног</li> <li>• Продолжать развивать чувство ритма, умение передавать простейший ритмический рисунок</li> <li>• Закреплять знания «Рисунка» танца. Способствовать активному участию в исполнении танца. Познакомить с новой музыкой, определить, о чём он рассказывает.</li> </ul>	Занятие 11
4 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнения: «Петушки, курочки и цыплята» под рус.нар.муз.</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «Две лягушки»</li> <li>• Музыкальная игра с кубиком: «Кто к нам пришел» (папка – игры).</li> <li>• Танцевальные композиции: «Цыплята и курочка» Г.Ворламова. «Всё мы делим пополам» В.Шаинский.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ввести детей в игровую ситуацию. Развивать умение слышать и передавать в движениях изменения в музыке</li> <li>• Продолжать формировать навыки координации движений, умения сочетать движения с текстом.</li> <li>• Познакомить с игрой. Развивать творческую активность детей. Напомнить некоторые изобразительные движения.</li> <li>• Побуждать к выразительному, эмоциональному исполнению танца в характере музыки. Продолжать формировать навыки взаимодействия в паре. Закреплять умение выполнять простые движения под музыку.</li> </ul>	Занятие 12

Младшая группа

**Март**

**Тема: «Праздник бабушки и мамы»**

Неделя	Содержание	Задачи	Номер занятия
1 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Словесно – двигательная игра: «Две лягушки»</li> <li>• Игра – упражнение: «Петушки, курочки и цыплята» под рус.нар.музыку.</li> <li>• Игра: «Сороконожка» Е.Гольцева</li> <li>• Танцевальные композиции: «Цыплята и курочка» Г.Ворламова «Всё мы делим пополам» В.Шаинский</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать навыки синхронного выполнения движений по тексту. Продолжать развивать чувство ритма.</li> <li>• Продолжать формировать умение детей самостоятельно слышать и передавать в движениях смену музыкального образа.</li> <li>• Учить детей чувствовать изменение темпа в музыке и менять темп движения</li> <li>• Закреплять навык выразительного исполнения танца. Добиваться ритмичного исполнения. Побуждать детей самостоятельно находить себе пару, правильно находить место в зале, активно взаимодействовать в паре.</li> </ul>	Занятие 13
2 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка № 4</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «Ёжик»</li> <li>• Музыкальная игра с кубиком: «Кто к нам пришёл?»</li> <li>• Танцевальная композиция: «Кот Леопольд» музыка Б.Савельева</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Продолжать развивать координацию движений рук и ног, быстроту реакции.</li> <li>• Формировать навык передачи образа в движениях. Сочетать движения с текстом.</li> <li>• Активизировать творческую активность детей. Развивать ловкость и ритмичность.</li> <li>• Заинтересовать новым танцем. Развивать творческое воображение, чувство ритма, координацию движений.</li> </ul>	Занятие 14

3 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку «Белые кораблики» В.Шаинский</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «Ёжик»</li> <li>• Музыкальная игра: «Сороконожка» Е.Гольцева</li> <li>• Танцевальные композиции: «Кот Леопольд» Б.Савельев «Цыплята и курочка» Г.Ворламова</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Продолжать развивать плавность, мягкость движений рук, музыкальность движений.</li> <li>• Закреплять навык ритмичного, слаженного выполнения движений с текстом.</li> <li>• Формировать навык ориентировки в пространстве зала, умения перестраиваться и двигаться «паровозиком» меняя направление.</li> <li>• Продолжать развивать творческое воображение, выразительность движений, память. Вспомнить знакомую композицию. Побуждать к самостоятельному исполнению.</li> </ul>	Занятие 15
4 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку: «Веселые путешественники» М.Старокадомский</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «На лугу»</li> <li>• Ритмическая игра: «Эхо» (использовать деревянные палочки)</li> <li>• Танцевальная композиция: «Кот Леопольд» Б.Савельев «Рыбачек» М.Старокадомский</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать внимание, быстроту реакции, координацию движений рук и ног</li> <li>• Продолжать развивать умение сочетать движения со словами. Выполнять в одном темпе.</li> <li>• Побуждать повторять за педагогом простейшие ритмические рисунки. Продолжать учить действовать с предметами.</li> <li>• Закреплять «рисунок» танца. Побуждать к эмоциональному, выразительному исполнению композиции. Вспомнить знакомый танец.</li> <li>• Продолжать формировать выразительность пластики, умение вслушиваться в текст песни.</li> </ul>	Занятие 16

Младшая группа

**Апрель**  
**Тема: «Весенняя прогулка»**

Неделя	Содержание	Задачи	Номер занятия
1 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку «Веселые путешественники» М.Старокадомского</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «На лугу»</li> <li>• «Белые кораблики» В.Шаинский</li> <li>• Танцевальная композиция: «Мы в поезде» (диск «Песенки для малышей»)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Настроить детей на занятие. Тренировать основные группы мышц. Развивать координацию.</li> <li>• Продолжать развивать умение сочетать движения со словами. Развивать чувство ритма.</li> <li>• Развивать плавность движений рук, умение быть внимательными</li> <li>• Познакомить с новым танцем. Развивать умение вслушиваться в слова песни, понимать смысл. Побуждать к творческому воображению.</li> </ul>	Занятие 17
2 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение: «Разноцветные машины»</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «На лугу»</li> <li>• Музыкальная игра: «Собери вагончики»</li> <li>• Танцевальная композиция: «Мы в поезде» (диск:«Песенки для малышей»)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать ориентировку в пространстве, умение двигаться не сталкиваясь, слышать изменения в музыке.</li> <li>• Побуждать выполнять движения синхронно, четко в соответствии с текстом.</li> <li>• Продолжать развивать ловкость, быстроту движений, коммуникативные качества.</li> <li>• Знакомить детей с «рисунком» танца. Формировать выдержку, чувство темпа, ритма. Развивать музыкальную память.</li> </ul>	Занятие 18
3 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игровое упражнение: «Разноцветные машины»</li> <li>• Музыкальная игра: «Какое настроение?» - выразительные жесты.</li> <li>• Танцевальная композиция: «Мы в поезде» (диск:«Песенки для малышей»)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать внимание, ритмичность движений, умение слышать и передавать в движениях изменения в музыке.</li> <li>• Формировать умение передавать разное настроение в мимике и жестах.</li> <li>• Продолжать знакомить с «рисунком» танца. Развивать творческое воображение, умение вслушиваться в текст песни, понимать смысл песни.</li> </ul>	Занятие 19

4 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку: «Вместе весело шагать» В.Шаинский</li> <li>• Ритмическая игра: «Повтори как я» (использовать кубики)</li> <li>• Музыкальная игра: «Полетим на самолёте» Н.Сушева (картотека – этюды)</li> <li>• Танцевальная композиция: «Мы в поезде» (диск:«Песенки для малышей»)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Формировать навык четкой ходьбы, развивать умение выполнять лёгкие подскоки.</li> <li>• Продолжать формировать навык исполнения ритмического рисунка на инструменте.</li> <li>• Развивать творческое воображение, умение слышать изменения в музыке, передавать их в движениях. Легко входить игровую ситуацию.</li> <li>• Закреплять навыки выполнения танцевальных элементов, без музыки. Побуждать к выразительному исполнению в подвижном темпе.</li> </ul>	Занятие 20
-------------	--	--	------------

Младшая группа

**Май**

**Тема: «Дети и лето»**

Неделя	Содержание	Задачи	Номер занятия
1 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку: «Вместе весело шагать» В.Шаинский</li> <li>• Музыкальная игра: «Полетим на самолёте» Н.Сушева</li> <li>• Игра: «Птички и ворона» А.Кравцович</li> <li>• «Едем к бабушке в деревню» Грузинская народная мелодия</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закреплять навыки движений лёгким подскоком и бодрым шагом. Добиваться музыкальности и ритмичности движений.</li> <li>• Побуждать детей к самостоятельной деятельности. Двигаться в соответствии с изменениями в музыке.</li> <li>• Разучить новую игру. Способствовать развитию воображения, фантазии, выразительности движений.</li> <li>• Формировать навыки пружинящей ходьбы, желание двигаться под музыку</li> </ul>	Занятие 21

2 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игра: «Птички и ворона» А.Кравцович</li> <li>• Музыкальная игра: «Сороконожка» О.Боромыкова</li> <li>• Ритмическая игра: «Эхо»</li> <li>• Танцевальная композиция: «Мы в поезде»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Побуждать детей к творческому воображению, к поиску выразительных движений.</li> <li>• Ввести детей в игровую ситуацию, вызвать положительные эмоции. Двигаться в соответствии с характером музыки.</li> <li>• Продолжать развивать чувство ритма, умение передавать простой ритмический рисунок.</li> <li>• Закреплять навыки выразительного, эмоционального движения под музыку. Подводить к самостоятельному исполнению.</li> </ul>	Занятие 22
3 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Разминка под музыку: «В траве сидел кузнечик» В. Шаинский</li> <li>• Словесно – двигательная игра: «Тик – так»</li> <li>• Музыкальная игра: «Сороконожка» О. Боромыкова</li> <li>• Танцевальная композиция: «Мы в поезде»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Закреплять навыки выполнения движений в характере музыки, легко, без напряжения.</li> <li>• Продолжать развивать чувство ритма. Умение сочетать движения со словами.</li> <li>• Закреплять навыки движений «паровозиком» и враспынную не сталкиваясь. Развивать ловкость, лёгкость движений</li> <li>• Закреплять навык выразительного исполнения движений. Развивать коммуникативные качества. Поддерживать интерес к танцам.</li> </ul>	Занятие 23
4 неделя	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Игры по желанию детей: «Кто к нам пришёл?» (с кубиком); «Разноцветные машины»; «Сороконожка»; «Полетим на самолёте» «Птички и ворона»...</li> <li>• Танцевальные композиции: по желанию детей: «Гномики» «Ни кола, ни двора» «Цыплята и курочка» «Всё мы делим пополам»...</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Создать условия для свободного действия. Побуждать к активному участию в играх. Закреплять навыки взаимодействия в игре.</li> <li>• Поддерживать интерес детей к движению под музыку. Закреплять умение двигаться выразительно, музыкально, ритмично. Побуждать детей к самостоятельному выбору.</li> </ul>	Занятие 24

**ИТОГО: 24 занятия**

### **Список используемой литературы:**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.
2. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб; «Детство–ПРЕСС», 2019.
3. Нищева Н.В. «Кабинет Логопеда. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики» СПб; «Детство –ПРЕСС», 2018.
4. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников». СПб; ТЦ «Сфера», 2019.
5. Сулим Е.В. «Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг». М ,ТЦ «Сфера», 2018.
6. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». СПб, 2019
7. Соколова Л.А. «Детские Олимпийские Игры». Волгоград: Учитель,
8. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет». М, Мозаика-Синтез, 2013
9. Т.И.Суворова «Танцевальная ритмика для детей» вып. 4
10. Т.И.Суворова, Л.Казанцева, Ирина Шарифуллина, Ольга Румянцева «Спортивные Олимпийские танцы для детей 2», СПб, 2018