

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №83
Невского района Санкт-Петербурга

Принято
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «31» 08 2018 года

Утверждаю
Заведующий ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Иванова Г.А.



Программа дополнительного образования ВЕСЕЛАЯ ГИМНАСТИКА (Возраст детей от 2 до 7 лет)

Педагоги дополнительного образования
Епифанова Ирина Олеговна

Пролонгировано:
Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № ____ от « ____ » ____ 201 ____ года

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № ____ от « ____ » ____ 20 ____ года

Педагогическим советом
ГБДОУ детского сада № 83
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № ____ от « ____ » ____ 20 ____ года

Санкт-Петербург
2018 год

Пояснительная записка

В системе физического воспитания гимнастике принадлежит ведущая роль в деле укрепления здоровья. Гимнастика — одно из наиболее массовых и доступных средств физического воспитания человека. Её значение обусловлено эффективностью воздействия на организм занимающихся, доступностью и разнообразием средств. Овладение методикой обучения гимнастическим упражнениям, а также общеразвивающими и прикладными упражнениями, отдельными спортивными навыками, вооружает детей очень важными знаниями, умениями и навыками.

Занятия гимнастикой направлены на развитие движений, совершенствование двигательных навыков и физических качеств (ловкость, гибкость, силу, выносливость). Движения доставляют занимающимся радость и могут служить хорошим средством повышения умственной работоспособности. Акробатические упражнения содействуют всестороннему развитию всех органов и систем и в первую очередь двигательного аппарата, повышают возбудимость мышц, темп, силу, мышечный тонус и общую выносливость ребенка.

Сохранять и улучшать здоровье — огромная каждодневная работа, начиная с рождения. Неуклонно уменьшается число здоровых детей, при этом растёт число детей, страдающих заболеваниями нервной системы, органов чувств, опорно-двигательного аппарата и др. Многочисленные исследования последних лет показывают, что именно в первые годы жизни ребёнка закладывается фундамент его здоровья. «В каких бы условиях не воспитывался ребёнок, ему необходимы средства для своевременного и правильного развития движений: просторное помещение, пособия и предметы, побуждающие его к действию, подвижные игры, музыкальные занятия, а так же специальные занятия физической культурой» — так считают известные педиатры.

Многочисленные исследования последних лет показывают, что около

25-30 % детей, приходящих в 1 класс, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. По мере роста ребенка родителям и воспитателям, как дома, так и в детских садах, необходимо тщательно следить за тем, чтобы ребенок правильно ходил, сидел, двигался.

В детских садах предусмотрены занятия физической культурой, но их не достаточно для укрепления организма дошкольников. Недостаточная физическая активность отрицательно влияет на деятельность физиологических функций, особенно растущего организма, тормозит процесс физического развития и формирования основных двигательных качеств: ловкости, быстроты, силы, выносливости.

Данная учебная программа очень важна на первоначальном этапе обучения. Дети, поступающие в школы города, не имеют какой-либо подготовки в области культуры движения, страдают недостатками физического сложения тела, не имеют ярко выраженных навыков владения своим телом.

Программа предусматривает формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, воспитание правильной осанки, укрепление мышц опорно-двигательного аппарата, развитие гигиенических навыков, освоение знаний о физическом воспитании, потребности в ежедневных занятиях, в развитии умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, в воспитании любви к занятиям спортом, интереса к их результатам.

Занятия гимнастикой способствуют укреплению и повышению сопротивляемости организма к рецидивам болезни, а также к последующим заболеваниям и их осложнениям.

Главное средство гимнастики — специально подобранные, подвижные игры и физические упражнения. Они подбираются в соответствии с особенностями возраста ребенка и оказывают многогранное физиологическое действие: под их воздействием повышается устойчивость организма к нагрузкам и неблагоприятным влияниям внешней среды, укрепляется мышечный корсет.

С целью создания положительного эмоционального фона лучше выполнять упражнения под музыку. На занятиях важно использовать наглядные пособия (различные картинки, рисунки), а также загадки, песни, стихотворения, соответствующие сюжету комплекса. Все это способствует повышению интереса, активности детей и, следовательно, более качественному выполнению упражнений.

Воспитательно-образовательная работа с детьми строится по принципу постепенности увеличения сложности заданий и интенсивности нагрузок и предусматривает максимально широкое использование современных наглядных материалов, технических средств и прогрессивных педагогических технологий.

В программе максимально используются различные общеразвивающие упражнения, активизирующие различные группы мышц и улучшающие кровоснабжение внутренних органов. Особенно полезны упражнения, направленные на развитие и укрепление дыхательной мускулатуры, улучшение вентиляционной способности легких, коррекцию опорно-двигательного аппарата. Для повышения функциональной работоспособности сердечно-сосудистой, бронхо-легочной систем особенно эффективны упражнения, связанные с естественными движениями: дозированный бег, ходьба со сменой темпа и направления, ходьба в чередовании с бегом. Укреплению дыхательной мускулатуры, мышц диафрагмы способствуют упражнения, развивающие мышцы плечевого пояса, туловища, нижних конечностей. При занятиях укрепляющей гимнастикой целесообразно широко использовать различные предметы – гимнастические палки, мячи разных размеров; упражнения у гимнастической стенки.

В процессе занятий у детей формируется осознанное отношение к своему здоровью, ребята начинают понимать значение и преимущество хорошего самочувствия.

Возраст детей и сроки реализации программы

Программа рассчитана на 3 года обучения. В реализации программы участвуют дети в возрасте от 2 до 7 лет. Занятия проводятся один раз в неделю, 30 часов в год, во второй половине дня. Занятия с детьми 2-3 проводятся в подгруппе продолжительностью 15 минут, 4 лет проводятся по подгруппам продолжительностью 20 – 25 минут, 5 лет 25 – 30 минут, 6 – 7 лет – 30 – 35 минут.

Целью программы является создание оптимальных условий для всестороннего, полноценного развития двигательных способностей и укрепления здоровья детей.

Достижение поставленной цели связано с решением следующих задач:

1. **Образовательные:**
 - приобретение музыкально-ритмических навыков;
 - формирование навыков координации, владения мышечным и суставно-двигательным аппаратом;
 - приобретение свободы движения.
2. **Развивающие:**
 - развитие эстетического и художественного вкуса у детей;
 - развитие образного мышления;
 - развитие профессиональных данных: гибкости, выворотности, подъёма стопы, танцевального шага, прыжка, ритмичности, эластичности мышц, музыкальности, сообразительности, координации;
 - формирование осанки;
 - коррекция физических недостатков строения тела;
 - тренировка сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
 - развитие танцевально-ритмической координации и выразительности.
3. **Воспитательные:**

- воспитание культуры поведения и чувства прекрасного;
- воспитание чувства такта, благородства, уважения друг к другу;
- воспитание трудолюбия, дисциплинированности, обязательности, аккуратности - то есть общечеловеческих качеств;
- повышение занятости детей в свободное время, организация полноценного досуга.

Основные виды учебной деятельности

1. Разучивание простейших элементов партерной гимнастики.
2. Разучивание танцевальных элементов гимнастики.
3. Разучивание различных комбинаций на развитие координации.
4. Разучивание простейших элементов художественной гимнастики.
5. Разучивание движений с атрибутами.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «змеек», движения к определенной цели и между предметами, выполнение упражнений с предметом или в паре) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Методы и принципы обучения

1. Наглядный метод (практический показ педагога). Любое упражнение показывается под музыку из точного исходного положения, с подготовительным движением рабочей руки и головы (возможно, корпуса и опорной ноги), с начала и до конца и с завершением в исходное положение.

2. Словесный метод. Применение его многообразно: пояснения, рекомендации, комментарии к замечаниям. Живая речь сопутствует практическому показу, усиливает визуально воспринимаемую информацию. Педагог характеризует значимость упражнения в экзерсисе у палки, делая краткие методические рекомендации. Методика ведения урока включает использование образно-ассоциативные сравнения, ориентирующие учащихся на точность восприятия изучаемого материала. Обязательным является словесная характеристика танцевального материала.

3. Метод иллюстрации. Имеет различные варианты реализации. Педагог с целью достижения полноты информации использует как наглядные иллюстрации, так и музыкальные фонограммы в исполнении ансамблей или оркестров народных инструментов. Применяя метод иллюстрации, учащиеся лучше усваивают хореографический материал, так как учиться по примеру гораздо эффективнее. «Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать».

4. Метод проблемного обучения. Этот метод связан с созданием ситуации (условий), отличающейся от привычной, традиционной. Проблемным на уроке народно-сценического танца для обучающихся может стать освоение любого танцевального элемента. Однако педагог должен стремиться специально, создать проблему, изменить роль воспитанника в учебном процессе. Дать новые приёмы исполнения того или иного движения, подтолкнуть обучающегося к самостоятельному поиску новых приёмов, вариантов применения освоенных знаний, включить учащегося в творческий процесс.

Используются следующие принципы обучения:

1. Принцип «от простого к сложному». Необходимо начинать с простого и постепенно усложнять материал во избежание путаницы в познаниях. Необходима система и логика построения содержания учебного материала (для этого и разрабатывается учебный план).

Всякий материал делится на логические разделы и образовательные элементы, определяется порядок их изучения. Устанавливается связь между ними, а также теорией и фактами. Для того чтобы добиться грамотного и методически правильного исполнения от своих воспитанников необходимо придерживаться определённой поочередности при изучении нового материала. Для начала производится подготовка к изучению того или иного упражнения, только потом изучаются самые простые виды этого упражнения. И только когда движение проучено и закреплена правильная техника его исполнения, можно изучать более сложные виды. Так и в системе обучения изучается простой материал, но с годами он усложняется и совершенствуется.

2. Принцип систематичности и последовательности в овладении достижениями науки, культуры, опыта деятельности придаёт системный характер учебной деятельности, теоретическим знаниям, практическим умением обучающихся. Принцип систематичности и последовательности предполагает преподавание и усвоение знаний в определенном порядке, системе. Он требует логического построения, как содержания, так и процесса обучения, что выражается в соблюдении ряда правил.

3. Принцип учёта физической нагрузки предполагает знание биомеханики каждого движения, так как работа определённых групп мышц и суставов требует разных уровней их активности. Принцип учёта физической нагрузки связан с дозировкой упражнения. Для танцора его тело служит средством самовыражения. Соответственно ему должны быть известны строение и функции тела. Только при таком условии танцовщик сможет защитить его и надолго сохранить здоровым при огромных нагрузках.

4. Принцип сознательности и творческой активности учащихся в обучении – один из главных принципов современной дидактической системы, согласно, которой обучение эффективно тогда, когда воспитанники проявляют познавательную активность, являются субъектами деятельности. Это выражается в том, что учащиеся осознают цели своего обучения, планируют и организуют свою работу, умеют себя проверять, проявляют интерес к знаниям, ставят проблемы и умеют искать пути их решения.

5. Принцип рационального сочетания коллективных и индивидуальных форм и способов учебной работы. Этот принцип означает, что преподаватель может и должен использовать разнообразные формы организации обучения - практический урок, теоретический урок, различные способы взаимодействия учащихся в учебном процессе: индивидуальная работа, работа в постоянных и сменных парах, в малых и больших группах. Кроме того, обучение можно осуществлять в разнообразных видах деятельности обучающихся вне урока: в поездках, на концертах и различных объединениях по интересам.

Предполагаемые результаты за данный год обучения и основные формы контроля

Занятия по гимнастике расширит и обогатит исполнительские возможности, формируя особые исполнительские качества и навыки.

Обучающиеся познакомятся с простейшими элементами художественной и партерной гимнастики, научатся работать в паре. Занятия по гимнастике разовьют силу ног, координацию, гибкость, выносливость, танцевальность, воспитывают культуру поведения и чувства прекрасного.

Место учебного предмета в учебном плане

В вариативной части учебного плана на данный предмет выделено 1 час в неделю по 30 минут, в год – 30 часов. В рабочей программе предусмотрено проведение контрольного урока в конце учебного года.

Весь изучаемый лексический материал подбирается с учётом физиологических и психологических возможностей обучающихся.

Учебно-тематический план работы для детей младшей группы 3 - 4 года

№ занятия	Тема занятия	Программное содержание	Кол-во часов
Октябрь			
1	Танцевально -ритмические движения	- Упражнять детей в ритмичной ходьбе под музыку, легком беге учить останавливаться с окончанием музыки,использовать все пространство зала. - Упражнять детей в ритмичной ходьбе под музыку, легком беге учить останавливаться с окончанием музыки,использовать все пространство зала. - Закрепить движение «фонарики» - Упражнять в прыжках на обеих ногах доставлять детям радость от движений под музыку. <i>Упр. «Ходим бодрым и спокойным шагом»</i> <i>Бодрый шаг и бег»</i> <i>Веселая разминка под музыку</i> <i>«Ножками затопали»</i> <i>«Кто хочет побегать?»</i> <i>«Птички летают и клюют зернышки»</i> <i>«Ай-да!»</i> <i>«Зайчики»</i> <i>«Громче-тише» Е. Тиличевой (с погремушками)</i> <i>«Разноцветная игра»</i> <i>«Пальчиковая гимнастика»</i>	1 ч
2	Танцевально -ритмические движения	- Развивать координацию движений,чувство ритма в хлопках в ладоши. Вызывать эмоциональный отклик на упражнение. воспитывать чувство сопереживания, доброе отношение в игре. <i>«Веселая разминка под музыку»</i> <i>«Упражнения для вводной части занятия «Улыбка» В. Шаинского</i> <i>«Маленький танец»</i> <i>Игра «Делай, как я!»</i> <i>Игровое упражнение «Поезд»</i> <i>«Веселые капельки»</i> <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1 ч
3	Танцевально-ритмические движения	- Учить двигаться четко, ритмично, не наталкиваться друг на друга. - Реагировать на смену звучания	1 ч

		музыки. Учить детей использовать все пространство зала, самостоятельно менять движения в соответствии с музыкой • «Марш» • «Веселая разминка под музыку» • «Чебурашка» В. Шаинский • Невяляшки • Птички • «Разноцветная игра» • Пальчиковая гимнастика	
4	Танцевально-ритмические движения	• Развитие умения начинать и заканчивать движения вместе с музыкой, двигаться в соответствии с образом и характером музыки, ее темпераментом. • «Бодрый шаг и бег» • «Веселая разминка под музыку» • Медвежата • Упражнение «Гусеница» • «Мячик» • «Весёлые путешественники» • «Пальчиковая гимнастика»	1ч
Ноябрь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Упражнять детей в бодрой ходьбе, легком беге, мягких прыжках и приседаниях. • Приучать детей танцевать в парах, не терять партнера на протяжении танца. • Доставлять радость от игры. • «Легкий бег в парах» • «Веселая разминка под музыку» • «Жмурки с Мишкой» • «Верхом на лошадке» • «Чебурашка» В. Шаинский • «Антошка» • «Гномики» • Разноцветная игра • Пальчиковая гимнастика	1 ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей двигаться по кругу игривым «шуточным» шагом, выполнять имитационные движения • «Легкий бег в парах» • «Веселая разминка под музыку» • «Белые кораблики»	1ч

		• «Ножками затопали» • «Хоровод», • «Чей домик?» • «Погуляем» • «Раз, два, хлопок в ладоши» • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Учить танцевать без суеты, слушать музыку, удерживать пару в течение танца. • «Бодрый шаг и бег» • «Веселая разминка под музыку» • «Плюшевый медвежонок» • «Лошадки» • «Белые кораблики» В. Шаинский • «Рыбачок» • «Кузнечик» • Танцевальный этюд «Мячик» • Пальчиковая гимнастика	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Учить ориентироваться в пространстве, реагировать на смену частей музыки. • «Бодрый шаг и бег» • Перестроение в три колонны • «Веселая разминка под музыку» • Танец «Маленьких утят» • «Червячки» • «Чебурашка» • Упражнение • «Топотушки» • «Веселые ножки» • «Птички» • Пальчиковая гимнастика	1 ч
Декабрь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. Свободно ориентироваться в пространстве • «Бодрый шаг и бег» • Перестроение • «Веселая разминка под музыку» • «Белочка» • «Сороконожки» • «Шапочка» • «Куклы Неваляшки» • «Тигры» • Упражнение «Мячики» • «Веселые ножки» • «Весёлый жук»	1ч

		• <i>Пальчиковая гимнастика</i>	
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать гибкость и пластику • «Бодрый шаг и бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Поросята» • «Лошадки» • «Весёлый жук» • «Сороконожки» • «Червячки» • «Белые кораблики» • В.Шаинский • Танец «Маленьких утят» • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Буги-вуги» • «Вперед четыре шага» • «Пятачка носочек» • «Тигры» • «Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Совершенствовать способность детей выразительно повторять движения за взрослыми, поощрять самостоятельность в действиях детей • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Карусели» • «33 коровы» • «Пятачка носочек» • Игра «Делай, как я!» • «Бабка-Ежка» • «На диване» • «Автобус» • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
Январь			
1	Танцевально-ритмические движения	• . Свободно ориентироваться в пространстве, перестраиваться из различных положений (круг, в рассыпную и т.д.) • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку»	1ч

		• «Пружинки» • «Попрыгаем-побегаем» • Шаг поскок • «Буги-вуги» • «Медвежонок» • Пальчиковая гимнастика	
2	Танцевально-ритмические движения	• Упражнять в выполнении танцевальных движений. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Веселые ножки» • Танец «Пингвины» • «Веселый танец» • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей переходить от одного вида движений к другому в соответствии с музыкой. • «Бодрый шаг и бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Улыбка» • Парный танец. • Танец «Смени пару» • Танец-игра «Веселые зайчата» • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Согласовывать движения с музыкой. • «Бодрый шаг и бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Стирка» • «Отойди и подойди» • «Побегаем» • «Веселые ножки» • Пальчиковая гимнастика	1ч
Февраль			
1	Танцевально-ритмические движения	• Начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки. • «Бодрый шаг и бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Ковырялочка» • «От улыбки» • «Попрыгаем-побегаем» • «Части тела» • «Толкаем» • «Кузнечик»	1ч

		• <i>«Пальчиковая гимнастика»</i>	
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать гибкость и пластику • <i>«Бодрый шаг и бег»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Чунга-чанга»</i> • <i>Спортивный танец</i> • <i>«Хула-хуп»</i> • <i>«Стирка»</i> • <i>Парный танец «Кнопочка»</i> • <i>«Части тела»</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Передавать в движении характер музыки. • <i>«Бодрый шаг и бег»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Ходим-бегаем»</i> • <i>«Лошадки»</i> • <i>«Толкаем»</i> • <i>«Медвежонок»</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Развивать четкость, координацию движений рук и ног. • <i>«Бодрый шаг и бег»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>Парный танец «Кнопочка»</i> • <i>«Карусель»</i> • <i>«На диване!»</i> • <i>«Чунга-чанга»</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
Март			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать четкость, координацию движений рук и ног. • <i>«Бодрый шаг и бег»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>Весенняя разминка «Воробушки»</i> • <i>Танец «Веселая капель»</i> • <i>Танец с цветами</i> • <i>«Буги-вуги»</i> • <i>«Мячик»</i> • <i>«Паровозик»</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1 ч
2	Танцевально-ритмические	• Развивать гибкость и пластику	1 ч

	движения	• «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Танцуем сидя» • Игра «Море волнуется...» • «Если добрый ты» • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Способствовать развитию умения ориентироваться, перестраиваться. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Игра «Баба-Яга» • «Мы едем» • «Сара Марабу» • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Способствовать развитию выразительности движений, образного мышления, чувства ритма, способности к импровизации. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Едем к бабушке в деревню» • «Мячик» • «Сара Марабу» • «Вперед четыре шага» • Пальчиковая гимнастика	1 ч
Апрель			
1	Танцевально-ритмические движения	• Формирование навыков кружения на месте на подскоках, развитие памяти и внимания, умение сочетать движения с музыкой в быстром темпе. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Бабка-Ежка» • Танец с султанчиками • Игра «Если нравится тебе...» • «Военный марш» • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Развитие внимания, скорости реакции, точности и ловкости движений	1 ч

		• «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Руки вверх» • Танец «Пляска зайчиков и зверушек-музыкантов» • «Весна» • «Мы едем» • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Развитие музыкальности, умения координировать движения с музыкой. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец «А я солнышко люблю» • «Большой хоровод» • Игра «Карусель» • «Попрыгунчики» • «Медвежонок» • Пальчиковая гимнастика	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Способствовать развитию координации движений, подвижности нервных процессов, внимания, памяти. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Большой хоровод» • «Буги-вуги» • «Песенка о лете» • «Фитбол» • «На диване» • Пальчиковая гимнастика	1ч
Май			
1	Танцевально-ритмические движения	• Формировать у детей умение бегать легко, не наталкиваться друг на друга. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Поезд» • Упр: «Ручеёк», • «Цветики-лютики», • «Добрый жук» • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Доставлять радость	1ч

		• «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Пятачка носочек» • «От улыбки» • «Поросята» • «Догонялки» • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Учить бодрой ходьбе, ориентироваться в пространстве, выполнять перестроения, формировать навыки движения с предметами • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Флик - фляк», • «Раз, два, три» • танец «Бабка – Ёжка» • «Дождик» • «Каждая пара пляшет по своему» • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Развитие координации, точности движений, выразительности пластики, умения вслушиваться в слова и музыку, точно передавая все нюансы песенки в движениях. • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Белые кораблики» • «Дождик» • Пальчиковая гимнастика	1ч

Учебно-тематический план работы для детей средней группы, 4-5 лет.

№ занятия	Тема занятия	Программное содержание	Кол-во часов
Октябрь			
1	Танцевально-ритмические движения	- Учить бодрой ходьбе, ориентироваться в пространстве, выполнять перестроения, формировать навыки движения с предметами «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку» - Упражнение «Марш» «Улыбка» В. Шаинского - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1 ч
2	Танцевально-ритмические движения	- Учить бодрой ходьбе, ориентироваться в пространстве, выполнять перестроения, формировать навыки движения с предметами «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку» - Хоровод «Калинка» «Улыбка» В. Шаинского - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	- Развивать координацию движений, умение действовать совместно, реагировать на игровые сигналы быстрой сменой движений «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку» - Игровое упражнение «Поезд» - Игра «Делай, как я!» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	- Развивать координацию движений, умение действовать совместно, реагировать на игровые сигналы быстрой сменой движений «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку»	1ч

		• . Игровое упражнение «Поезд» • Игра «Делай, как я!» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
Ноябрь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать мелкую моторику, координировать движения, ориентироваться в пространстве • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Упражнение «Отталкивание» • Упражнение «Колобок» • Танец-игра с цветами • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать навык построения врассыпную, учить правильно держать предметы и выполнять движения • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Упражнение с листьями • .Игра «Делай, как я!». • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Развивать выразительность движений, творческие способности, чувствовать шутку • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец «Ширмочки» • Игра «Зайцы и медведь». • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Создавать веселое настроение • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • . Упражнение «Отталкивание» • Танец «Коробейники» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч

Декабрь			
1	Танцевально-ритмические движения	- Развивать быстроту и координацию движений, ориентировку в пространстве; «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку» - Упражнение «Самолёты» (мелодия в стиле кантри) - Игра «Зайцы и медведь». - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1 ч
2	Танцевально-ритмические движения	- Учить детей чётко повторять движения по показу. Развивать внимание, чувство ритма «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку» - Упражнение «Самолёты» (мелодия в стиле кантри) - Игра «Делай, как я» «Веселый тренаж» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1 ч
3	Танцевально-ритмические движения	- Формировать навыки разнообразных ритмических движений, учить чётко повторять все движения по показу «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку» «Буги-вуги» - Танец «Пингвины» - Фитбол - Пальчиковая гимнасти	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	- Развивать быстроту и координацию движений «Легкий бег» «Перестроение» «Веселая разминка под музыку» «33 коровы» «Веселый танец» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
Январь			
1	Танцевально-ритмические движения	Формировать навык ритмического движения в соответствии с	1ч

		характером музыки • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Танец с воздушными шарами» (султанчиками) • «Улыбка» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать эмоционально - образное исполнение танцевально - игровых композиций; • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Танец конфеток» • Парный танец • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Совершенствовать танцевальные движения, навык лёгкого бега • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец «Добрый жук» • Игра «Зимушка» • «Руки вверх» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Формировать навык ритмичного движения • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец Лёдинок • Танец «Смени пару» • «Игра в снежки» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Февраль			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать навык движения в парных танцах • «Легкий бег» • «Перестроение «	1 ч

		• «Веселая разминка под музыку» • Танец «Кнопочка» • Игра «У солдат порядок строгий...» • «Стирка» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
2	Танцевально-ритмические движения	• Воспитывать доброжелательность, вежливость в отношениях друг с другом • «Легкий бег» • «Перестроение» • «Веселая разминка под музыку» • Игра «Мяу-мышки» • Танец «Яблочко» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Уметь находить выразительные жесты, движения • «Легкий бег» • «Перестроение» • «Веселая разминка под музыку» • «Стирка» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Развивать игровое творчество под музыку • «Легкий бег» • «Перестроение» • «Веселая разминка под музыку» • «Казачок» – парный танец • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
Март			
1	Танцевально-ритмические движения	• Формировать навыки ритмических движений с предметами, умело ими манипулировать; развивать пластику движений • «Легкий бег» • «Перестроение» • «Веселая разминка под музыку» • «Воробушки» • Танец «Кикимора» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей выполнять разнообразные движения	1 ч

		• «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец «Веселая капель» • Игра «Море волнуется...» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Формирование у детей эмоционального отношения • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец с цветами • «Танцуем сидя» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Создавать хорошее настроение • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Буги-вуги» • Танец-игра с цветами и веточками • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
Апрель			
1	Танцевально-ритмические движения	• Закреплять умение детей выполнять движения по показу, выразительно передавать образы знакомых персонажей • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Игра «Карусели» • Танец «Пляска зайчиков и зверушек-музыкантов» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать быстроту движения • «Легкий бег» • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Упражнение - танец «Колобок» • «Руки вверх» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч

3	Танцевально-ритмические движения	- Учить ориентироваться в ускорении темпа и двигаться в соответствии с этим ускорением или замедлением «Легкий бег» «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Все мы дружим с песенкой» - Игра «Баба-Яга» - Танец с султанчиками - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1 ч
4	Танцевально-ритмические движения	- Развивать быстроту движения «Легкий бег» «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Полька тройками» - Игра «Если нравится тебе ...» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
Май			
1	Танцевально-ритмические движения	- Совершенствовать способность детей выразительно повторять движения за взрослыми «Легкий бег» «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Раз, два, три!» - Танец «Из чего же , из чего ...» - Танец «Кантри» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	- Поощрять самостоятельность в действиях детей «Легкий бег» «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» - Игра «Карусели» - Танец «А я солнышко люблю» «Большой хоровод» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	Формировать навыки выразительной и эмоциональной передачи игровых образов «воробушки прыгают, клюют зёрнышки»	1ч

		• <i>«Легкий бег»</i> • <i>«Перестроение «</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>Игра «Воробушки»</i> • <i>Танец «Дорога к солнцу»</i> • <i>Игра «Карусель»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	
4	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей чувствовать изменение темпа, его ускорение и двигаться в соответствии с изменениями • <i>«Легкий бег»</i> • <i>«Перестроение «</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>Повторение знакомых упражнений, танцев, игр</i> • <i>Релаксация</i>	1ч

Учебно-тематический план работы для детей старшей группы, 5-6 лет.

№ занятия	Тема занятия	Программное содержание	Кол-во часов
Октябрь			
1	Танцевально-ритмические движения	- Развивать координацию движений, воображение, фантазию; формировать правильную осанку «Легкий бег и ходьба » «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Рыбачок» «Марш» «Великаны и гномы» - Упражнение «Попрыгунчики» - Пляска «Приглашение» «Поскачем» «Белочка» «Фитбол» - Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	- Выполнять энергичные прыжки двумя ногами на месте, с продвижением вперед, с поворотами на месте. Учить детей согласовывать свои действия с действиями партнера, формировать коммуникативные навыки. «Легкий бег и ходьба » «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Кузнечик» «Пляска» Хлопайте в ладоши» - Фитбол» - Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	- Учить детей двигаться в соответствии с настроением музыки - Развивать умение ориентироваться в пространстве «Легкий бег и ходьба » «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» - Упражнение «Гусеница» «Большие и малые шаги» - Танцевальное движение «Ковырялочка» - Фитбол	1ч

		• <i>Пальчиковая гимнастика</i>	
4	Танцевально-ритмические движения	• Отрабатывать хороводный шаг, следить за позицией рук. формировать правильную осанку. • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Разноцветная игра»</i> • <i>«Белые кораблики»</i> • <i>«Фитбол!»</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
Ноябрь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей выразительности движений, быстроте реакции; развивать музыкальную память, эмоциональность, обогащать разнообразными видами движений: имитационными движениями • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Мячик»</i> • <i>«Всадники»</i> • <i>«Тик-тик-так»,</i> • <i>«Танцуйте сидя»</i> • <i>Фитбол»</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1 ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей выразительности движений, быстроте реакции; развивать музыкальную память, эмоциональность, обогащать разнообразными видами движений: имитационными движениями • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Веселый танец»</i> • <i>«Попрыгаем и побегаем»</i> • <i>«Вместе весело шагать»</i> • <i>Фитбол»</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Формировать коммуникативные навыки, нравственные качества: дружбу, взаимопомощь, доброту; красивую походку, осанку • <i>«Легкий бег и ходьба»</i>	1 ч

		• «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • . «Всё мы делим пополам» • «Поросята» • «Чунга-Чанга» • «Фитбол» • Пальчиковая гимнастика	
4	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей танцевать парами в подвижном темпе, чувствовать форму произведения, музыкальные фразы, осваивать шуточное движение-дразнилку «носик направо-налево» • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Парный танец • «Добрый жук» • Ритмическая игра «Гусеница» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Декабрь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать выразительность пластики, творческого воображения, осваивать «шаг с каблучка» • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Пружинящий шаг и бег» • «Толкаем» • «Части тела» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Учить выполнять «свое» танцевальное движение, не повторяя движений других детей. повторить знакомые движения «пружинку», притопы, прихлопы. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Спортивный танец с обручами • «Антошка» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические	• Развивать танцевальное и	1ч

	движения	двигательное творчество, учить вы-полнять движения с запаздыванием. Развивать воображение, наблюдательность, умение передавать музыкально-двигательный образ, изменять движения с изменением характера музыки. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец «Маленьких утят» • «Чебурашка» • «Червячки» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
4	Танцевально-ритмические движения	• Отрабатывать энергичный шаг, одновременно выполняя четкие движения руками, чередовать шаги с легкими поскаками, следить за осанкой. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Веселые ритмы» • «Спортивный марш» • Упражнение с обручем. • «Мальчики и девочки» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1 ч
Январь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей танцевать парами в подвижном темпе, чувствовать форму произведения, музыкальные фразы, осваивать шуточное движение-дразнилку «носик направо-налево» • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Парный танец • «Гусеница» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Формировать навык движения «спиной из круга», учить коммуникативным умениям в танце парой; мальчики приглашают девочек и провожают на место	1ч

		• «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Белочка • «Неваляшки» • «Сороконожка» • «Мы в город изумрудный» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Развивать умение ориентироваться в пространстве, легко бегать с предметом. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Банана мама» • Парный танец !Кузнечик» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей правильно выполнять плясовые движения, используя ранее полученные навыки, воспитывать выдержку. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Тигры» • «Сороконожка» • «Шапочка» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Февраль			
1	Танцевально-ритмические движения	• Передавать в движениях различный характер музыки, выполняя легкий пружинистый шаг, плавный танцевальный шаг, прыжки, легкий бег • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Разноцветная игра» • «Совушка» • «Улыбка» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Умение импровизировать под незнакомую музыку	1ч

		• «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Рыбачок» • «Неваляшки» • «Антошка» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Выразительность исполнения движений под музыку • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Гусеница» • «Мы в город изумрудный» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика •	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Умение самостоятельно отображать в движении основные средства музыкальной выразительности • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Жмурки» • «Лошадка» • «Белые кораблики» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Март			
1	Танцевально-ритмические движения	• Освоение большого объёма разнообразных композиций и отдельных видов движений • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Хоровод» • «Погуляем» • «Кузнечик» В.Шаинский • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Развитие музыкальности • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку»	1ч

		• «Разноцветная игра» • «Мячики» • «Автобус» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Развитие двигательных качеств и умений, используя следующие виды движений: основные (ходьба, бег, прыжки); общеразвивающие упражнения, плясовые движения, имитационные движения) • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «»Червячки» • «Веселые ножки» • «Шапочка • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Развитие умения ориентироваться в пространстве • Развитие творческих способностей (сочинять несложные плясовые движения и их комбинации) • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Сорконожка» • «Танцуйте сидя» • . «Вместе весело шагать» • «Тигры» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Апрель			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развитие умения ориентироваться в пространстве • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Всё мы делим пополам» • «Веселый парный танец! • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Развитие творческих способностей (сочинять несложные плясовые движения	1ч

		и их комбинации) • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Повторение знакомых композиций • «Поросята» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Отрабатывать хороводный шаг, следить за позицией рук. формировать правильную осанку. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Вперед четыре шага» • «Парный танец» • «Буги Вуги» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Учить ритмично выполнять движения с ленточками в руках. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец с ленточками • «Пятачка носочек» • «На диване» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Май			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать умение ориентироваться в пространстве, быстро и четко реагировать на смену музыки. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец Кукол и Мишки» • Парный танец • Парный танец • «Финская полька» • Фитбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические	• . Развивать внимание и	1ч

	движения	наблюдательность.	
		• «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Кукляндия» • . Исполнение знакомых танцев • . «Упражнение с цветами» • «Поссорились помирились» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Учить маршировать энергично, четко координировать работу рук и ног, четко останавливаться с окончанием музыки. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Веселый жук! • «Дождик! • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей выразительности движений, быстроте реакции; развивать музыкальную память, эмоциональность, обогащать разнообразными видами движений: имитационными движениями • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Повторение знакомых композиций • «Карусели» • Танец «Смени пару» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч

**Учебно-тематический план работы для детей подготовительной группы,
6-7 лет.**

№ занятия	Тема занятия	Программное содержание	Кол-во часов
Октябрь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развитие музыкальности • Развивать координацию движений рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • . «Весёлые путешественники» • «Физкульт-ура!» • «Прыжки» • «Гусеница» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Формировать навыки ходьбы, исполнять ритмические подскоки, развивать чувство ритма, координацию движений • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Вместе весело шагать» • «Боковой галоп» • «Бег с лентами» • «Веселый танец» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Развивать мягкость и плавность движений рук; формирование навыка пружинить ногами, развивать музыкальный слух, выразительную пластику, воображение • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • . «Белочка» • «Чей кружок скорее соберется?» • «33 коровы» • Футбол	1ч

		Пальчиковая гимнастика	
4	Танцевально-ритмические движения	- Развивать музыкальность, способность к импровизации с атрибутами, заинтересовать новой композицией «Легкий бег и ходьба » «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Белые кораблики» «Антошка» « Упражнение с осенними листьями» - Мелодия из к - ф «Шербургские зонтики» - М.Легран - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
Ноябрь			
1	Танцевально-ритмические движения	- Ориентироваться в пространстве, реагировать на смену частей музыки. «Легкий бег и ходьба » «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Куклы –неваляшки» «Червячки» - Танец «Маленьких утят» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	- Развивать координацию движения рук и ног в процессе ходьбы, развивать ритмический слух (сильная доля), ловкость и точность движений «Легкий бег и ходьба » «Перестроение « «Веселая разминка под музыку» «Марш» - Фитбол - Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	Развивать умение ориентироваться «на себя» и «от себя», развивать, коммуникативность во взаимодействии друг с другом	1ч

		• <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Парный танец»</i> • <i>«Всё мы делим пополам»</i> • <i>«Веселый жук»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	
4	Танцевально-ритмические движения	• Оценить музыкальность - способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности - Эмоциональная сфера, проявление некоторых психологических особенностей ребёнка (скованность - общительность экстраверсия – интроверсия. Творческие проявления • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>Все знакомые композиции</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
Декабрь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать координацию движений, пластичность, воображение, умение выразить настроение музыки в движении • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Танец месяца и звездочек»</i> • <i>«Парный танец»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать координацию движений, пластичность, воображение, умение выразить настроение музыки в движении • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i>	1ч

		• <i>«Звёзды в твоих очах»</i> • <i>«Тигры»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	
3	Танцевально-ритмические движения	• Развивать навыки смены партнёра во время движения, коммуникативность при встрече с новым партнёром • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Старинная полька»</i> • <i>Шуточный парный танец</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Развивать навыки смены партнёра во время движения, коммуникативность при встрече с новым партнёром • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Озорники»</i> <i>А.Зацепин из к-ф «Кавказская пленница»</i> • <i>«Шапочка»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
Январь			
1	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей проявлять заинтересованность движениями, выразительность мимики и пантомимики в знакомых плясках и композициях, способность к импровизации • <i>«Легкий бег и ходьба»</i> • <i>«Перестроение»</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>Повторение знакомых композиций:</i> • <i>«Танец месяца и звёздочек»</i> • <i>Игра «Козочки и Волк»</i> <i>Музыка из к-ф «Звуки музыки»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Учить детей проявлять заинтересованность движениями, выразительность	1ч

		мимики и пантомимики в знакомых плясках и композициях, способность к импровизации • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Повторение знакомых композиций: • «Танец месяца и звездочек» • Игра «Козочки и Волк» - Музыка из к-ф «Звуки музыки» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
3	Танцевально-ритмические движения	• Развитие внимания (слуховое, зрительное), коммуникативность в общении с новыми партнёрами; умение выразить в пантомимике настроение персонажа • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Игра «Воротики» • «Веселый танец • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Развитие внимания (слуховое, зрительное), коммуникативность в общении с новыми партнёрами; умение выразить в пантомимике настроение персонажа • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Танец -игра «Найди себе пару» • «Добрый жук» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Февраль			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать умения начинать движение под музыку, чувствовать музыкальные фразы, учить выполнять простейшие перестроения: в круг, врассыпную и др • «Легкий бег и ходьба »	1ч

		• «Перестроение» • «Веселая разминка под музыку» • «Военный марш» Г.Свиридов • «Танец Солдатиков и Куколок» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать ориентировку в пространстве, учить двигаться в соответствии с игровыми образами, формировать гендерные ощущения • «Легкий бег и ходьба» • «Перестроение» • «Веселая разминка под музыку» • «Маленький гренадер» • Танец Богатырей А.Пахмутова «Богатырская сила» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Расширять представления детей об исторических событиях, народных героях. Развивать выразительность и координацию движений, артистичность, интерес к танцу • «Легкий бег и ходьба» • «Перестроение» • «Веселая разминка под музыку» • Повторение знакомых композиций: • «Куклы –неваляшки» З.Левиной • Танец - игра «Найди себе пару» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Формировать навыки коммуникативности во время исполнения совместных плясок, игр с родителями. • Развивать выразительность, эмоциональность в умении передавать сюжет танца; учить различать контрастные части произведения; поощрять желание находить собственные позы, движения • «Легкий бег и ходьба» • «Перестроение»	1ч

		• «Веселая разминка под музыку» • «Добрый жук» • «Вместе весело шагать» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
Март			
1	Танцевально-ритмические движения	• Развивать творческие способности, музыкальность, желание детей выступать перед родителями • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Исполнение знакомых композиций • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Продолжать знакомить детей с народной культурой, развивать умение замедлять и ускорять движения в соответствии с темпом музыки • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • . «Калинка» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Продолжать знакомить детей с народной культурой, учить выделять особенности русского медленного хороводного танца, осваивать движения хоровода (круг, «змейка») • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • . «Красный сарафан» • «Банана мамам» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
4	Танцевально-ритмические движения	• Оценить музыкальность детей – способность воспринимать и передавать в движении образ и совпадение точно под музыку(темп, ритм, начало и конец произведения).	1ч

		• Сравнить начальный уровень развития ребёнка и проявление его музыкально – ритмических способностей в конце года. • Оценить эффект педагогического воздействия • <i>«Легкий бег и ходьба »</i> • <i>«Перестроение «</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>. Повторение наиболее полюбившихся детьми композиций</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	
Апрель			
1	Танцевально-ритмические движения	• Знакомить с народной культурой других народов - Развивать точность и ловкость движений, формировать навыки пружинящей ходьбы, координировать движения с музыкой, воображение • <i>«Легкий бег и ходьба »</i> • <i>«Перестроение «</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«.Едем к бабушке в деревню»</i> • <i>«Парный танец»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Развивать координацию движений рук и ног в процессе ходьбы, быстроты реакции, умения сочетать движения с музыкой и словом • <i>«Легкий бег и ходьба »</i> • <i>«Перестроение «</i> • <i>«Веселая разминка под музыку»</i> • <i>«Весёлые путешественники»</i> • <i>Фитбол</i> • <i>Пальчиковая гимнастика</i>	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Формировать навыки лёгкого бега врассыпную и по кругу, воспринимать эмоционально появление Вороны, показать эмоциями страх, боязнь, радость. • Развивать ловкость и быстроту. • <i>«Легкий бег и ходьба »</i>	1ч

		• «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Игра «Птички и ворона» • «Веселый танец» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
4	Танцевально-ритмические движения	• Развивать выразительность и координацию движений с предметами, артистичность, интерес к музыке и упражнению • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Упражнение с цветами • «Добрая фея» Г.Гладков • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
Май			
1	Танцевально-ритмические движения	• Формировать интерес детей к знакомой музыке и движениям, желание повторить знакомое произведение • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Повторение знакомой композиции • (танец, упражнение) • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
2	Танцевально-ритмические движения	• Формировать интерес детей к знакомой музыке и движениям, желание повторить знакомое произведение • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Военный марш» • «Мы едем» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч
3	Танцевально-ритмические движения	• Подвести итог музыкально-ритмической деятельности детей исполнением знакомых танцевальных композиций, отметить уровень творчества в	1ч

		движении. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • «Волебный цветок» • «Мячик» • «Если добрый ты» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	
4	Танцевально-ритмические движения	• Подвести итог музыкально-ритмической деятельности детей исполнением знакомых танцевальных композиций, отметить уровень творчества в движении. • «Легкий бег и ходьба » • «Перестроение « • «Веселая разминка под музыку» • Исполнение танцев, игр, упражнений по желанию детей • «Медвежонок» • «Сара Марабу» • Футбол • Пальчиковая гимнастика	1ч