

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №141 города Пензы «Маленькая страна»

«ПРИНЯТА»

Педагогическим советом
МБДОУ №141 г.Пензы
«Маленькая страна»
Протокол № 4
от «30» мая 2023 г.
Председатель В.С. Сергеева

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ № 141 г. Пензы
«Маленькая страна»
В.С. Сергеева
Приказ № 30 от «30» мая 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Веснушки»**

**Возраст детей: 3-7 лет
Срок реализации: 2 года**

Автор-составитель:
Райкина Наталья Александровна
Инструктор по физической культуре

г. Пенза, 2023 г.

Оглавление.

Пояснительная записка _____	3
Учебно-тематическое планирование _____	15
Содержание программы _____	20
первый год обучения _____	20
второй год обучения _____	38
третий год обучения _____	56
четвёртый год обучения _____	75
Контрольно-оценочные средства _____	95
Условия реализации программы _____	98
Список литературы _____	100
Приложение _____	101
Приложение 1:Картотека игр-миниатюр, музыкально-подвижных игр:_____	101
Приложение 2:Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой_____	108
Приложение 3:Подвижные игры, музыкально-подвижные игры, игры-эстафеты, игры-забавы _____	113

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Веснушки» (на основе танцевально-игровой гимнастики са-фи-дансе) по содержанию является физкультурно-спортивной, по уровню освоения – базовой, по форме организации – очной, групповой, по степени авторства – модифицированной, разработана на основе учебно-методического пособия по танцевально – игровой гимнастики для детей «СА-ФИ-ДАНСЕ, авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г.

Нормативно-правовые основы создания Программы.

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно-правовыми документами:

- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;
- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».
- Постановления Правительства РФ от 15.09.2020 № 1441 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг»;
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Закон Пензенской области от 4.07.2013 г. № 2413-ЗПО «Об образовании в Пензенской области»;
- Устав МБДОУ № 141 города Пензы «Маленькая страна», «Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБДОУ № 141 города Пензы «Маленькая страна».

В условиях введения Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования (ФГОС ДО), разработанного в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании», Конституции Российской Федерации, законодательства Российской Федерации и с учетом Конвенции ООН о правах ребенка» меняются требования к результатам освоения основной образовательной программы дошкольного образования: требования Стандарта к результатам освоения Программы представлены в виде целевых ориентиров дошкольного образования, которые представляют собой социально-нормативные возрастные характеристики возможных достижений ребенка на этапе завершения уровня дошкольного образования.

Актуальность

В дошкольном возрасте закладываются основы здоровья, гармоничного, умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность человека. В настоящее время существуют много ритмопластических направлений, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных - это танцевально-игровая гимнастика. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящие в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных. Возможности применения упражнений танцевально-игровой гимнастики довольно широки и под умелым руководством педагога могут быть использованы в дошкольных учреждениях. В этой связи актуальной становится проблема разработки программы по физическому воспитанию для дошкольных учреждений с использованием нетрадиционных эффективных разнообразных форм, средств и методов физического, эстетического и музыкального воспитания детей

Данная программа направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста, с учётом возможностей и состояния здоровья детей, расширение функциональных возможностей развивающегося организма, овладение ребёнком базовыми умениями и навыками в разных упражнениях. В основе разработки использована программа «СА-ФИ-ДАНСЕ», авторы Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. Программа рассчитана на четыре года обучения, реализуется в форме кружковой работы. Содержание программы взаимосвязано с программами по физическому и музыкальному воспитанию в дошкольном учреждении. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

Педагогическая целесообразность.

В последние годы возросла потребность в эффективных методах воспитания и образования детей дошкольного возраста. Данная программа предусматривает увлекательную игровую форму занятий и обеспечивает возможность индивидуального подхода к каждому ребёнку. Ритмические движения способствуют правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Отличительной особенностью программы является то, что все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: игровитмика, игрогимнастика и игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и усвоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Цель:

- содействие всестороннему развитию личности посредством занятий, соединяющих в себе элементы хореографии, гимнастики, танцевальных и физических упражнений, включающих различные стили и направления

Задачи:

1. Укрепление здоровья:
 - способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
 - формировать правильную осанку;
 - содействовать профилактике плоскостопия;
 - содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно - сосудистой и нервной систем организма.
2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:
 - развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, перцептивную чувствительность, скоростно-силовые и координационные способности;
 - содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
 - формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;
 - развивать ручную умелость и мелкую моторику.
3. Развитие творческих и созидательных способностей воспитанников:
 - развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;
 - формировать навыки самостоятельного выражения движения под музыку;
 - воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях;
 - развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

Форма обучения – очная**Объём и сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 4 года обучения. Продолжительность образовательного процесса составляет 288 часов:

1 год обучения – 72 часа.

2 год обучения – 72 часа.

3 год обучения – 72 часа.

4 год обучения – 72 часа.

Режим занятий по программе «Веснушки»:

1 год обучения (возраст обучающихся 3–4года). 2 занятия в неделю по расписанию по 20 минут.

2 год обучения (возраст обучающихся 4–5 лет). 2 занятия в неделю по расписанию по 20-25 минут.

3год обучения (возраст обучающихся 5–6 лет). 2 занятия в неделю по расписанию по 25-30 минут.

4 год обучения (возраст обучающихся 6–7 лет). 2 занятия в неделю по расписанию по 30 минут.

При распределении разделов программы по годам обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей от 3 до 7 лет. Занятия по танцевально-игровой гимнастике проводятся два раза в неделю.

При трехразовых занятиях в неделю время на отведенные разделы пропорционально увеличивается, используется дополнительный материал. Если группа детей начинает заниматься танцевально-игровой гимнастикой не с 3 – 4 лет, а с более позднего возраста, то целесообразно пройти материал программы первого года обучения, но в более короткие сроки.

Особенности организации образовательного процесса.

Наполняемость групп для реализации программы «Веснушки» – до 20 человек.

Образовательный процесс осуществляется на ознакомительном уровне в соответствии с учебным планом, расписанием занятий, проводимых с учетом возрастных особенностей дошкольника.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

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

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

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

При удачном выполнении упражнения целесообразно его повторить несколько раз, закрепив тем самым предварительное представление о нем.

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

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Задача педагога на этом этапе состоит не только в закреплении двигательного навыка у детей, но и в создании условий для формирования движений более высокого уровня, выполнение которых можно было бы использовать в комбинации с другими упражнениями.

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

Работа ведется определенными периодами – циклами. В течение месяца педагог разучивает с детьми материал одного из разделов. Первая неделя цикла отводится освоению новых знаний. Вторая – повторению пройденного материала с некоторыми усложнениями, дополнениями. Третья, четвертая – окончательному закреплению

пройденного материала. Такой метод позволяет детям более последовательно и осмысленно вживаться в изучаемый материал. Но при этом ошибочно рассматривать отдельные разделы, как наиболее ответственные и главные, т. к. освоение программы зависит от общей суммы знаний и навыков.

Кроме основных разделов занятия включают в себя упражнения на развитие ориентирования в пространстве, ритмическую разминку на развитие групп мышц и подвижность суставов, вспомогательные и координирующие упражнения, упражнения с предметами, музыкально – подвижные игры, упражнения на импровизацию.

Занятие состоит из трех частей:

1. Вводная - в нее входит поклон, маршировка, разминка. (3-5 минут)

Основная - она делится на тренировочную (*изучение нового материала, повторение, закрепление пройденного*) и танцевальную (разучивание танцевальных движений, комбинаций, композиций)

Виды занятий:

1. Обучающие занятия. На занятиях детально разбирается движение. Обучение начинается с раскладки и разучивания упражнений в медленном темпе. Объясняется прием его исполнения. На уроке может быть введено не более 2-3 комбинаций.
2. Закрепляющие занятия. Предполагают повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование - игра между второй и первой линиями. И в этом и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.
3. Итоговые занятия. Дети практически самостоятельно, без подсказки, должны уметь выполнять все заученные ими движения и танцевальные комбинации.
4. Импровизационная работа. На этих занятиях дети танцуют придуманные ими вариации или сочиняют танец на тему, данную им педагогом. Такие задания развивают фантазию. Ребенок через пластику своего тела пытается показать, изобразить, передать свое видение образа.

Методы, используемые на занятиях:

1. Словесные методы (объяснение структуры движения, пояснение, рассказ о танце, т.д.)
2. Наглядно-слуховой и наглядно-зрительный методы обучения (показ видеоматериалов, иллюстраций, показ педагога).
3. Практические методы (выполнение упражнений, движений, исполнение танцев).

Разделы дополнительной программы:

- игроритмика
- игрогимнастика
- игротанцы
- танцевально-ритмическая гимнастика
- игропластика
- пальчиковая гимнастика

- музыкально – подвижные игры
- игры – путешествия
- креативная гимнастика

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

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

«Игротанцы» направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребенка. В этот раздел входят: танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений, ритмические танцы. (Приложение 2)

В разделе «Танцевально – ритмическая гимнастика» представлены образно – танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Физические упражнения, входящие в такую композицию, оказывая определенное воздействие на занимающихся, решают конкретные задачи.

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

Раздел «Пальчиковая гимнастика» служит для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» содержит упражнения, применяемые практически на всех занятиях. Здесь используются приемы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования – все то, что требуется для достижения поставленной цели при проведении занятий по танцевально – игровой гимнастике. (Приложение 4)

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

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

1. Игроритмика.

Цель: развивать у детей чувство ритма и двигательных способностей. Учить детей выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно.

Специальные упражнения для согласования движений с музыкой

Виды упражнений:

- хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»);
- ходьба сидя на стуле;

- акцентрированная ходьба;
- акцентрированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками;
- увеличение круга шагами назад от центра, уменьшение круга шагами вперёд к центру;
- поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта и на каждый счёт.
- ходьба в полуприседе;
- хлопки руками под музыку;
- движения руками в различном темпе.
- выполнение упражнений руками под музыку в различном темпе и с хлопками;
- выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
- удары ногой на каждый счёт и через счёт
- шаги на каждый счёт и через счёт (шаг вперёд с левой, держать, шаг вперёд с правой, держать)
- хлопки по счёту;
- притопы на каждый счёт;
- притопы с хлопками поочередно;
- поднимание и опускание рук вперёд по счёту под музыкальное сопровождение;
- хлопки в ладоши;
- произвольные упражнения на воспроизведение музыки;
- выполнение простых движений руками в различном темпе (руки в сцеплении вверх, вниз);
- шаги вперёд, руки в сцеплении вверху, внизу;
- приседания с движениями рук;
- подскоки с вытянутыми руками вверх – поочередно;
- плавные движения рук вниз, вверх, в стороны, вниз;
- плавные движения рук поочередно вверх, вниз;
- ходьба на каждый счет и через счет;
- хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта;
- сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками, через счет и наоборот;
- гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 2/4;
- выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе.

2. Игрогимнастика.

Строевые упражнения.

Цель: учить детей ориентироваться в пространстве и осваивать различные виды движений: построение, перестроение. Обеспечивать эффективное формирование умений и навыков.

Виды упражнений:

- построение в шеренгу и в колонну по команде;
- повороты переступанием;
- передвижение в сцеплении.
- построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом;
- построение из одной шеренги в несколько;
- построение в шахматном порядке;
- бег по кругу и ориентирам («змейкой»);
- построение в рассыпную, бег в рассыпную;
- построение в две шеренги напротив друг друга
- перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира;
- построение в шеренгу, повороты переступанием и в прыжках;

- перестроение в круг;
- перестроение в шеренгу и колонну;
- бег по кругу и ориентирам («змейкой»);
- построение в круг;
- построение в шеренгу, сцеплением за руки;
- построение в колонну и в шеренгу по сигналу;
- повороты направо, налево, по распоряжению;
- строевые приемы «Становись!», «Разойдись» в образно – двигательных действиях;
- перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентиру;
- перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету и ориентирам;
- размыкание по ориентирам;
- перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим;

Общеразвивающие упражнения

Упражнения без предметов

- комбинированные упражнения в стойках;
- присед;
- различные движения ногами в упоре стоя согнувшись и упоре присев;
- комбинированные упражнения в седах и положении лежа;
- сед по-турецки;
- прыжки на двух ногах

Упражнения с предметами

- основные положения и движения с гантелями, флажками, мячами, обручами, лентами

Упражнения на расслабление мышц, дыхательные, на укрепление осанки

- посегментное расслабление рук на различное количество счетов
- свободное раскачивание руками при поворотах туловища
- расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя
- потряхивание ногами в положении стоя
- свободный вис на гимнастической стенке
- дыхательные упражнения в имитационных и образных движениях
- упражнения на осанку сидя и седе по-турецки

3.Игротанцы

Хореографические упражнения

- поклон для мальчиков;
- реверанс для девочек;
- танцевальные позиции для рук: на поясе и перед грудью;
- полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре;
- выставление ноги вперед и в сторону, поднимание ноги, стоя боком к опоре;
- выставление ноги назад на носок и поднимание ноги, стоя лицом к опоре;
- прыжки выпрямившись, опираясь на опору;
- перевод рук из одной позиции в другую;
- соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры;

Танцевальные шаги

Цель: формировать у детей танцевальные движения. Способствовать повышению общей культуры ребёнка.

Виды упражнений:

- шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперёд на пятку;
- пружинистые полуприседы;
- приставной шаг в сторону;
- шаг с небольшим подскоком;
- комбинации из танцевальных шагов;
- сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком;
- мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах;
- приставной и скрестный шаг в сторону;
- попеременный шаг;
- прыжки с ноги на ногу на месте и с поворотами;
- шаг галопа вперёд и в сторону;
- попеременный шаг;
- композиция из изученных ранее шагов;
- шаг галопа вперед и в сторону;
- шаг польки;
- пружинистые движения ногами на полуприседах;
- шаг с подскоком;
- русский попеременный шаг;
- шаг с притопом;
- русский шаг – припадание;
- комбинации из изученных танцевальных шагов;

Ритмические танцы

(по плану)

4. Танцевально-ритмическая гимнастика

Специальные композиции и комплексы упражнений

- «Звериный разговор»;
- «Воздушные шары»;
- «Приходи сказка»;
- «Зарядка-Латина»;
- «Упражнения с мячами»;
- «Упражнения с обручами»;
- «Сигнальщики»;
- «Сюрприз»;
- «Синий платочек»;
- «Олимпиада»;
- «Осенние принцессы»;
- «Все спортом занимаются» и другие

5. Игропластика

- специальные упражнения для развития силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях;
- комплексы упражнений.

Дыхательные упражнения. (Приложение)

Цель: содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.

Упражнения:

- «Волны шипят»;
- «Насос»;
- «Ныряние»;

- «Подуем»;
- Упражнение на осанку в сиде «по-турецки»;
- «Шарик красный надуваем»;
- «Плаваем»;
- дыхательные упражнения с подниманием рук вверх;
- вдох – поднимаем руки вверх, выдох – опускаем.

Релаксация.

Цель: учить детей правильно расслабляться.

Упражнения:

- «Спокойный сон»;
- «Мы лежим на мягкой травке»;
- «Море волнуется»;
- «Дует ветерок»
- «Тишина»;
- «Спокойный сон»;
- «Мы лежим на мягкой травке»;
- «Море волнуется»;
- «Дует ветерок».

6.Пальчиковая гимнастика

- общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях, со стихами и речитативами.

7.Музыкально – подвижные игры

- «Роботы и звездочки»;
- «Каравай»;
- «День – ночь»;
- «На оленьих упряжках»;
- «Веселый бубен»;
- «У оленя дом большой»;
- «Снежные карусели»;
- «Лавата»;
- «Шел кроль по лесу»;
- «Горелки»;
- «Аквариум»;
- «Золотые ворота» и другие.

8.Игры – путешествия

(по плану)

9. Креативная гимнастика

- музыкально – творческие игры «Бег по кругу», «Займи место», «Покажи фигуру», «Морские Жители», «Снежные фигуры» и другие;
- специальные задания «Танцевальный вечер», «Делай как я, делай лучше меня», «Магазин игрушек».

Планируемые результаты для обучающихся 3–7 лет (на основе целевых ориентиров ФГОС ДО)

Обучающиеся дошкольного возраста по итогам освоения содержания программы продемонстрируют следующие умения и личностные качества:

личностные

- проявляет мотивационно-ценностное отношение к здоровью;
- регулярно занимается физическими упражнениями;
- стремится к сохранению положительных эмоциональных взаимоотношений с другими людьми.

метапредметные

- организует анализ, рефлексию, самооценку своей учебной деятельности;
- составляет хореографические комбинации на основе предложенных критериев;
- составляет и выполняет комплексы общеразвивающих и специальных упражнений на развитие основных физических качеств;

предметные

- владеет системой знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма;
- выполняет физические, гимнастические упражнения, технические действия в танцевальных композициях;
- использует творческий подход в осуществлении физкультурно-спортивной деятельности;
- знает и применяет правила техники безопасности во время занятий

Уровни освоения программы

Первый год обучения (младшая группа).

По прошествии первого года обучения занимающиеся получают следующие знания, умения и навыки. Знают назначение спортивного зала и правила поведения в нем. Умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу. Умеют выполнять ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Овладевают навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топтать в такт музыки. Умеют в музыкально-подвижной игре представить различные образы (зверей, птиц, растений, фигуры и т.д.).

Второй год обучения (средняя группа).

После второго года обучения занимающиеся знают о назначении отдельных упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку. Умеют ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Знают основные танцевальные позиции

Третий год обучения (старшая группа).

По окончании обучения занимающиеся знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями без предметов и с предметами. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определенный «запас» движений в общеразвивающих и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический и т.д.). Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять

ритмические и бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Четвёртый год обучения (подготовительная группа).

После четвертого года обучения занимающиеся знают о правилах личной гигиены при занятиях физическими упражнениями. Могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально- подвижных игр. Умеют выполнять специальные упражнения для согласования движений с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Межпредметные связи

- 1.Художественно-эстетическое развитие: знакомство с музыкально-ритмические движениями, танцевальными шагами, элементами хореографических упражнений и танцевальными формами (народный, бальный, современный и ритмический танцы).
- 2.Физическое развитие:-знакомство со строевыми , общеразвивающими, дыхательными упражнениями, упражнениями на развитие мелкой моторики, упражнениями для профилактики плоскостопия и развития опорно –двигательного аппарата .
3. Познавательное развитие :
- ориентировка в пространстве и относительно себя, количественный счёт.
-знакомство с явлениями живой и не живой природы, с особенностями и повадками животных и птиц.
- 4.Социально-коммуникативноеразвитие : формирование волевых качеств.
- 5.Речевое развитие : знакомство с новыми понятиями, использование логоритмических игр, игр со словами

2. Учебно – тематическое планирование программы

2.1. Учебно – тематический план 1 года обучения

№ п/п	Наименование раздела и темы занятия	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел: Ознакомительный	1			рефлексия «Наши впечатления»
1.1.	Тема 1. Вводное занятие		1		
2.	Раздел: Обследование	1			педагогическое наблюдение
2.1.	Тема 2.			1	
3.	Раздел: Музыкально-ритмические движения	9			Выступление перед родителями
3.1	Тема занятия: «Разучивание ритмических движений»		1	7	
3.2	Тема занятия: «Открытое занятие для родителей»			1	
4.	Раздел: «Осенний танец»	11			Выступление перед родителями фотоотчет
	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»		1	9	
4.2	Выступления на осеннем празднике			1	
5.	Раздел: «Новогодний танец»	11			Выступление перед родителями фотоотчет
5.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на новогоднем празднике»		1	9	
5.2	Выступления на новогоднем празднике			1	
6.	Раздел: «Танец для папы»	7			Выступление перед родителями фотоотчет
6.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике защитника Отечества»		1	5	
6.2	Выступления на празднике Защитника Отечества			1	
7.	Раздел: «Танец для мамы»	10			Выступление перед родителями фотоотчет
7.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике 8 Марта»		1	8	
7.2	Выступление на празднике 8 Марта»			1	
8.	Раздел: «Отчётный концерт»	10			Выступление перед родителями фотоотчет
8.1	Тема занятия: «Подготовка к отчётному концерту»		1	8	
8.2	Выступление на отчётном концерте (промежуточная аттестация)			1	
9.	Раздел: «День Победы»	6			Выступление перед родителями
9.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко дню Победы»		1	4	

9.2	Выступление на «День Победы»			1	фотоотчет
10	Раздел: «День защиты детей»	6			Выступление перед родителями фотоотчет
10.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко Дню защиты детей»		1	4	
10.2	Выступление в День защиты детей			1	
11	Раздел: Обследование	1			рефлексия «Наши впечатления»
11.1	Тема 2.		1		
	Общее количество часов:	72			

2.2 Учебно – тематический план 2 года обучения

№ п/п	Наименование раздела и темы занятия	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел: Ознакомительный	1			рефлексия «Наши впечатления»
1.1.	Тема 1. Вводное занятие		1		
2.	Раздел: Обследование	1			педагогическое наблюдение
2.1.	Тема 2.			1	Выступление перед родителями
3.	Раздел: Музыкально-ритмические движения	9			
3.1	Тема занятия: «Разучивание ритмических движений»		1	7	Выступление перед родителями фотоотчет
3.2	Тема занятия: «Открытое занятие для родителей»			1	
4.	Раздел: «Осенний танец»	11			Выступление перед родителями фотоотчет
	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»		1	9	
4.2	Выступления на осеннем празднике			1	
5.	Раздел: «Новогодний танец»	11			Выступление перед родителями фотоотчет
5.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на новогоднем празднике»		1	9	
5.2	Выступления на новогоднем празднике			1	
6.	Раздел: «Танец для папы»	7			Выступление перед родителями фотоотчет
6.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике защитника Отечества»		1	5	
6.2	Выступления на празднике Защитника Отечества			1	
7.	Раздел: «Танец для мамы»	10			Выступление перед родителями
7.1	Тема занятия: «Разучивание элементов		1	8	

	танца для выступления на празднике 8 Марта»				фотоотчет
7.2	Выступление на празднике 8 Марта»			1	
8.	Раздел: «Отчётный концерт»	10			Выступление перед родителями фотоотчет
8.1	Тема занятия: «Подготовка к отчётному концерту»		1	8	
8.2	Выступление на отчётном концерте (промежуточная аттестация)			1	
9.	Раздел: «День Победы»	6			Выступление перед родителями фотоотчет
9.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко дню Победы»		1	4	
9.2	Выступление на «День Победы»			1	
10	Раздел: «День защиты детей»	6			Выступление перед родителями фотоотчет
10.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко Дню защиты детей »		1	4	
10.2	Выступление в День защиты детей			1	
11	Раздел: Обследование	1			рефлексия «Наши впечатления»
11.1	Тема 2.		1		
	Общее количество часов:	72			

2.3 Учебно –тематический план 3 года обучения

№ п/п	Наименование раздела и темы занятия	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел: Ознакомительный	1			рефлексия «Наши впечатления»
1.1.	Тема 1.Вводное занятие		1		
2.	Раздел: Обследование	1			педагогическое наблюдение
2.1.	Тема 2.			1	Выступление перед родителями
3.	Раздел: Музыкально-ритмические движения	9			
3.1	Тема занятия: «Разучивание ритмических движений»		1	7	Выступление перед родителями фотоотчет
3.2	Тема занятия: «Открытое занятие для родителей»			1	
4.	Раздел: «Осенний танец»	11			
	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»		1	9	Выступление перед родителями фотоотчет
4.2	Выступления на осеннем празднике			1	
5.	Раздел: «Новогодний танец»	11			Выступление перед родителями
5.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на новогоднем		1	9	

	празднике»				фотоотчет
5.2	Выступления на новогоднем празднике			1	
6.	Раздел: «Танец для папы»	7			Выступление перед родителями фотоотчет
6.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике защитника Отечества»		1	5	
6.2	Выступления на празднике Защитника Отечества			1	
7.	Раздел: «Танец для мамы»	10			Выступление перед родителями фотоотчет
7.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике 8 Марта»		1	8	
7.2	Выступление на празднике 8 Марта»			1	
8.	Раздел: «Отчётный концерт»	10			Выступление перед родителями фотоотчет
8.1	Тема занятия: «Подготовка к отчётному концерту»		1	8	
8.2	Выступление на отчётном концерте (промежуточная аттестация)			1	
9.	Раздел: «День Победы»	6			Выступление перед родителями фотоотчет
9.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко дню Победы»		1	4	
9.2	Выступление на «День Победы»			1	
10	Раздел: «День защиты детей»	6			Выступление перед родителями фотоотчет
10.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко Дню защиты детей »		1	4	
10.2	Выступление в День защиты детей			1	
11	Раздел: Обследование	1			рефлексия «Наши впечатления»
11.1	Тема 2.		1		
Общее количество часов:		72			

2.4 Учебно – тематический план 4 года обучения

№ п/п	Наименование раздела и темы занятия	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел: Ознакомительный	1			рефлексия «Наши впечатления»
1.1.	Тема 1. Вводное занятие		1		
2.	Раздел: Обследование	1			педагогическое наблюдение
2.1.	Тема 2.			1	Выступление перед родителями
3.	Раздел: Музыкально-ритмические движения	9			
3.1	Тема занятия: «Разучивание ритмических движений»		1	7	
3.2	Тема занятия: «Открытое занятие для родителей»			1	Выступление перед родителями

					фотоотчет
4.	Раздел: «Осенний танец»	11			Выступление перед родителями фотоотчет
	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»		1	9	
4.2	Выступления на осеннем празднике			1	
5.	Раздел: «Новогодний танец»	11			Выступление перед родителями фотоотчет
5.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на новогоднем празднике»		1	9	
5.2	Выступления на новогоднем празднике			1	
6.	Раздел: «Танец для папы»	7			Выступление перед родителями фотоотчет
6.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике защитника Отечества»		1	5	
6.2	Выступления на празднике Защитника Отечества			1	
7.	Раздел: «Танец для мамы»	10			Выступление перед родителями фотоотчет
7.1	Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике 8 Марта»		1	8	
7.2	Выступление на празднике 8 Марта»			1	
8.	Раздел: «Отчётный концерт»	10			Выступление перед родителями фотоотчет
8.1	Тема занятия: «Подготовка к отчётному концерту»		1	8	
8.2	Выступление на отчётном концерте (промежуточная аттестация)			1	
9.	Раздел: «День Победы»	6			Выступление перед родителями фотоотчет
9.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко дню Победы»		1	4	
9.2	Выступление на «День Победы»			1	
10	Раздел: «День защиты детей»	6			Выступление перед родителями фотоотчет
10.1	Тема занятия: «Подготовка танца ко Дню защиты детей »		1	4	
10.2	Выступление в День защиты детей			1	
11	Раздел: Обследование	1			рефлексия «Наши впечатления»
11.1	Тема 2.		1		
	Общее количество часов:	72			

3. Содержание программы Первый год обучения-младшая группа

1.Раздел:Ознакомительное занятие

1.1.Тема занятия:«Давайте знакомиться!»

Занятие1

Теория:знакомство занимающихся с правилами техники безопасности.

Развитие ориентировки в пространстве, развитие чувства ритма

Необходимое соблюдение правильной методики обучения упражнениям.

Контроль:Практическая работа. Анализ причины травматизма на занятиях.

2.Раздел:Обследование

2.1.Тема занятия:«Обследование детей»

Занятие1

Практика:выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала, выполнение упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: Определение уровня физического развития учащихся.

3.Раздел:Музыкально-ритмические движения.

3.1.Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на открытом занятии»

Занятие1

Теория:

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на открытом занятии

Занятие 2

Практика: обучение ритмичному движению в соответствии с различным характером музыки, повторяя за взрослым, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения, знакомство с понятием «разминка на середине»

- 1.Музыкально – подвижная игра «Паровозик чуки-тук»
- 2.Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором
- 3.Игроритмика:«Здравствуйте, ладошки»
- 4.Общеразвивающие упражнения с массажными мячами
- 5.Танцевальные шаги
- 6.Игра–миниатюра «Осенние листочки»
- 7.Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.
8. Релаксация «Спокойный сон»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений

Занятие 3

Практика:знакомство с понятием «разминка на середине»,разучивание движений разминки со словесным сопровождением – упражнение«Головами покиваем»

- 1.Строевые упражнения: построение врассыпную, в круг
- 2.Танцевально – ритмическая гимнастика:упражнения с султанчиками
- 3.Игра –миниатюра«Головами покиваем»
- 4.Имитационно – образные упражнения на осанку:«столбик»,«палочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 4

Практика: знакомство с понятием «разминка на середине» выучить движения разминки со словесным сопровождением – упражнение «Головами покиваем», развитие физических данных: выворотность, подъём, гибкость

1. Строевые упражнения: построение в рассыпную, построение в шеренгу, в круг
2. Танцевально – ритмическая гимнастика: упражнения с султанчиками
3. Игра – миниатюра «У оленя дом большой»
4. Имитационно – образные упражнения на осанку: «столбик», «палочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: закрепление понятия «лево и право», «вперед и вверх»; обучение умению соотносить слово и движение – разминка по кругу, развитие физических данных: выворотность, подъём, гибкость

1. Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»), приставные шаги в сторону
2. Игроритмика: хлопки в такт музыки;
Построение в рассыпную
3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
4. Общеразвивающие упражнения без предмета:
5. Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»
6. Упражнения дыхательные: "Ладочки"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 6:

Практика: отработка комбинаций танца «Виноватая тучка»
знакомство с новой танцевальной композицией «Осенние принцессы»

1. Строевые упражнения: построение по кругу, в рассыпную, приставные шаги в сторону
2. Игроритмика: хлопки в такт музыки;
Построение в рассыпную
3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
4. Общеразвивающие упражнения без предмета:
5. Музыкально – подвижная игра «Найди свою пару»
6. Упражнения дыхательные: "Листики"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 7:

Практика: развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Игроритмика «Пузырь»
3. Музыкальная композиция «Осенние принцессы»
4. Музыкально-подвижная – игра «Часики»
5. Упражнения на расслабление мышц: потряхивания кистями рук – «Сколько пальчиков на ручках...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 8:

Практика: развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Игроритмика «Пузырь»
3. Музыкальная композиция «Осенние принцессы»
4. Музыкально-подвижная – игра «Часики»
5. Упражнения на расслабление мышц: потряхивания кистями рук – «Сколько пальчиков на ручках...»

Контроль: педагогическое наблюдение за четкостью выполнения композиции танца

3.2. Тема занятия: «Открытое занятие для родителей»

Занятие 1: Сюжетное «Осенняя прогулка»

Практика: развитие координации движений; успешности и веры в свои силы

1. Общеразвивающие упражнения с осенними листьями
2. Танцевальная композиция «Осенние принцессы»
3. Музыкально – подвижная игра «Солнышко и дождик»
4. Игра «Подуй на осенний листочек»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

4. Раздел: «Осенний танец»

4.1. Тема занятия: «Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о осени, осеннем празднике
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на осеннем празднике»

Занятие 2

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями...», развитие координации движений формирование правильной осанки, тренировка мышечной памяти

1. Музыкально – подвижная игра «Повторяй за мной»
2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле
4. Общеразвивающие упражнения с мячами
5. Танцевальные шаги: пружинистые полуприседы;
6. Игра – миниатюра «Весёлый каблучок»
7. Музыкальная композиция «Вальс с осенними листьями...»
8. Упражнения дыхательные: "Свеча»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями»; развитие физических данных: выворотность, подъём, гибкость

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг
2. Игроритмика хлопки в такт музыки

- 3.Общеразвивающие упражнения с султанчиками
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Мы в автобусе сидим»
- 5.Игра –миниатюра «Весёлый каблучок»
6. Музыкальная композиция «Вальс с осенними листьями...»
- 7.Имитационно – образные упражнения на осанку«столбик»

Контроль: педагогическое наблюдение за выполнением движений нового танца

Занятие 4

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями»

- 1.Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг
- 2.Игроритмикахлопки в такт музыки
- 3.Общеразвивающие упражнения с султанчиками
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Мы в автобусе сидим»
- 5.Игра –миниатюра «Весёлый каблучок»
6. Музыкальная композиция «Вальс с осенними листьями...»
- 7.Имитационно – образные упражнения на осанку«солдатик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 5

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями»;закрепление понятия «далеко – близко», «высоко – низко», развитие координации движений

- 1.Музыкально – подвижная игра «Все детишки убежали»
- 2.Построение враспынную под музыку марша все маршируют в любом направлении
- 3.Танцевальные шаги: приставной шаг в сторону; пружинящий шаг
4. Музыкальная композиция «Вальс с осенними листьями...»
- 5.Игра –миниатюра «Весёлый каблучок»
- 6.Упражнения на релаксацию и дыхание "Воздушный шарик"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьям»; развитие умения передавать в движениях начало и окончания фраз, частей и всего музыкального произведения

- 1.Музыкально – подвижная игра «Все детишки убежали»
- 2.Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «Мы в автобусе сидим»
4. Музыкальная композиция «Вальс с осенними листьями...»
- 5.Подвижная игра «Пузырь»
- 6.Музыкально-ритмическая композиция «Воробьиная зарядка»
- 7.Пальчиковая гимнастика

Контроль: педагогическое наблюдение за выполнением движений ового танца

Занятие 7

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями»;обучать умению повторять движения в точности за педагогом,развивать фантазию, повышать эмоциональный тон

- 1.Музыкально – подвижная игра «Все по местам»

2. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Мы в автобусе сидим»
4. Подвижная игра «Кот и мыши»
5. «Вальс с осенними листьями...»
6. Пальчиковая гимнастика «Этот пальчик...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 8

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями...»; развитие умения соотносить музыку, слово и движение

1. Музыкально – подвижная игра
2. Общеразвивающие упражнения на стуле
3. «Вальс с осенними листьями...»
4. Музыкально – подвижная игра «Часики»
5. Имитационно – образные упражнения на дыхание "Подуй на листик красный (жёлтый)"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями...», развитие физических данных: выворотность, подъём, гибкость

1. Музыкально – подвижная игра
2. Общеразвивающие упражнения на стуле
3. «Вальс с осенними листьями...»
4. Музыкально – подвижная игра «Часики»
5. Имитационно – образные упражнения на дыхание "Подуй на листик красный (жёлтый)"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения комбинаций нового танца

Занятие 10

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Вальс с осенними листьями...», умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Игроритмика
3. Игра-забава «Пузырь»
4. Ритмический танец: «Неваляшка»
5. Музыкальная миниатюра - игра «Мишка»
6. Упражнения на расслабление мышц: потряхивания кистями рук – «Сколько пальчиков на ручках...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

4.2. Тема: «Выступление на осеннем празднике»

Занятие 1

Практика: развитие артистичности, эмоциональной раскрепощенности

1. Танцевальная композиция «Вальс с осенними листьями...»
2. Музыкально – подвижная игра «Часики»
3. Музыкальная миниатюра - игра «Мишка»
4. Игра-забава «Собери игрушки»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

5.Раздел:«Новогодний танец»

5.1.Тема:«Разучивание элементов танца для выступления на новогоднем празднике»

Занятие1

Теория:

- 1.Беседа с детьми о предстоящем празднике
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на новогоднем празднике»

Занятие 2

Практика:знакомство со словами и движениями новой разминки «Зарядка для Снеговика», развитие фантазии, обучение импровизации – упражнение «Снежинки».

- 1.Музыкально – подвижная игра «Часики»
- 2.Строевые упражнения: Построение врассыпную под музыку марша все маршируют в любом направлении
- 3.Танцевальные шаги: приставной шаг в сторону; пружинящий шаг
- 4.Ритмический парный танец «Снег-снежок
- 5.Игра –миниатюра «Зарядка для Снеговика».
- 6.Упражнения на релаксацию и дыхание «Снежинки»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика:развитие умения следить за осанкой, добиваться подтянутости, собранности; отработка плавных движений руками, развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

- 1.Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
- 2.Танцевальные шаги
- 3.Композиция из танцевальных шагов.
- 4.Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
- 5.Танцевально – ритмическая гимнастика «Снежинки»
- 6.Ритмический танец: «Снег-снежок»
- 7.Игроритмика

Контроль: педагогическое наблюдение четкостью выполнения композиции танца

Занятие 4

Практика: развитие умения самостоятельно строить круг, ходить по кругу взявшись за руки, соблюдать расстояние между парами – «Новогодний хоровод».

- 1.Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
- 2.Танцевальные шаги
- 3.Композиция из танцевальных шагов.
- 4.Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
- 5.Танцевально – ритмическая гимнастика «Маленькая мышка»
- 6.Ритмический танец: «Снег-снежок»
7. Упражнения на релаксацию и дыхание «Обними плечи»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 5

Практика: развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу – упражнение «Здравствуйте, ладошки!», умения соотносить музыку, слово и движение

1. Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
2. Танцевальные шаги
3. Композиция из танцевальных шагов.
4. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
5. Танцевально – ритмическая гимнастика «Маленькая мышка»
6. Строевые упражнения

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика: развитие навыков выразительного движения: упражнение в ходьбе разного характера, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Музыкальное приветствие: «Здравствуйте, ладошки!»
2. Общеразвивающие упражнения с помпонами
3. Игропластика «Весёлый Снеговик»
4. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
5. Игроритмика «Я на дудочке играю!»
6. Ритмический танец «Снег-снежок»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений танца

Занятие 7

Практика: развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. «Здравствуйте, ладошки»
2. Общеразвивающие упражнения с помпонами
3. Игропластика «Весёлый Снеговик»
4. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
5. Ритмический танец. «Снег-снежок»
6. Упражненное дыхательное - «Большой маятник»

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 8 «В гости к снеговикам»

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Снег-снежок», развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение и показ, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежками
2. Музыкально – подвижная игра («Снежное покрывало», «Снежные карусели»)
3. Ритмический танец «Снег-снежок»
4. Игроритмика «Мы руками хлопаем»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 9

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Снег-снежок», развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания

1. Строевые упражнения: построение врассыпную и колонну за взрослым
2. Игроритмика: «Мы попрыгает немного...»
3. Игропластика «Мышки в норках»
4. Ритмический танец «Снег-снежок» (в парах)
5. Музыкально – подвижная игра «Ты катись, катись, снежок»

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 10

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Снег—снежок», ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение врассыпную и колонну за взрослым
2. Игроритмика: «Мы попрыгает немного...»
3. Игропластика «Мышки в норках»
4. Ритмический танец «Снег-снежок» (в парах)
5. Упражнения на релаксацию и дыхание "Ушки"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

5.2. Тема: «Выступление на новогоднем празднике»

Занятие 1

Практика: Выступление на новогоднем празднике

1. Ритмический танец. «Мы попрыгает немного...»
2. Музыкально – подвижная игра «Ты катись, катись, снежок»
3. Ритмический танец «Снег-снежок»
4. Музыкально – подвижная игра «Весёлый каблучок»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

6. Раздел: «Танец для папы»

6.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем празднике
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: утверждение танца для вступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 2

Практика: развитие самостоятельности при исполнении разминки - упражнение «У ребят есть ручки...», развитие внимания, собранности

1. Строевые упражнения:

2. Построение врассыпную
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле; притопы с хлопками поочередно
4. Хореографические упражнения полуприседы, подъемы на носки
5. Ритмический танец «Любимый папа»
6. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зайка»
7. Релаксация «Снежинки блестят»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 3 «У бабушки-Метели»

Практика: развитие умения ориентироваться в пространстве, обучение правильной технике исполнения прыжков, развитие физических данных: выворотность, подъем, гибкость

1. Сказочная зарядка
2. Ритмический танец «Что нам нравится зимой?»
3. Музыкально – подвижная игра «Снежное полотно»
4. Игра-забава «Заморожу»
5. Упражнения, дыхательные "Растопи снежинку"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 4

Практика: обучение умению соотносить движения со словами, закрепление понятий «назад, вверх», формирование танцевальных умений, развитие гибкости суставов, воспитание силы воли, самостоятельности

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, сцеплением за руки; построение в колонну и в шеренгу по сигналу; хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»); ходьба сидя на стуле
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «мы похлопаем в ладоши»
3. Ритмический танец «Любимый папа»
4. Музыкально – подвижная игра «Самолёты»
5. Пальчиковая гимнастика «Дружат наши пальчики»

Контроль: педагогическое наблюдение за четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти, обучение полному расслаблению мышц, развитие воображения, творческих способностей, развитие физических данных, силы, натянутости стопы, чувства равновесия

1. Строевые упражнения: «Солдатики»
2. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочками»
4. Ритмический танец «Любимый папа»
5. Музыкально – подвижная игра «Лисичка»
6. Круговые движения кистями и пальцами рук «оса», «вертолет»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 6

Практика: обучение правильному дыханию во время движений, воспитание аккуратности развитие правильной постановки корпуса, равновесия

1. Строевые упражнения: передвижение по кругу шагом и бегом, бег по кругу и по ориентирам
2. Игроритмика: удары ногой на каждый счёт и через счёт, хлопки по счёту
3. Танцевальные шаги, пружинистые полуприседы; приставной шаг в сторону
4. Общеразвивающие упражнения с флажками
5. Ритмический танец «Любимый папа»
6. Музыкально – подвижная игра «Все детишки убежали»
7. Релаксация «Снеговик растаял»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

6.2. Тема: «Выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 1 тема: «Защитники»

Практика Выступление на празднике ко дню Защитника Отечества

1. Ритмический танец «Веселая разминка»
2. Танцевально – ритмическая композиция «Помощник»
3. Ритмический танец «Любимый папа»
4. Музыкально – подвижная игра «Самолёты»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

7. Раздел: «Танец для мамы»

7.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике 8 Марта»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем празднике
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на празднике 8 Марта»

Занятие 2

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие двигательных функций при помощи гимнастических упражнений, воспитание дисциплины, волевых качеств, упражнять в умении напрягать и расслаблять мышцы всего тела, развитие воображения, творческих способностей

1. Строевые упражнения:

построение в шеренгу, повороты переступанием, построение в круг, в рассыпную

2. Хореографические упражнения поклон для мальчиков, пружинка для девочек
3. Игроритмика: «приседания с движениями рук», «выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
4. Ритмический танец «Раз ладошка...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие правильной постановки корпуса, воспитание интереса к занятиям, развитие гибкости суставов, улучшение эластичности мышц.

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «подснежники»
2. Игроритмика. На воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.
3. Общеразвивающие упражнения. Хореографические упражнения: поклон для мальчиков, пружинка для девочек
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»
5. Ритмический танец «Я на дудочке играю»
6. Музыкально – подвижная игра «Лисичка»
7. Игропластика «Первые подснежники»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 4

Практика: развитие музыкально-ритмических навыков, закрепление умения детей выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами

1. Игра «Поезд»
2. Игроритмика. на воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.
3. Общеразвивающие упражнения.
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»
5. Ритмический танец «Раз ладошка.....»
6. Музыкально – подвижная игра «Лисичка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков танца

Занятие 5

Практика: развитие выразительности пластики, чувства ритма, точности, памяти, внимания, быстроты реакции, развитие мышечной памяти

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в разных направлениях за инструктором, построение врассыпную
2. Музыкальная разминка «Головами покиваем»
3. Группировка в положении сидя, лежа
4. Музыкально – подвижная игра «Тихо-громко»
5. Ритмический танец: «Раз ладошка.....»
6. Контрастные движения руками на напряжение и расслабление

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика: знакомство с движениями нового танца, обучение умению соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в разных направлениях за инструктором, построение врассыпную
2. Музыкальная разминка «Головами покиваем»
3. Группировка в положении сидя, лежа
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика для Бобика»
5. Ритмический танец: «Раз ладошка.....»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 7

Практика: обучение умению объединять несколько движений в одну комбинацию, развитие координации движений, внимания, развитие артистизма

1. Строевые упражнения:
2. Построение врассыпную
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле; притопы с хлопками поочередно
4. Хореографические упражнения полуприседы, подъемы на носки
5. Ритмический танец. «Мы пойдем сначала вправо»
6. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зайка»
7. Релаксация «Первые подснежники»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 8

Практика: ознакомление с новыми движениями танца, развитие чувства ритма, ловкости, внимания, памяти, творческих способностей, воображения

1. Музыкально-подвижная игра
2. Строевые упражнения: построения врассыпную, в круг
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Раз ладошка....»
4. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперед на пятку;
5. Ритмический танец. «Я на дудочке играю»
6. Музыкально – подвижная игра «Платочек».
7. Игропластика. Упражнения для развития мышечной силы в заданиях.

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 9

Практика: развитие плавности движений рук и кистей рук, развитие умения определять характер музыки и соответственно ему исполнять движения, развитие двигательных функций, воспитание дисциплины и волевых качеств

1. Музыкально-подвижная игра
2. Строевые упражнения: построения в колонну, шеренгу, круг
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Раз ладошка....»
4. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперед на пятку;
5. Ритмический танец. «Я на дудочке играю»
6. Музыкально – подвижная игра «Платочек».
7. Игропластика. Упражнения для развития мышечной силы в заданиях.

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

7.2. Тема : «Выступление на празднике 8 Марта»

Занятие 1 «Мамин день»

Практика: развитие артистичности, эмоциональной раскрепощенности, формирование положительного отношения родителей к занятиям

1. Танцевально – ритмическая гимнастика «Танец с мамы по кругу (обнималочка)»
2. Ритмический танец «Я на дудочке играю»
3. Выступление на празднике 8 Марта с танцем «Раз ладошка....»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

8.Раздел :«Отчётный концерт»

8.1.Тема :«Разучивание элементов танца для выступления на отчетном концерте»

Занятие 1

Теория:

- 1.Беседа с детьми о предстоящем празднике
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на отчётном концерте

Занятие 2

Практика:ознакомление с движениями нового танца,обучение умению соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона ,развитие артистизма, создание радостного настроения

- 1.Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»
- 2.Строевые упражнения :построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором
- 3.Танец «Я на дудочке играю»
- 4.Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

Музыкально – подвижная игра «Платочек»

- 5.Строевые упражнения:построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором
- 6.Игроритмика«Я на дудочке играю»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 3

Практика:ознакомление с движениями нового танца,обучение ритмичному движению в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха, памяти, внимания, чувства ритма

- 1.Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
- 2.Игроритмика. «Пузырь»
- 3.Игра-забава «Собери игрушки»
4. Парный танец: «Тра-ля-ля»
- 5.Музыкальная миниатюра - игра «Маленькая мышка»
- 6.Упражнения на расслабление мышц
- 7.Релаксация «Спокойный сон»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика:ознакомление с движениями нового танца,развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

- 1.Музыкально – подвижная игра «Все по местам»
- 2.Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «»
- 4.Музыкально-ритмическая композиция «Всё вокруг»
- 5 Музыкально – подвижная игра «Тихо-громко»
- 6.Креативная гимнастика «Делай как я!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 5

Практика: развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Игроритмика «Здравствуйте, ладошки»
2. Общеразвивающие упражнения с массажным мячом
3. Ритмический танец «Всё вокруг»
4. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
5. Ритмический танец. «Тра-ля-ля»
6. Упражнения дыхательные

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика: ознакомление с движениями нового танца, обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха, памяти, внимания, чувства ритма

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Игроритмика. «Пузырь»
3. Игра-забава «Собери игрушки»
4. Парный танец: «Тра-ля-ля»
5. Музыкальная миниатюра - игра «Маленькая мышка»
6. Упражнения на расслабление мышц

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 7

Практика: ознакомление с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Музыкально – подвижная игра «Все по местам»
2. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Всё вокруг»
4. Музыкально-ритмическая композиция «На лощадке»
5. Музыкально – подвижная игра «Мы хотим танцевать»
6. Креативная гимнастика «Делай как я!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 8

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие гибкости суставов, воспитание силы воли

1. Танцевальные шаги. Комбинации на изученных танцевальных шагах
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка»
3. Парный танец «Тра-ля-ля»
4. Музыкально – подвижная игра «Ты-мой друг»
5. Игропластика: упражнения для развития гибкости : «бабочка», «звездочка», «рыбка», «лягушка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: развитие навыков выразительного движения, упражнение в ходьбе разного характера, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Игроритмика «Здравствуйте, ладошки»
2. Общеразвивающие упражнения
3. Игропластика
4. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
5. Ритмический танец. «Тра-ля-ля»

Контроль: педагогическое наблюдение за выразительностью выполнения композиции танца

Занятие 10

Практика: закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно, развитие музыкального слуха, памяти, внимания

1. Танцевальные шаги. Комбинации на изученных танцевальных шагах
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка»
3. Парный танец «Тра-ля-ля»
4. Музыкально – подвижная игра «Ты-мой друг»
5. Игропластика: упражнения для развития гибкости: «бабочка», «звездочка», «рыбка», «лягушка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

8.2. Тема : промежуточная аттестация «Отчетный концерт»

Занятие 1 «Потанцуйте с нами вместе!»

Практика: закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Ритмический танец «На лошадке»
2. Танцевально – ритмическая композиция «Снег-снежок»
3. Ритмический танец «Всё вокруг»
4. Музыкально – подвижная игра «Ты мой друг ...»
5. Креативная гимнастика «Делай как я!»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

9. Раздел : «Танец на День Победы»

9.1. Тема : «Разучивание элементов танца для выступления празднике ко дню Победы»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем празднике
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления празднике ко дню Победы»

Занятие 2

Практика: ознакомление с новым танцем, развитие двигательных функции при помощи гимнастических упражнений, развитие воображения, творческих способностей

1. Музыкально – подвижная игра «играем с мячиком»
2. Игроритмика: ходьба на каждый счет и через счет с хлопками

построение по ориентирам

3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, полуприсед- «пружинка»

4.Общеразвивающие упражнения с платочками

5.Ритмический танец «Я с платочком шла»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: ознакомление с движениями нового танца, обучение умению соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона, развитие артистизма

1.Музыкально – подвижная игра «ходим, бегаем»

2.Контрастные движения руками на напряжение и расслабление

3.Танцевально – ритмическая гимнастика «С помпонами»

4.Ритмический танец «Салютик»

5.Подвижная игра «Солнышко-дождик»(с зонтом)

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика: ознакомление с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1.Строевые упражнения: перестроение в две колонны, в два круга (по ориентирам)

2.Танцевально – ритмическая гимнастика «Зверобика»

3.Ритмический танец «Салютик»

4.Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера»

5.Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы: «укрепи животик», «укрепи спинку»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: развитие умения перестраиваться, закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно

1.Строевые упражнения: перестроение в круг; перестроение в шеренгу и колонну; бег по кругу и ориентирам («змейкой»);

2.Игроритмика. Выполнение ходьбы с увеличением темпа с переход на бег и снижением обратно на ходьбу

3. Ритмический танец: «Салютик»

4.Общеразвивающие упражнения с массажными кольцами

5.Музыкально – подвижная игра «Веселый бубен» Креативная гимнастика «Ай, да я!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

9.2. Тема : «Выступление на празднике ко Дню Победы»

Занятие 1. тема: «Мой флажок»

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Военный парад

2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Я с платочком хожу»

3. Игра «Флажок-дружок»

4. Ритмический танец: «Салютик»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

10.Раздел :«День защиты детей»

10.1.Тема :«Разучивание элементов танца для выступления на День защиты детей»

Занятие1

Теория:

- 1.Беседа с детьми о предстоящем празднике
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на День защиты детей

Занятие 2

Практика: знакомство с движениями нового танца, обучение умению соотносить слово и движение, повышаение эмоционального фона, развитие артистизма

- 1.Музыкально – подвижная игра «Платочек»
- 2.Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором
- 3.Игроритмика :«Я на дудочке играю»
- 4.Общеразвивающие упражнения без предметов
- 5.Танец«Танец дружбы»
- 6.Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.
- 7.Пальчиковая гимнастика

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Танец дружбы», развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

- 1.Строевые упражнения:
Построение в рассыпную и колонну за взрослым
- 2.Игроритмика
- 3.Ритмический танец «Люблюка»
- 4.Танцевально – ритмическая композиция «Ты и я»
- 5.Музыкально – подвижная игра «Цветок по кругу»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 4

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Танец дружбы», развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения, умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

- 1.Строевые упражнения: построение в рассыпную и колонну за взрослым
- 2.Игроритмика «Ты и я»

3. Ритмический танец «Люблюка»
4. Танцевально – ритмическая композиция «Ты и я»
5. Музыкально – подвижная игра «Цветок по кругу»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Танец дружбы», поощрение умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Музыкально – подвижная игра «Все по местам»
2. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «»
4. Музыкально-ритмическая композиция «Зверобика»
5. Музыкально – подвижная игра «Мы хотим танцевать»
6. Креативная гимнастика «Делай как я!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

10.2. Тема :«День защиты детей»

Занятие 1развлечение «День защиты детей»

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Ритмический танец «Люблюка»
2. Танцевально – ритмическая композиция «Ты и я»
3. Ритмический танец «Танец дружбы»
4. Музыкально – подвижная игра «Цветок по кругу»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

11. Раздел :Обследование

11.1. Тема:«Итоговое занятие».

Практика: выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала

Выполнение итоговых упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: определение динамики уровня физического развития учащихся.

3. Содержание программы

3.2 Второй год обучения-средняя группа

1. Раздел: Ознакомительное

1.1. Тема:«Давайте знакомиться!»

Занятие 1

Теория:познакомить с правилами техники безопасности.

Практика:Учить ориентироваться в пространстве, развивать чувство ритма

1.Игроритмика:«Давайте здороваться!»

Строевые упражнения: построение врассыпную

2.Игроритмика: хлопки в такт музыки

Построение врассыпную

3.Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов;сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком;

4.Общеразвивающие упражнения без предмета: под музыку

5.Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль:Практическая работа. Анализ причины травматизма на занятиях.

2.Раздел: Обследование

2.1.Тема:«Обследование детей»

Занятие1

Практика: выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала

Выполнение упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: Определение уровня физического развития учащихся.

3.Раздел:Музыкально-ритмические движения

3.1.Тема:«Разучивание ритмических движений!»

Занятие1

Теория:

1.Беседа с детьми о предстоящем празднике

2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,

3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,

4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для вступления открытом занятии

Занятие 2

Практика:обучение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1.Музыкально – подвижная игра «Едет,едет паровоз...»

2.Строевые упражнения:построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором

3.Игроритмика:«Хлопаем-шлёпает»

4.Общеразвивающие упражнения с массажными мячами

5.Танцевальные шаги

6.Игра–миниатюра «Дует, дует ветерок»

7.Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

8:Релаксация «Спокойный сон»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика:разучивание движения разминки со словестным сопровождением – упражнение «Зверобика»

- 1.Строевые упражнения:построение в рассыпную, построение в шеренгу, в круг
- 2.Танцевально – ритмическая гимнастика: упражнения с осенними листьями
- 3.Игра – миниатюра «Зверобика»
- 4.Имитационно – образные упражнения на осанку: «столбик», «палочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика:разучивание движений разминки со словестным сопровождением – упражнение «Зверобика», развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

- 1.Строевые упражнения:построение в рассыпную, построение в шеренгу, в круг
- 2.Танцевально – ритмическая гимнастика: упражнения с султанчиками
- 3.Игра – миниатюра «Ветер и заяц»
- 4.Имитационно – образные упражнения на осанку: «столбик», «палочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика:закрепление понятия «лево и право», «вперед и вверх»; обучение умению соотносить слово и движение – разминка по кругу, развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

- 1.Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»), приставные шаги в сторону, шаг с подскоком
 - 2.Игроритмика: хлопки в такт музыки;
- Построение в рассыпную
- 3.Танцевальные шаги: шаг с небольшим подскоком; мягкий высокий шаг на носках, поворот на 360 градусов на шагах
 - 4.Общеразвивающие упражнения без предмета:
 - 5.Музыкально – подвижная игра «Когда мои друзья со мной»
 - 6.Упражнения дыхательные: "Осенний ветер"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 6

Практика:отработка комбинации танца «Виноватая тучка»

- 1.Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»), приставные шаги в сторону, шаг с подскоком
 - 2.Игроритмика: хлопки в такт музыки;
- Построение в рассыпную
- 3.Танцевальные шаги: приставной и скрестный шаг в сторону;
 - 4.Общеразвивающие упражнения без предмета:
 - 5.Музыкально – подвижная игра «Когда мои друзья со мной»
 - 6.Упражнения дыхательные: "Осенний ветер"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 7

Практика: обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Музыкально – подвижная игра «Со вьюном я хожу»
 2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором
 3. Игроритмика «Здравствуй, ребятки»
 4. Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами
 5. Танцевальные шаги: попеременный шаг; прыжки с ноги на ногу на месте и с поворотами;
 6. Игра–миниатюра «Дует, дует ветерок»
 7. Подвижная игра «Собери морковь с грядки»
 8. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.
- Релаксация «Спокойный сон»
- Контроль:** педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 8

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик». развитие координации движений , формирование правильной осанки

1. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»
2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле
4. Общеразвивающие упражнения с мячами
5. Танцевальные шаги: шаг галопа вперёд и в сторону;
6. Игра –миниатюра «Любопытная Варвара»
7. Танцевально – ритмическая гимнастика «Виноватая тучка»
8. Упражнения дыхательные: "Свеча»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

3.2. Тема: «Открытое занятие для родителей»

Занятие 1: «Осенняя прогулка»

Практика: развитие координации , развитие координацию движений , формирование правильной осанки

1. Общеразвивающие упражнения с осенними листьями
2. Игра-миниатюра «Ветер и зайка»
3. Танцевальная композиция «В руки зонтики мы взяли...»
4. Музыкально – подвижная игра «Когда мои друзья со мной»
5. Игра «Осенний ветер»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

4. Раздел: «Осенний танец»

4.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем празднике
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на осеннем празднике

Занятие 2

Практика: укрепление мышечного аппарата рассказать о необходимости развития физических данных «гибкость» для танцора , самостоятельно ориентироваться в характере

музыки, развивать умение начинать движение после вступления – танец «Дождик».

Развивать координацию движений

- 1.Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»
- 2.Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу
- 3.Игроритмика: ходьба сидя на стуле
- 4.Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами
- 5.Танцевальные шаги: пружинистые полуприседы;
- 6.Игра –миниатюра «Любопытная Варвара»
- 7.Танцевально – ритмическая гимнастика «Дождик»
- 8.Упражнения дыхательные: «Насос»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик;развитие физических данных :выворотности, подъёма, гибкости

- 1.Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг
- 2.Игроритмикахлопки в такт музыки
- 3.Общеразвивающие упражнения с султанчиками
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Вот лягушка скачет»
- 5.Игра –миниатюра «Дождик»
- 6.Имитационно – образные упражнения на осанку«столбик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик

- 1.Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг
- 2.Игроритмика: хлопки в такт музыки
- 3.Общеразвивающие упражнения с султанчиками
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Настоящая метла»
- 5.Игра –миниатюра «Дождик»
- 6.Имитационно – образные упражнения на осанку«солдатик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик;закрепление понятия «далеко – близко», «высоко – низко», развитие координации движений , развитие умения соотносить музыку, слово и движение

- 1.Музыкально – подвижная игра
- 2.Построение врассыпную под музыку марша все маршируют в любом направлении
- 3.Танцевальные шаги: приставной шаг в сторону; пружинящий шаг
- 4.Ритмический танец. «Раз ладошка, два ладошка.. ...»
- 5.Игра –миниатюра «Едет паровоз».
- 6.Упражнения на релаксацию и дыхание "Воздушный шарик"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления; развитие умения передавать в движениях начало и окончания фраз, частей и всего музыкального произведения

- 1.Музыкально – подвижная игра «Все по местам»
- 2.Танцевальные шаги:композиция из изученных ранее шагов;
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушные шары»
- 4.Танец «В руки зонтики мы взяли...»
- 5.Подвижная игра «Кот и мыши»
- 6.Музыкально-ритмическая композиция «Звериный разговор»
- 7.Пальчиковая гимнастика

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 7

Практика:закрепление умения начинать движение после вступления; развитие умения выполнять движения в точности за педагогом

- 1.Музыкально – подвижная игра «Все по местам»
- 2.Танцевальные шаги:шаг с носка, на носках,попеременный шаг;
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушные шары»
- 4.Подвижная игра «Кот и мыши»
- 5.Музыкально-ритмическая композиция «Звериный разговор»
- 6.Пальчиковая гимнастика

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 8

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления ,умения соотносить музыку, слово и движение

- 1.Музыкально – подвижная игра
- 2.Общеразвивающие упражнения на стуле
- 3.Ритмический танец: «Неваляшка», «Дождик»
- 4Музыкально – подвижная игра ««Карлики и великаны»
5. Имитационно – образные упражнения на дыхание"Обними плечи"

Контроль:педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления,развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

- 1.Музыкально – подвижная игра
- 2.Общеразвивающие упражнения на стуле
- 3.Ритмический танец: «Дождик»
4. Музыкально – подвижная игра ««Карлики и великаны»
5. Имитационно – образные упражнения на дыхание"Обними плечи"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 10

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления , ориентируясь на музыкальное сопровождение,развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Игроритмика
3. Игра-забава «Собери игрушки»
4. Ритмический танец: «В руки зонтики мы взяли...»
5. Музыкальная миниатюра - игра «Мишка»
6. Упражнения на расслабление мышц: потряхивания кистями рук – «Воробушки полетели»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

4.2. Тема: «Выступление на осеннем празднике»

Занятие 1

Практика: развитие артистичности, эмоционального раскрепощения

5. Ритмический танец с осенними листьями
6. Танцевальная композиция «В руки зонтики мы взяли...»
7. Музыкально – подвижная игра «Солнышко и дождик»
8. Игра «Тучка, тучка, улетай»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

5. Раздел: «Новогодний танец»

5.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на новогоднем празднике»

Занятие 1

Теория: подбор костюмов, музыки, атрибутов

1. Беседа с детьми о предстоящем празднике
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: утверждение танца для выступления на Новогоднем празднике

Занятие 2

Практика: укрепление мышечного аппарата, развитие навыка выразительного движения

1. Импровизация движений под музыку
2. Музыкально – подвижная игра «Эхо»
3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперед на пятку
4. Ритмический танец. «3 медвежонка»
5. Построение в круг.
6. Музыкальная миниатюра- игра «Мы ехали»
7. Пальчиковая гимнастика: «Тёплые варежки»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: развитие умения следить за осанкой, развитие умения выполнять плавные движения руками, развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

1. Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
2. Композиция из танцевальных шагов.
3. Игроритмика

- 4.Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
- 5.Танцевально – ритмическая гимнастика «Снежинки»
- 6.Ритмический танец: «Три Пингвина»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика:развитие умения следить за осанкой, развитие умения выполнять плавные движения руками, развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

- 1.Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
- 2.Танцевальные шаги: композиция из танцевальных шагов, сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «Снежинки»
- 4.Ритмический танец: «Снеговик»
- 5.Музыкальная миниатюра- игра «Саночки летят»

Упражнения на релаксацию и дыхание

Контроль:педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика:развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, соотносить музыку, слово и движение

- 1.Поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
- 2.Танцевальные шаги:шаг галопа вперед и в сторону,
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «Снежинки»
- 4.Ритмический танец: «Три Пингвина»
- 5.Строевые упражнения

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика:развитие навыка выразительного движения, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

- 1«Здравствуйте, ладошки»
- 2.Общеразвивающие упражнения с гантелями
- 3.Игропластика
- 4.Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
- 5.Игроритмика «Жираф»
- 6.Ритмический танец «Три Пингвина»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 7

Практика:развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу,укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

- 1«Здравствуйте, ладошки»
- 2.Общеразвивающие упражнения с гантелями
- 3.Игропластика «Пингвин»
- 4.Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
- 5.Ритмический танец. «Три Пингвина»
- 6.Упражнение дыхательное «Шаги»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 8«В гости к снеговику»

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления , ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

- 1.Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежками
- 2.Музыкально – подвижная игра(«Снежное покрывало» ,«Снежные карусели»)
- 3.Ритмический танец «Три Пингвина»
- 4.Игроритмика «Мы руками хлопаем»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 9

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления , ориентируясь на музыкальное сопровождение,развитие внимания, развитие умения ориентироваться в пространстве

- 1.Строевые упражнения:построение в рассыпную и колонну за взрослым
- 2.Игроритмика
- 3.Игропластика «Мышки в норках»
- 4.Ритмический танец. «Три Пингвина...»
- 5.Музыкально – подвижная игра «Ты катись, катись, снежок»

Контроль:педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 10

Практика:развитие умения начинать движение после вступления , умения ориентироваться в пространстве

- 1.Строевые упражнения:построение в рассыпную и колонну за взрослым
- 2.Игроритмика «Рыжее чудо»
- 3.Игропластика «Мышки в норках»
- 4.Ритмический танец «Три Пингвина»,
- 5.Упражнения на релаксацию и дыхание "Сосулька"

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков танца

5.2.Тема:«Выступление на Новогоднем празднике»

Занятие1

Практика:развитие артистичности, эмоциональной раскрепощенности выступление на новогоднем празднике

- 1.Ритмический танец. ««Три Пингвина»,
- 2.Музыкально – подвижная игра «Ты катись, катись, снежок»
- 3.Музыкально – подвижная игра «Сугроб»
- 4.Упражнения на релаксацию и дыхание "Сосулька"

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

6.Раздел:«Танец для папы»

6.1.Тема:«Разучивание элементов танца для выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие1

Теория:

- 1.Беседа с детьми о предстоящем празднике

2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 2

Практика: развитие двигательной памяти при самостоятельном выполнении музыкальной разминки, развитие внимания, собранности

1. Строевые упражнения:
2. Построение врассыпную
3. Игроритмика: «Рыжее чудо»
4. Хореографические упражнения полуприседы, подъемы на носки
5. Ритмический танец «Маленький кораблик»
6. Танцевально – ритмическая гимнастика «Жили-были человечки»
7. Релаксация «Снеговик растаял»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3 «Проводы Зимы»

Практика: развитие умения ориентироваться в пространстве, обучение правильной технике исполнения прыжков, развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

1. Игроритмика: «Снежная зарядка»
2. Ритмический танец «Три Пингвина?»
3. Музыкально – подвижная игра «Снежный ком»
4. Игра-забава «Заморожу»
5. Пальчиковая гимнастика «Зимняя прогулка»
6. Релаксация «Снеговик растаял»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика: обучение умению соотносить движения со словами, закрепление понятия «назад, вверх», формирование умения и навыки в области партерной гимнастики, воспитание силы воли, самостоятельности

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, сцеплением за руки; построение в колонну и в шеренгу по сигналу; хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»); ходьба сидя на стуле
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Жили-были человечки»
3. Ритмический танец «Маленький кораблик»
4. Музыкально – подвижная игра «Самолёты»
5. Пальчиковая гимнастика «Зимняя прогулка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти, обучение полному расслаблению мышц, развитие воображения, творческих способностей, развитие физические качеств силы, натянутости стопы, чувства равновесия

1. Строевые упражнения: «Солдатики»

2. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Жили-были человечки»
4. Ритмический танец «Маленький кораблик»
5. Музыкально – подвижная игра «Игра с мячиком»
6. Игропластика «по волнам»

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика: развитие умения правильно дышать во время движений, развитие правильной постановки корпуса, равновесия

1. Строевые упражнения: передвижение по кругу шагом и бегом бег по кругу и по ориентирам
2. Игроритмика: удары ногой на каждый счёт и через счёт, хлопки по счёту
3. Танцевальные шаги, пружинистые полуприседы, приставной шаг в сторону
4. Общеразвивающие упражнения с корабликами
5. Ритмический танец «Маленький кораблик»
6. Музыкально – подвижная игра «Пехотинец, летчик, моряк»
7. Релаксация «Снеговик растаял»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

6.2. Тема: «Выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 1

Практика: развитие артистичности, эмоциональной раскрепощенности при выступлении

1. Музыкальная разминка «Моряк . делай так »
2. Общеразвивающие упражнения с корабликами
3. Ритмический танец «Маленький кораблик»
4. Музыкально – подвижная игра «Пехотинец, летчик, моряк»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

7. Раздел: «Танец для мамы»

7.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике 8 Марта»

Занятие 1

теория:

1. Беседа о маме
2. Составление эскизов костюмов для танца совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на празднике 8 Марта»

Занятие 2

Практика: знакомство с новым танцем, развитие двигательных функций при помощи гимнастических упражнений, воспитание дисциплины, волевых качеств при помощи упражнений на напряжение и расслабления мышц всего тела, развитие воображения, творческих способностей

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «Подснежники»
2. Хореографические упражнения поклон для мальчиков , пружинка для девочек

3.Игроритмика:«приседания с движениями рук», «выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом

4.Ритмический танец «Далеко от мамы...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика:знакомство детей с движениями нового танца,развитие правильной постановки корпуса, воспитание интереса к занятиям, развитие гибкости суставов,. воспитание силы воли, самостоятельности

1.Музыкально-подвижная игра «Скворушки»

2. Хореографические упражнения поклон для мальчиков,пружинка для девочек

3.Общеразвивающие упражнения

4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»

5.Ритмический танец «Зверобика»

6.Игропластика «Распускаются цветы необычной красоты...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 4 (практика)

Содержание:совершенствование музыкально-ритмических навыков: закрепление умения детей выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами

1. Музыкально-подвижная игра «Скворушки»

2.Игроритмика.На воспроизведение динамики звука. Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.

3.Общеразвивающие упражнения.

4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»

5.Ритмический танец «Далеко от мамы...»

6.Музыкально – подвижная игра «Лисичка»

Контроль:педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика:развитие выразительности, пластики, чувства ритма, точности, памяти, внимания, быстроты реакции,укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1.Строевые упражнения:построение из одной шеренги в несколько, построение врассыпную

2.Общеразвивающие упражнения без предмета. Сочетание упоров с движениями ногами (упор присев, упор сидя,упор стоя на коленях, упор лежа)

3.Группировка в положении сидя, лежа

4.Музыкально – подвижная игра «Цветок по кругу»

5.Контрастные движения руками на напряжение и расслабление

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 6

Практика:знакомство детей с движениями нового танца, обучение соотношению слова и движений, повышение эмоционального фона,развитие артистизма, создание радостного настроения

1. Строевые упражнения: построение в шахматном порядке; бег по кругу и ориентирам («змейкой»), построение врассыпную
2. Общеразвивающие упражнения без предмета. Сочетание упоров с движениями ногами (упор присев, упор сидя, упор стоя на коленях, упор лежа)
3. Группировка в положении сидя, лежа
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика для Бобика»
5. Ритмический танец: «Далеко от мамы...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 7

Практика: развитие у детей умения объединять несколько движений в одну комбинацию, развитие координации, внимания :отработка комбинаций танца, развитие артистизма

1. Строевые упражнения: построение врассыпную, перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира;
2. Игроритмика: ходьба сидя на стуле; притопы с хлопками поочерёдно
3. Хореографические упражнения полуприседы, подъемы на носки
4. Ритмический танец. «Мы пойдем сначала вправо»
5. Музыкально – подвижная игра «Птички в гнездышках»
6. Релаксация «Первые подснежники»

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 8

Практика: знакомство детей с новыми движениями танца «Далеко от мамы...», развитие чувства ритма, ловкости, внимания, памяти, творческих способностей, воображения

1. Строевые упражнения: построения в колонну, шеренгу, круг
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика для бобика»
4. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперёд на пятку;
5. Ритмический танец: «Далеко от мамы...»
6. Музыкально – подвижная игра «Платочек».
7. Игропластика. Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: развитие плавности рук и кистей рук, умения определять характер музыки и умения соответственно с ним исполнять движения, развитие двигательных функций при помощи гимнастических упражнений, воспитание дисциплины, волевых качеств.

1. Строевые упражнения: построения в колонну, шеренгу, круг
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика для бобика»
3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, полуприседы на одной ноге, другую вперёд на пятку;
4. Ритмический танец «Далеко от мамы...»
5. Музыкально-подвижная игра «Цветок по кругу»
6. Игропластика. Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях
7. Релаксация «Первые подснежники»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

7.2. Тема: «Выступление на празднике 8 Марта»

Занятие 1 Сюжетное занятие «Мамин день»

Практика: развитие артистичности, эмоциональной раскрепощённости воспитанников кружка. формирование положительного отношения родителей к занятиям ребёнка в кружке

1. Музыкально-подвижная игра «Цветок по кругу»
2. Ритмический танец «Далеко от мамы...»
3. Релаксация «Первые подснежники»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

8. Раздел: «Отчётный концерт»

8.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на отчетном концерте»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на отчётном концерте

Занятие 2

Практика: знакомство с новым танцем, развитие двигательных функций при помощи гимнастических упражнений, развитие воображения, творческих способностей

1. Музыкально – подвижная игра «Игра с мячиком»
2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором
3. Игроритмика «Рыжее чудо»
4. Общеразвивающие упражнения
5. Танец «Барбарики»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: знакомство детей с движениями нового танца, обучение умению соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона, развитие артистизма, создание радостного настроения

1. Музыкально – подвижная игра «Ёжик»
2. Строевые упражнения: построение в шеренгу, повороты переступанием и в прыжках; перестроение в круг;
3. Игроритмика «Помощник»
4. Общеразвивающие упражнения без предметов
5. Ритмический танец «Барбарики»
6. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.
7. Пальчиковая гимнастика «С крыши капает капель»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 4

Практика: знакомство детей с движениями нового танца, обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха, памяти, внимания, чувства ритма

1. Строевые упражнения: размыкание по ориентирам; перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим
2. Игроритмика. «Помощник»

3. Ритмический танец «Барбарики»
4. Музыкальная миниатюра - игра «Мы хотим строить дом»
6. Пальчиковая гимнастика «С крыши капает капель»

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: знакомство детей с движениями нового танца развитие умения детей менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
3. . Ритмический танец «Барбарики»
4. Музыкально-ритмическая композиция «Зверобика»
- 5 Музыкально – подвижная игра «Мы хотим танцевать»
6. Пальчиковая гимнастика «С крыши капает капель»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика: развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, укреплять мышечный аппарат, развивать мышечную память

1. Игроритмика «Рыжее чудо»
2. Общеразвивающие упражнения с массажным мячом
3. Ритмический танец «Барбарики»
4. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
5. Упражнения дыхательные «Ушки», «Шаги»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 7

Практика: знакомство с движениями нового танца, обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха, памяти, внимания, чувства ритма

1. Строевые упражнения: размыкание по ориентирам; перестроение из одной колонны в две, три колонны по выбранным водящим
2. Игроритмика «Калейдоскоп»
3. Ритмический танец «Барбарики»
5. Музыкально-ритмическая композиция «Зверобика»
6. Упражнения на расслабление мышц «Шалтай-болтай»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 8

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Музыкально – подвижная игра «Все по местам»
2. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
3. Ритмический танец «Барбарики»
4. Музыкально-ритмическая композиция «Зверобика»
5. Музыкально – подвижная игра «Мы хотим танцевать»
6. Креативная гимнастика «Делай как я!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно, развитие гибкости суставов, воспитание силы воли

1. Танцевальные шаги. Комбинации на изученных танцевальных шагах
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Делайте зарядку»
3. Ритмический танец «Барбарики»
4. Музыкально – подвижная игра «Ку-ку»
5. Игропластика: упражнения для развития гибкости: «бабочка», «звездочка», «рыбка», «лягушка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 10

Практика: развитие навыков выразительного движения, упражнение детей в ходьбе разного характера, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Игроритмика «Рыжее чудо»
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Делайте зарядку»
3. Игропластика «Кошечка», «Щенок»
4. Музыкально-ритмическая композиция «Зверобика»
5. Музыкально – подвижная игра «Мы хотим танцевать»
6. Упражнения на расслабление мышц «Шалтай-болтай»

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

8.2. Тема: промежуточная аттестация «Отчетный концерт»

Занятие 1 «Потанцуйте с нами вместе!»

Практика: закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Ритмический танец «Зверобика»
2. Танцевально – ритмическая композиция «Три Пингвина»
3. Ритмический танец «Барбарики»
4. Музыкально – подвижная игра «Я хочу танцевать»
5. Креативная гимнастика «Делай как я!»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

9. Раздел: «Танец на День Победы»

9.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на празднике ко дню Победы»

Занятие 1

Теория :

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на празднике ко дню Победы»

Занятие 2

Практика:укрепление мышечного аппарата, развитие умения начинать движение после вступления – танец «Синий платочек», координации движений

- 1.Музыкально – подвижная игра «Повторяй за мной»
- 2.Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу
- 3.Игроритмика: ходьба сидя на стуле
- 4.Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами
- 5.Танцевальные шаги: пружинистые полуприседы;
- 6.Игра –миниатюра «Весёлый каблучок»
- 7.Танец «Синий платочек»
- 8.Упражнения дыхательные: «Насос»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 3

Практика:развитие умения ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

- 1.Строевые упражнения:построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»),приставные шаги в сторону, шаг с подскоком
- 2.Игроритмика:хлопки в такт музыки Построение в рассыпную
- 3.Танцевальные шаги, шаг с носка, на носках
- 4.Общеразвивающие упражнения без предмета:основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку
5. Танец «Синий платочек»
- 6.Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»

Контроль:педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 4

Практика:знакомство с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

- 1.Строевые упражнения: перестроение в две колонны, в два круга (по ориентирам)
- 2.Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором
- 3.Игроритмика«Здравствуйте, ладошки»
- 4.Общеразвивающие упражнения
- 5.Ритмический танец «Танец «Синий платочек»
- 6.Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.
- 7.Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы: «укрепи животик», «укрепи спинку»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика:обучение умения ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

- 1.Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»),приставные шаги в сторону, шаг с подскоком
- 2.Игроритмикахлопки в такт музыки
Построение в рассыпную
- 3.Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
- 4.Общеразвивающие упражнения без предмета:

5. Танец «Синий платочек»

6. Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

9.2. Тема: «Выступление на празднике ко Дню Победы»

Занятие 1 «День Победы»

Практика: закрепление умения, выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Военный парад

2. Танцевально – ритмическая гимнастика с флажками

3. Игра «Флажок-дружок»

4. Танец «Синий платочек»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

10. Раздел: «День защиты детей»

10.1. Тема: «Разучивание элементов танца для выступления на день защиты детей»

Занятие 1

Теория

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте

2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,

3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,

4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на празднике ко дню защиты детей»

Занятие 2

Практика: знакомство с движениями нового танца, танцевальными связками, развитие умения соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона, развитие артистизма

1. Музыкально – подвижная игра «Я хочу танцевать»

2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором

3. Игроритмика: «Помощник»

4. Общеразвивающие упражнения без предметов

5. Танец «Хорошее настроение»

6. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

7. Пальчиковая гимнастика

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления, развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения:

Построение в рассыпную и колонну за взрослым

2. Игроритмика: «Помощник»

3. Ритмический танец «Хорошее настроение»

4. Танцевально – ритмическая композиция «Зверобика»

5.Музыкально – подвижная игра «Ёжик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 4

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения, умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1.Строевые упражнения:

Построение в рассыпную и колонну за взрослым

2.Игроритмика:«Помощник»

3.Ритмический танец «Хорошее настроение»

4.Танцевально – ритмическая композиция «Зверобика»

5.Музыкально – подвижная игра «Ёжик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика: знакомство детей с движениями нового танца, развитие умения соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона, развитие артистизма

1.Музыкально – подвижная игра «Я хочу танцевать»

2.Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за инструктором

3.Игроритмика:«Помощник»

4.Танец «Хорошее настроение»

5. Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

10.2.Тема:«День защиты детей»

Занятие 1развлечение «День защиты детей»

Практика:закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Музыкально – подвижная игра «Мячик»

2.Танцевально – ритмическая композиция «Барбарики»

3.Ритмический танец «Хорошее настроение»

4 Игроритмика:«Помощник»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

11.Раздел: Обследование

11.1.Тема:«Итоговое занятие».

Практика:выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала

Выполнение итоговых упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: определение динамики уровня физического развития учащихся.

3. Содержание программы

3.3 Третий год обучения-старшая группа

1.Раздел:Ознакомительный

1.1.Тема 1.Вводное занятие

Занятие1

Теория: знакомство с правилами техники безопасности.

Практика:

- 1.Игроритмика«Здравствуйте, ребята»
- 2.Игроритмикахлопки в такт музыки
- 3.Игра–миниатюра
- 4.Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль: рефлексия «Наши впечатления»

2.Раздел: Обследование

2.1.Тема занятия:«Обследование детей»

Занятие1

Практика:выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала

Выполнение упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: Определение уровня физического развития учащихся.

3.Раздел:Музыкально-ритмические движения.

3.1.Тема:«Разучивание ритмических движений!»

Занятие 1

Теория:

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для вступления на открытом занятии

Занятие 2

Практика:развитие умения ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

- 1.Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»),приставные шаги в сторону, шаг с подскоком
- 2.Игроритмикахлопки в такт музыки

Построение в рассыпную

- 3.Танцевальные шаги: построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты переступанием

- 4.Общеразвивающие упражнения без предмета:

- 5.Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»

- 6.Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 3

Практика: развитие координации движений, формирование правильной осанки, посредством тренировки мышечной памяти, разучивание движений разминки со словесным сопровождением

1. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»
2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле, хлопки в такт музыки
4. Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами
5. Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов
6. Подвижная игра «Мышеловка»
7. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.
8. Релаксация «Спокойный сон»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика: разучивание движений разминки со словесным сопровождением – упражнение, развитие физических данных: выворотность, подъём, гибкость

1. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»
2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле, хлопки в такт музыки
4. Общеразвивающие упражнения с воздушными шарами
5. Танцевальные шаги: Комбинации из танцевальных шагов
6. Подвижная игра «Мышеловка»
7. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.
8. Релаксация «Спокойный сон»

Контроль: педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: закрепление понятий «лево и право», «вперед и вверх»; обучение соотносить слово и движение – разминка по кругу, развитие физических данных: выворотности подъёма, гибкости

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг, приставные шаги в сторону шаг с подскоком
2. Танцевально – ритмическая гимнастика: упражнения с султанчиками
3. Игра-миниатюра «У оленя дом большой»
4. Подвижная игра «У медведя во бору»
5. Имитационно – образные упражнения на осанку: «столбик», «палочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика: отработка комбинации танца «Дождик», развитие физических данных: выворотности подъёма, гибкости

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг, приставные шаги в сторону шаг с подскоком
2. Танцевально – ритмическая гимнастика: упражнения с султанчиками
3. Ритмический танец «Дождик»
4. Подвижная игра «У медведя во бору»

5.Имитационно – образные упражнения на осанку:«столбик»,«палочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 7

Практика:укрепление мышечного аппарата, развитие умение самостоятельно ориентироваться в характере музыки, развитие умения начинать движение после вступления – танец «Дождик», координации движений

1.Строевые упражнения:построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»),приставные шаги в сторону,шаг с подскоком

2.Игроритмика:хлопки в такт музыки

Построение в рассыпную

3.Танцевальные шаги:шаг с носка, на носках

4.Общеразвивающие упражнения без предмета:основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку,основные движения туловищем и головой

5.Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»

6.Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 8

Практика:развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение,развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1.Строевые упражнения: построение в колонну,перестроение в круг

2.Игроритмика«Пузырь»

3.Игра-забава «Собери игрушки»

4.Ритмический танец: «Дождик»

5Музыкальная миниатюра – игра«Тучка, тучка, улетай»

6.Упражнения на расслабление мышц:потряхивания кистями рук – «воробушки полетели»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

3.2.Тема занятия:«Открытое занятие для родителей»

Занятие 1«Осенняя прогулка»

Практика:Развивать координацию; закладывать основы успешности и веры в свои силы

1.Ритмический танец «Осенний марафон»

2.Общеразвивающие упражнения с осенними листьями

3.Танцевальная композиция «Листик-листопад»

4.Танцевальная композиция «Дождик»

5.Игра «Подуй на осенний листочек»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

4.Раздел:«Осенний танец»

4.1.Тема:«Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»

Занятие 1

Теория:

1.Беседа с детьми о предстоящем концерте

2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,

3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,

4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для вступления на осеннем празднике

Занятие 2

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик», развивать координацию движений, формирование правильной осанки, тренировка мышечной памяти

1. Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»), приставные шаги в сторону, шаг с подскоком

2. Игроритмика: хлопки в такт музыки

Построение в рассыпную

3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках

4. Общеразвивающие упражнения без предмета: основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку, основные движения туловищем и головой

5. Музыкально – подвижная игра «Найди свое место»

6. Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 3

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик»; развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

1. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»

2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)

3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле, хлопки в такт музыки

4. Общеразвивающие упражнения с разноцветными резинками

5. Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов для танца «Листик-листопад»

6. Подвижная игра «Лесное эхо»

7. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 4

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик»

1. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»

2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)

3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле, хлопки в такт музыки

4. Общеразвивающие упражнения с разноцветными резинками

5. Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов к танцу «Дождик»

6. Подвижная игра «Лесное эхо»

7. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика:развитие умение точно начинать движение после вступления – танец «Дождик», развитие координации, умения соотносить музыку, слово

- 1.Строевые упражнения:построение в шеренгу, в круг,приставные шаги в сторону шаг с подскоком
- 2.Танцевально – ритмическая гимнастика:упражнения с султанчиками,
- 3.Игра- миниатюра«У оленя дом большой»
- 4.Подвижная игра «У медведя во бору»
- 5.Имитационно – образные упражнения на осанку:«столбик»,«палочка»
- 6.Релаксация «Спокойный сон»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика:развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик», умения передавать в движениях начало и окончания фраз, частей и всего музыкального произведения

- 1.Строевые упражнения:построение в шеренгу, в круг,приставные шаги в сторону шаг с подскоком
- 2.Танцевально – ритмическая гимнастика:упражнения с султанчиками,
- 3.Игра- миниатюра«У оленя дом большой»
- 4.Подвижная игра «У медведя во бору»
- 5.Имитационно – образные упражнения на осанку:«столбик»,«палочка»

Контроль:педагогическое наблюдение за чёткостью выполнения композиции танца

Занятие 7

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик», развитие умения повторять движения в точности за педагогом,развитие фантазии

- 1.Музыкально – подвижная игра по ритмике
- 2.Строевые упражнения:построение в рассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении
- 3.Ритмический танец. «Полька по кругу ...»
- 4.Комбинация в образно – игровых действиях группировка лежа на спине («качалочка»),перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино»),лечь на спину, руки вверх («бревнышко») – перекаты вправо, (влево)
- 5.Подвижная игра «Зайчики и волк»
- 6.Имитационно – образные упражнения в расслаблении лежа на спине, полное расслабление – «поза спящего»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 8

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Дождик»,развитие умения соотносить музыку, слово и движение

- 1.Музыкально – подвижная игра
- 2.Строевые упражнения :построение в рассыпную. Под музыку марша все маршируют в любом направлении
- 3.Ритмический танец. «Дождик»

4. Комбинация в образно – игровых действиях группировка лежа на спине («качалочка»), перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино»), лечь на спину, руки вверх («бревнышко») – перекаты вправо, (влево)
 5. Подвижная игра «Зайчики и волк»
 6. Имитационно – образные упражнения в расслаблении лежа на спине, полное расслабление – «поза спящего»
- Контроль:** педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: закрепление умение точно начинать движение после вступления – танец «Дождик», развитие физические данные: выворотности, подъёма, гибкости

1. Музыкально – подвижная игра «Все по местам»
 2. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
 3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зверобика»
 4. Подвижная игра «Охотник и обезьяны»
 5. Музыкально-ритмическая композиция «Листик -листопад»
 6. Ритмический танец. «Дождик»
 7. Пальчиковая гимнастика :выполнение фигурок из пальчиков: круг, очки, домик
- Контроль:** педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 10

Практика: развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

1. Музыкально – подвижная игра
2. Строевые упражнения: под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки польки все прыгают, побеждают те, кто не ошибется в задании.
3. Общеразвивающие упражнения на стуле
4. Ритмический танец: «Дождик»
5. Музыкально – подвижная игра «Найди свое место в кругу»
6. Имитационно – образные упражнения на дыхание: «Насос», «Шарик красный надуваем», «Плаваем»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

4.2. Тема :«Выступление на осеннем празднике»

Занятие 1

Практика: развитие артистичности, эмоциональной раскрепощённости

1. Музыкально – подвижная игра «Осенние листочки»
2. Музыкально-ритмическая композиция «Листик-листопад»
4. Ритмический танец: «Дождик»
5. Музыкально – подвижная игра «Найди свое осеннее дерево»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

5. Раздел :«Новогодний танец»

5.1. Тема :«Разучивание элементов танца для выступления на Новогоднем празднике»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте

2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для вступления на Новогоднем празднике»

Занятие 2

Практика: развитие фантазии, обучение импровизации, укрепление мышечного аппарата, развитие навыков выразительного движения: ходить и бегать ритмично

1. Строевые упражнения: построение в колонну, перестроение в круг
2. Игроритмика: различие динамики звука «громко - тихо», на громкую музыку – увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку – уменьшение круга шагами вперед к центру.
3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках,
4. Комбинация в образно – игровых действиях: группировка лежа на спине («качалочка»), перекатом вперед сед на ноги врозь («буратино»), лечь на спину, руки вверх («бровнышко») – перекаты вправо, (влево)
5. Музыкально – подвижная игра «Эхо»
6. Упражнения на расслабление мышц: потряхивания кистями рук – «стряхни снежок»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 3

Практика: развитие умения следить за осанкой, обучение плавному движению рук, развитие физических данных: выворотности, подъема, гибкости

1. Креативная гимнастика : импровизация движений под музыку
2. Музыкально – подвижная игра «Эхо»
3. Подвижная игра «Перемена мест»
4. Ритмический танец. «Лавота»
5. Строевые упражнения : построение в круг.
6. Подвижная игра «Согревалочка»
7. Пальчиковая гимнастика : выполнение фигурок из пальчиков (бинокль, лодочка, цепочка)

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика: развитие умения самостоятельно при построении круга, умения ходить по кругу взявшись за руки.

1. Креативная гимнастика : импровизация движений под музыку
2. Музыкально – подвижная игра «Эхо»
3. Подвижная игра «Перемена мест»
4. Ритмический танец. «Лавота»
5. Строевые упражнения : построение в круг.
6. Подвижная игра «Согревалочка»
7. Пальчиковая гимнастика : выполнение фигурок из пальчиков (бинокль, лодочка, цепочка)

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика:развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, соотносить музыку, слово и движение, самостоятельное исполнение движений с предметами

- 1.Строевые упражнения: построение в круг
- 2.Игроритмика:поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
- 3.Танцевальные шаги:композиция из танцевальных шагов, сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика с метёлками
- 5.Ритмический танец: «У леса на опушке...».
- 6.Подвижная игра «Море волнуется»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика:развитие навыков выразительного движения: упражнение детей в ходьбе разного характера ,укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

- 1.Строевые упражнения: построение в круг
- 2.Игроритмика:поднимание и опускание рук на 4 счета, на 2 счета и на каждый счет
- 3.Танцевальные шаги:композиция из танцевальных шагов, сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика с метёлками
- 5.Ритмический танец:«У леса на опушке...».
- 6.Подвижная игра «Дует метелица раз...»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 7

Практика:развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу,укрепление мышечного аппарата , развитие мышечной памяти

- 1.Креативная гимнастика:«Создай образ»-игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа
- 2.Общеразвивающие упражнения с метёлками
- 3.Игропластика:специальные упражнения для развития силы мышц
- 4.Ритмический танец. «У леса на опушке...».
- 5.Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: имитационно – образные упражнения «оттепель»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца.

Занятие 8

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «У леса на опушке », исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение,развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

- 1.Креативная гимнастика:«Создай образ»-игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа
- 2.Общеразвивающие упражнения со снежками
- 3.Игропластика:специальные упражнения для развития силы мышц
- 4.Ритмический танец. «У леса на опушке...».
- 5.Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки: имитационно – образные упражнения «оттепель»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 9

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «У леса на опушке», умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну по распоряжению
2. Игроритмика: различие динамики звука
3. Игропластика: специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры улитка, морской лев, медуза, уж
4. Ритмический танец. «У леса на опушке...»
5. Музыкально – подвижная игра «Отгадай, чей голосок»
6. Дыхательные упражнения: «Насос», «Ныряние», «Подуем на снежинки»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 10

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «У леса на опушке», умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу и колонну по распоряжению
2. Игроритмика: различие динамики звука
3. Игропластика: специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры улитка, морской лев, медуза, уж
4. Ритмический танец. «У леса на опушке...»
5. Музыкально – подвижная игра «Сугроб»
6. Дыхательные упражнения: «Зимний ветер», «Подуем на снежинки»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

5.2. Тема : «Выступление на новогоднем празднике»

Занятие 1

Практика: развитие артистичности, эмоциональной раскрепощённости

Выступление на новогоднем празднике

1. Танцевальная композиция со снежинками
2. Музыкально – подвижные игры («Снежки», «Сугроб», «На оленьих упряжках», «Снежные карусели», «Снежные фигуры»)
3. Ритмический танец. «У леса на опушке...»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

6. Раздел : «Танец для папы»

6.1. Тема : «Разучивание элементов танца для выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 1

теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 2

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения, развитие внимания, собранности

1. Строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько до ориентира
2. Игроритмика: бег по кругу и ориентирам
3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках, «Ванька – встанька», «Мальвина – балерина», «солдатик»
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Папина зарядка»
5. Музыкально – подвижная игра «Мы веселые ребята» («змейкой»)

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 3

Практика: развитие умения ориентироваться в пространстве, обучение правильной технике исполнения прыжков, развитие физических данных: выворотности, подъема, гибкости

1. Строевые упражнения: построение в рассыпную
2. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.)
3. Хореографические упражнения: танцевальные позиции рук, полуприседы, подъемы на носки
4. Ритмический танец. «Пускай бросает нас волна»
5. Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушная кукуруза»
6. Релаксация «На облаке»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца.

Занятие 4

Практика: развитие умения соотносить движения со словами, закреплять понятия «назад, вверх», развитие гибкости суставов, воспитание силы воли, самостоятельности

1. Строевые упражнения: построение в рассыпную
2. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.)
3. Хореографические упражнения: танцевальные позиции рук, полуприседы, подъемы на носки
4. Ритмический танец. «Пускай бросает нас волна»
5. Танцевально – ритмическая гимнастика «Воздушная кукуруза»
6. Музыкально – подвижная игра «Ветер, льдинки и мороз»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти, обучение полному расслаблению мышц, развитие воображения, творческих способностей, развитие физических качеств: силы, натянутости стопы, чувства равновесия

1. Строевые упражнения: акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Я танцую»
3. Ритмический танец. «Синий платочек»
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Салют»
5. Музыкально – подвижная игра «Совушка»
6. Игропластика. Специальные упражнения на развитие силы мышц: «змея», «ежик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 6

Практика: обучение правильному дыханию во время движений, развитие правильной постановки корпуса, равновесия

1. Строевые упражнения: «Солдатики»
2. Игроритмика: выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Салют»
4. Ритмический танец. «Пускай бросает нас волна»
5. Музыкально – подвижная игра «Ленточки – хвосты»
6. Пальчиковая гимнастика: «Дружат наши пальчики»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца.

6.2. Тема : «Выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 1 тема: «Аты – баты мы солдаты!»

Практика: развитие артистичности, эмоциональности, формирование положительного отношения родителей к занятием

Выступление на празднике ко дню Защитников Отечества

1. Парад военных
2. Упражнения с флажками «Сигнальщики»
3. Полоса препятствий
4. Ритмический танец «Пускай бросает нас волна»
5. Ритмический танец «Синий платочек»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

7. Раздел : «Танец для мамы»

7.1. Тема : «Разучивание элементов танца для выступления празднике 8 Марта»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления празднике 8 Марта

Занятие 2

Практика: знакомство с движениями нового танца развивать умение соотносить музыку, движения и слова, развитие умения различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать характер музыки, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Игроритмика: удары ногой на каждый счет и через счет
2. Танцевальные шаги. сочетание приставных и скрестных шагов в сторону
3. Общеразвивающие упражнения с мягкими игрушками
4. Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»
5. Музыкально – подвижная игра «Золотые ворота»
6. Креативная гимнастика: «Магазин игрушек»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика:продолжать знакомить детей с движениями нового танца,развивать правильную постановку корпуса, воспитывать интерес к занятиям, развивать гибкость суставов, улучшать эластичность мышц. Воспитывать силу воли, самостоятельность

1.Строевые упражнения: построение в шеренгу, повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях

2.Хореографические упражнения :поклон для мальчиков,реверанс для девочек

3.Игропластика:«велосипед»,«морская звезда»,«орешек»,«кобра»

4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Часики»

5.Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»

6.Игропластика: упражнения для развития гибкости:«волшебник»,«змея»,«котенок»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 4

Практика:совершенствование музыкально-ритмических навыков, закрепление умения детей выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами

1.Строевые упражнения: построение в шеренгу, повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях

2.Хореографические упражнения :поклон для мальчиков,реверанс для девочек

3.Игропластика:«велосипед»,«морская звезда»,«орешек»,«кобра»

4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Часики»

5.Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»

6.Игропластика: упражнения для развития гибкости:«волшебник»,«змея»,«котенок»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика:развитие выразительности пластики, чувства ритма, точности, памяти, внимания, быстроты реакции ,укрепление мышечного аппарата , развитие мышечной памяти

1.Игра «Поезд»

2.Игроритмика.на воспроизведение динамики звука, увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.

3.Общеразвивающие упражнения с обручами.

4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»

5.Ритмический танец «Зарядка - Латина»

6.Музыкально – подвижная игра «Домик для мамы»

7.Игропластика. Круговые движения кистями и пальцами рук :«оса»,«вертолет»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 6

Практика:развитие умения соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона ,развитие артистизма

1.Игра «Поезд»

2.Игроритмика.на воспроизведение динамики звука, увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.

3.Общеразвивающие упражнения с обручами.

4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»

5. Ритмический танец «Зарядка - Латина»
6. Музыкально – подвижная игра «Домик для мамы»
7. Игропластика. Круговые движения кистями и пальцами рук :«оса»,«вертолет»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца.

Занятие 7

Практика: обучение умению объединять несколько движений в одну комбинацию, развитие координации, внимания, отработка комбинаций танца, развитие артистизма

1. Строевые упражнения: построение врассыпную
2. Общеразвивающие упражнения без предмета.
3. Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» (с домиками)
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика»
5. Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»
6. Контрастные движения руками на напряжение расслабление

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 8

Практика: развитие чувства ритма, ловкости, внимания, памяти творческих способностей, воображения

1. Строевые упражнения: построение врассыпную
2. Общеразвивающие упражнения без предмета.
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика»
4. Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»
5. Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» с домиками
6. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: развитие плавности рук и кистей рук, умения определять характер музыки и соответственно ему исполнять движения, развитие двигательных функции при помощи упражнений, воспитание дисциплины, волевых качеств

1. Строевые упражнения: построение врассыпную
2. Общеразвивающие упражнения без предмета.
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Букет для мамы»
4. Ритмический танец «Сюрприз»
5. Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»
6. Музыкально-ритмическая игра «Домик для мамы»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

7.2. Тема : «Выступление на празднике 8 Марта»

Занятие 1 «Мамин праздник»

Практика: развитие артистичности, эмоциональности

1. Танцевально – ритмическая гимнастика «Букет для мамы»
2. Ритмический танец «Сюрприз»
3. Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»

4.Музыкально-ритмическая игра «Домик для мамы»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

8.Раздел :«Отчётный концерт»

8.1.Тема :«Разучивание элементов танца для выступления на отчетном концерте»

Занятие1

Теория:

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: утверждение танца для выступления на отчётном концерте

Занятие 2

Практика:знакомство с движениями нового танца , развитие двигательных функции при помощи упражнений, развитие воображения, творческих способностей, умения соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона , развитие артистизма

- 1.Строевые упражнения: перестроение в две колонны, в два круга
Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук
- 2.Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка»
- 3.Ритмический танец «Русский хоровод»
- 4.Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера»
5. Игропластика. :специальные упражнения на развитие мышечной силы: «укрепи животик», «укрепи спинку»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 3

Практика:знакомство с движениями нового танца, развитие умения ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха , памяти, внимания, чувства ритма

- 1.Строевые упражнения:
- 2.Игроритмика. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно
- 3.Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками
- 4.Ритмический танец: «Полька»
- 5.Музыкально – подвижная игра «Веселый бубен»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 4

Практика:знакомство с движениями нового танца,развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

- 1.Строевые упражнения:
- 2.Игроритмика. Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно
- 3.Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками
- 4.Ритмический танец: «Полька»
5. Креативная гимнастика «Ай, да я!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Креативная гимнастика.: специальные задания «Танцевальный вечер»
2. Танцевальные шаги : комбинации на изученных танцевальных шагах
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка»
4. Ритмический танец « Бум-бум-ла-ла»
5. Музыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки»
6. Игропластика упражнения для развития гибкости: «рыбка», «лягушка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 6

Практика: знакомство с движениями нового танца, обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха , памяти, внимания, чувства ритма

1. Креативная гимнастика.: специальные задания «Танцевальный вечер»
2. Танцевальные шаги : комбинации на изученных танцевальных шагах
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка»
4. Ритмический танец « Бум-бум-ла-ла»
5. Музыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки»
6. Игропластика упражнения для развития гибкости: «бабочка», «звездочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 7

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Строевые упражнения: перестроение в одну, две колонны, шеренги
Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук
2. Ритмический танец « Бум-бум-ла-ла»
3. Ритмический танец «Полька с переходами»
4. Игропластика. Специальные упражнения на развитие мышечной силы: «укрепи животик», «укрепи спинку»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 8

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие гибкости, воспитание силы воли

1. Танцевальные шаги: шаг галопа боковой (вправо и влево)
2. Музыкально – подвижная игра « Я хочу танцевать»
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Я с платочком хожу»
4. Ритмический танец «Бум-бум ла-ла»
5. Подвижная игра «День – ночь»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 9

Практика: развитие навыков выразительного движения: упражнение в ходьбе разного характера, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Танцевальные шаги: сочетание приставных и скрестных шагов в сторону
2. Музыкально – подвижная игра «Я хочу танцевать»
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Чудо на то и чудо»
4. Ритмический танец «Бум-бум ла-ла»
5. Подвижная игра «Плетень»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 10

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие музыкального слуха, памяти, внимания

1. Строевые упражнения: построение в рассыпную
2. Ритмический танец «Бум бум-ла-ла»
3. Танцевально – ритмическая композиция «Мы друзья»
4. Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»
5. Музыкально – подвижная игра «Затейники»
6. Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

8.2. Тема : промежуточная аттестация «Отчетный концерт»

Занятие 1 «В мире музыки и танца»

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Ритмический танец «Бум-бум ла-ла»
2. Танцевально – ритмическая композиция «Дождик»
3. Ритмический танец «Девчонки-мальчишки»
4. Музыкально – подвижная игра «Затейники»
5. Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

9. Раздел : «Танец на День Победы»

9.1. Тема занятия : «Разучивание элементов танца для выступления празднике ко дню Победы»

Занятие 1

Теория:

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: утверждение танца для выступления празднике ко дню Победы

Занятие 2

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие умения соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона, развитие артистизма

1. Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг
 2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика»
 3. Танцевальные шаги: прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад
 3. Ритмический танец. «Тальяночка»
 4. Музыкально – подвижная игра «Горелки».
 5. Игропластика: упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.
- Контроль:** педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца.

Занятие 3

Практика: знакомство с движениями нового танца, обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха, памяти, внимания, чувства ритма

1. Музыкально – подвижная игра «Замри-отомри»
2. Игроритмика :ходьба на каждый счет и через счет с хлопками построение по ориентирам
3. Танцевальные шаги переменный и русский хороводный шаги
4. Общеразвивающие упражнения с гантелями
5. Ритмический танец «Тальяночка»
6. Музыкально – подвижная игра «Усни-трава»
7. Креативная гимнастика. специальные игрозадания «Художественная галерея»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 4

Практика: ознакомление с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Музыкально – подвижная игра «Замри-отомри»
2. Игроритмика :ходьба на каждый счет и через счет с хлопками построение по ориентирам
3. Танцевальные шаги переменный и русский хороводный шаги
4. Общеразвивающие упражнения с гантелями
5. Ритмический танец «Тальяночка»
6. Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие воображения, творческих способностей

1. Танцевальные шаги: шаг галопа вперед и в сторону
2. Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам»
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «С платочком»
4. Ритмический танец «Тальяночка»
5. Подвижная игра «День – ночь»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

9.2. Тема занятия: «Выступление на празднике ко Дню Победы»

Занятие 1 «День Победы»

Практика: закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Военный парад
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Сигнальщики»
3. Игры-эстафеты
4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Синий платочек»
5. Ритмический танец «Тальяночка»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

10. Раздел : «День защиты детей»

10.1. Тема занятия : «Разучивание элементов танца для выступления на День защиты детей»

Занятие 1

Теория :

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: Утверждение танца для выступления на День защиты детей

Занятие 2

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие умения соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона, развитие артистизма, создание радостного настроения

1. Строевые упражнения: построение в рассыпную, повороты переступанием, перестроение из одной шеренги в две
2. Ритмический танец «Россия»
3. Танцевально – ритмическая композиция «Этот мир для детей»
4. Ритмический танец «Дружба»
5. Музыкально – подвижная игра «Хоровод дружбы»
6. Упражнения дыхательные: «Одуванчик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Танец дружбы», ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: ходьба змейкой, перестроение по счету в 2 шеренги
2. Игроритмика: выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно»
3. Общеразвивающие упражнения с фитболами
4. Ритмический танец: «Дружба»
5. Креативная гимнастика «Делай, как я!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 4

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления танец, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умение ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: ходьба змейкой, перестроение по счету в 2 шеренги

2. Игроритмика: выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно.
 3. Общеразвивающие упражнения с фитболами
 4. Ритмический танец: «Дружба»
 5. Креативная гимнастика «Делай, как я!»
- Контроль:** педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 5

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления и исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания

1. Строевые упражнения: построение в колонну, шеренгу по команде (образно – двигательные упражнения «солдатики»), приставные шаги в сторону, шаг с подскоком
2. Игроритмика хлопки в такт музыки
Построение в рассыпную
3. Танцевальные шаги: шаг с носка, на носках
4. Общеразвивающие упражнения без предмета:
5. Музыкально – подвижная игра «Плетень»
6. Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

10.2. Тема занятия: «День защиты детей»

Занятие 1 тема: «День защиты детей»

Практика: закрепление умения детей выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Строевые упражнения
2. Ритмический танец «Россия»
3. Танцевально – ритмическая композиция «Этот мир для детей»
4. Музыкально – подвижная игра «Плетень»
5. Музыкально – подвижная игра «Хоровод дружбы»
6. Ритмический танец: «Дружба»
7. Креативная гимнастика «Делай, как я!»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

11. Раздел : Обследование

11.1. Тема : «Итоговое занятие».

Практика: выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала

Выполнение итоговых упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: определение динамики уровня физического развития учащихся.

3. Содержание программы

3.4 Четвёртый год обучения-подготовительная группа

1.Раздел:Ознакомительное

1.1.Тема занятия:«Давайте знакомиться!»

Занятие1

Теория: знакомство с правилами техники безопасности, обучение ориентировке в пространстве, развитие чувства ритма

1.Игроритмика«Здравствуйте, ребята»

Строевые упражнения:построение в рассыпную

2.Игроритмикахлопки в такт музыки

Построение в рассыпную

3.Танцевальные шаги:шаг с носка, на носках

4.Общеразвивающие упражнения без предмета: под музыку

5.Игра–миниатюра

6.Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

2.Раздел : Обследование

2.1.Тема:«Обследование детей»

Занятие1

Практика: выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала

содержание: Выполнение итоговых упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: Определение уровня физического развития учащихся.

3.Раздел :Музыкально-ритмические движения.

3.1.Тема :«Разучивание ритмических движений!»

Занятие1

Теория: подбор костюмов, музыки, атрибутов

1.Беседа с детьми о предстоящем концерте

2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,

3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,

4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: утверждение танца для выступления на открытом занятии

Занятие 2

Практика:обучение ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1.Строевые упражнения:построение в колонну, шеренгу по команде (образно –

двигательные упражнения «солдатики»),приставные шаги в сторону,шаг с подскоком

2.Игроритмика:хлопки в такт музыки Построение в рассыпную

3.Танцевальные шаги,шаг с носка, на носках

4.Общеразвивающие упражнения без предмета:основные упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами, выполняемые под музыку

5.Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: поднимание рук - на вдохе, свободное опускание - на выдохе

6.Музыкально – подвижная игра «Осень милая, шурши»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Осенние дорожки», развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

1. Строевые упражнения: построение врассыпную
2. Танцевальные шаги: приставной шаг, скрестный шаг в сторону
3. Общеразвивающие упражнения без предмета: сочетание ОД прямыми «Буратино» и согнутыми руками (за голову, к плечам, на пояс)
4. Танец с полотнами «Осенние дорожки»
5. Упражнения на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные: потряхивание кистями рук и предплечьями в положении сидя и стоя

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 4

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Осенние дорожки»

1. Строевые упражнения: построение врассыпную
2. Танцевальные шаги: приставной шаг, скрестный шаг в сторону
3. Общеразвивающие упражнения с полотнами «Осенние дорожки»
4. Музыкально – подвижная игра «Музыкальное эхо»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Осенние дорожки», закрепление понятий «далеко – близко», «высоко – низко», развитие координации движений, умения соотносить музыку, слово и движение

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне по одному по кругу и по ориентирам
2. Игроритмика: у дары ногой на каждый счёт и через счёт
3. Общеразвивающие упражнения
4. Стойки на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями
5. Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов
6. Музыкально – подвижная игра «Музыкальное эхо»
7. Дыхательные упражнения, упражнения на укрепление осанки

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика: укрепление мышечного аппарата, развитие умения самостоятельно ориентироваться в характере музыки, умения начинать движение после вступления – танец «Проказница осень», развитие координации движений

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне по одному по кругу и по ориентирам, перестроение из одной шеренги в несколько
2. Игроритмика: шаги на каждый счёт и через счёт (1-шаг вперёд с правой, 2-держать, 3-шаг вперёд с левой ноги, 4-держать)
3. Общеразвивающие упражнения без предмета

4. Танцевальные шаги: приставной шаг, скрестный шаг в сторону
5. Танец «Проказница осень»
6. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 7

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Ёжик», исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания

1. строевые упражнения : построение врассыпную.
2. Игроритмика: выполнение упражнений руками под музыку в различном темпе и с хлопками;
3. Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
4. Ритмический танец. «Ёжик»,
5. Подвижная игра «Горячая картошка»
6. Имитационно – образные упражнения в расслаблении : лежа на спине, полное расслабление «Осеннее настроение»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 8

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Осенние дорожки», умения передавать в движениях начало и окончания фраз, частей и всего музыкального произведения

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне по одному по кругу и по ориентирам
2. Игроритмика: удары ногой на каждый счёт и через счёт
3. Общеразвивающие упражнения
4. Стойки на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями
5. Танцевальные шаги : комбинации из танцевальных шагов
6. Танец с полотнами «Осенние дорожки»
7. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения, упражнения на укрепление осанки

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

3.2. Тема : «Открытое занятие для родителей»

Занятие 1:

Практика: развитие координации, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне по одному по кругу и по ориентирам
2. Игроритмика: удары ногой на каждый счёт и через счёт
3. Игра музыкальная с осенними листьями
4. Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов
5. Танец с полотнами «Осенние дорожки»
6. «Осенний хоровод»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

4. Раздел : «Осенний танец»

4.1. Тема : «Разучивание элементов танца для выступления на осеннем празднике»

Занятие 1

Практика: подбор костюмов, музыки, атрибутов

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте

2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: утверждение танца для выступления на осеннем празднике

Занятие 2

Практика: развитие умения точно начинать движение после вступления – танец «Листик листопад», развитие координации движений, формирование правильной осанки, тренировка мышечной памяти

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне по одному по кругу и по ориентирам, перестроение из одной шеренги в несколько
2. Игроритмика: шаги на каждый счёт и через счёт (1-шаг вперёд с правой, 2-держать, 3-шаг вперёд с левой ноги, 4-держать)
3. Общеразвивающие упражнения без предмета
4. Танцевальные шаги: приставной шаг, скрестный шаг, шаг в сторону
5. Танец «Проказница осень»
6. Упражнения на укрепление осанки (в стойке руки за спину с захватом локтей, наклоны, повороты туловища в седе на стуле и в высокой стойке ноги на ширине плеч)

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: развитие координации движений, формирование правильной осанки, тренировка мышечной памяти, разучивание движений разминки со словесным сопровождением – упражнение «Лисичка»

1. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»
2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле: хлопки в такт музыки
4. Ритмический танец «Проказница осень»
5. Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов
6. Подвижная игра «Я хочу танцевать»
7. Релаксация «Спокойный сон»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 4

Практика: разучивание движений разминки со словесным сопровождением, развитие физических данных: выворотности, подъёма, гибкости

1. Музыкально – подвижная игра «Нитка – иголка»
2. Строевые упражнения: построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях (вправо, влево, в круг, от центра)
3. Игроритмика: ходьба сидя на стуле: хлопки в такт музыки
4. Танец с полотнами «Осенние дорожки»
5. Танцевальные шаги: комбинации из танцевальных шагов
6. Подвижная игра «Я хочу танцевать»
7. Упражнения на укрепление осанки, стоя спиной к опоре.

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев.

Занятие 5

Практика: закрепление понятий «лево и право», «вперед и вверх»; обучение умению соотносить слово и движение – разминка по кругу, развитие физические данных: выворотности, подъёма, гибкости

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг, приставные шаги в сторону шаг с подскоком
2. Танцевально – ритмическая гимнастика: «У оленя дом большой»
3. Подвижная игра «У медведя во бору»
4. Общеразвивающие упражнения
5. Танцевальные шаги :комбинации из танцевальных шагов

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца.

Занятие 6:

Практика: отработка комбинаций танца с полотнами «Осенние дорожки»

Знакомство с новой танцевальной музыкально – подвижной игрой «Осень милая , шурши»

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг, приставные шаги в сторону шаг с подскоком
2. Танцевально – ритмическая гимнастика: упражнения с султанчиками,
3. Подвижная игра «С листочками»
4. Имитационно – образные упражнения на осанку: «столбик», «палочка»
5. Танцевальные шаги :комбинации из танцевальных шагов
6. Музыкально – подвижная игра «Осень милая , шурши!»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 7

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Осень милая , шурши»; развитие умения повторять движения в точности за педагогом, развитие фантазии

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне по одному по кругу , повороты переступанием, перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчёту
2. Игроритмика :шаги на каждый счёт и через счёт (1-шаг вперёд с правой, 2-держать, 3-шаг вперёд с левой ноги, 4-держать)
3. Общеразвивающие упражнения без предмета
4. Танцевальные шаги: приставной шаг, скрестный шаг в сторону
5. Танец «Осень милая шурши»
6. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения, упражнения на укрепление осанки

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 8

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Ёжик» развитие умения соотносить музыку, слово и движение

1. Строевые упражнения: ходьба и бег в колонне по одному по кругу , повороты переступанием, перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчёту
2. Игроритмика :шаги на каждый счёт и через счёт (1-шаг вперёд с правой, 2-держать, 3-шаг вперёд с левой ноги, 4-держать)

- 3.Общеразвивающие упражнения без предмета
 - 4.Танцевальные шаги:приставной шаг,скрестный шаг в сторону
 - 5.Танец «Осенние дорожки»
 - 6.Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики»
- Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения, упражнения на укрепление осанки
- Контроль:** педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 9

- Практика:**закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец ««Ёжик», развитие физических данных : выворотности, подъёма , гибкости
1. строевые упражнения :построение врассыпную.
 2. Игроритмика: выполнение упражнений руками под музыку в различном темпе и с хлопками;
 3. Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
 - 4.Танец с полотнами «Осенние дорожки»
 - 5.Подвижная игра «Горячая картошка»
 - 6.Имитационно – образные упражнения в расслаблении :лежа на спине, полное расслабление «Тишина»
- Контроль:** педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений

Занятие 10

- Практика:**развитие умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальноесопровождение,развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве
- 1.Музыкально – подвижное упражнение
 - 2.Строевые упражнения :построение врассыпную,выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
 - 3.Игроритмика:удары ногой на каждый счёт и через счёт
 - 4.Танцевальные шаги:пружинистые полуприседы
 - 5.Танцевально – ритмическая гимнастика
 - 6.Подвижная игра «с листочками»
 - 7.Музыкально-ритмическая композиция «Ёжик»,
Пальчиковая гимнастика :выполнение фигурок из пальчиков (замочек,самолёт)
- Контроль:** педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

4.2.Тема :«Выступление на осеннем празднике»

Занятие1 «Осень в гости к нам пришла»

- Практика:**развитие артистичности , эмоционально раскрепощать воспитанников кружка
- 1.Ритмический танец «Листик-листопад»
 - 2.Общеразвивающие упражнения с осенними листьями
 - 3.Танцевальная композиция «Осенние дорожки»
 - 4.Танцевальная композиция «Ёжик»
 - 5.Музыкально – подвижная игра «Осень милая , шурши»
 - 6.Игра «С листочками»
- Контроль:** выступление перед родителями, фотоотчет

5.Раздел :«Новогодний танец»

5.1.Тема :«Разучивание элементов танца для выступления на Новогоднем празднике»

Занятие1

Теория : подбор костюмов, музыки, атрибутов

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на Новогоднем празднике

Занятие 2

Практика:укрепление мышечного аппарата, развитие навыков выразительного движения: ходьбы и бега

- 1.Строевые упражнения: под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки польки все прыгают, побеждают те, кто не ошибется в задании.
- 2.Музыкально – подвижная игра«Звездочки»
- 3.Общеразвивающие упражнения на стуле
- 4.Ритмический танец: с гимнастическими палками (метёлками)
- 5.Имитационно – образные упражнения на дыхание (дыхательные упражнения с подниманием рук вверх)
- 6.Музыкально – подвижная игра «Любопытная Варвара»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца.

Занятие 3

Практика:развитие умения следить за осанкой, добиваясь подтянутости, собранности; развитие умения плавно выполнять движения руками

- 1.Строевые упражнения: построение в колонну ,перестроение в круг
- 2.Игроритмика:хлопки руками под музыку; движения руками в различном темпе..
- 3.Комбинация в образно – игровых действиях
- 4.Музыкально – подвижная миниатюра «Снегопад»
- 5.Упражнения на расслабление мышц:потряхивания кистями рук – «Стряхни снежинки с варежки»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 4

Практика:развитие умения самостоятельно строить круг, ходить по кругу взявшись за руки.

- 1.Строевые упражнения: построение в колонну ,перестроение в круг
- 2.Игроритмика:хлопки руками под музыку; движения руками в различном темпе..
- 3.Комбинация в образно – игровых действиях
- 4.Упражнения на расслабление мышц:потряхивания кистями рук – «Стряхни снежинки с варежки»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика:развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу ,умения соотносить музыку, слово и движение

1. Строевые упражнения: построение в круг. перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентиру
2. Креативная гимнастика : импровизация движений под музыку
3. Музыкально – подвижная игра «Веселый гусь»
Подвижная игра «Кот в сапогах»
4. Ритмический танец. с гимнастическими палками (метёлками)
5. Подвижная игра «Плетень»
- 6 Пальчиковая гимнастика : выполнение фигурок из пальчиков(зайчик, собака)

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 6

Практика: развитие навыков выразительного движения, упражнение детей в ходьбе разного характера , укрепление мышечного аппарата , развитие мышечной памяти

1. Строевые упражнения: построение в круг, перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентиру
2. Креативная гимнастика : импровизация движений под музыку
3. Подвижная игра «Кот в сапогах»
4. Ритмический танец. «Я хочу танцевать»
5. Подвижная игра «Я по лесу хожу...»
- 6 Пальчиковая гимнастика : выполнение фигурок из пальчиков(зайчик, собака)

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев.

Занятие 7

Практика: развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, укрепление мышечного аппарата , развитие мышечной памяти

1. Строевые упражнения: построение в круг , упражнения «Становись!», «Разойдись» в образно – двигательных действиях
2. Игроритмика: выполнение упражнений руками под музыку в различном темпе и с хлопками; выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
3. Композиция из танцевальных шагов: приставной шаг в сторону; шаг с небольшим подскоком
4. Ритмический танец «Снежные бабочки »
- 5 Подвижная игра «Принцесса на горошине»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 8

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Дискотека-серпантин...», исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение в круг , упражнения «Становись!», «Разойдись» в образно – двигательных действиях
2. Игроритмика: выполнение упражнений руками под музыку в различном темпе и с хлопками; выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
3. Композиция из танцевальных шагов: приставной шаг в сторону; шаг с небольшим подскоком
4. Ритмический танец «Снежные бабочки »
5. Ритмический танец с гимнастическими палками (метёлками)

6 Креативная гимнастика

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Дискотека-серпантин...», исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Креативная гимнастика «Снеговик»
2. Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа
3. Общеразвивающие упражнения с цветными резинками
4. Игропластика: специальные упражнения для развития силы мышц (улитка, морской лев, медуза)
5. Танцевальная композиция с гимнастическими палками (метёлками)
6. Ритмический танец «Снежные бабочки»
7. Упражнения на расслабление мышц

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 10 тема: «Зимние забавы»

Практика: закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Дискотека-серпантин...», умение исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение, развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: Ходьба, бег, прыжки, поскоки между снежками
2. Танцевальная композиция с полотнами
3. Музыкально – подвижная игра «Снеговики»
4. Ритмический танец с гимнастическими палками (метёлками)
5. Музыкально – подвижная игра «Снежные карусели»
6. Игровое задание для развития пластической выразительности при создании образа «Снежинка»- для девочек, «Снеговик»- для мальчиков

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

5.2. Тема : «Выступление на новогоднем празднике»

Занятие 1

Практика: развитие артистичности, эмоционального раскрепощение

1. Музыкально-ритмическая игра: «Я по лесу брожу...»
2. Танцевальная композиция с полотнами
3. Музыкально – подвижная игра «Снеговики»
4. Ритмический танец с гимнастическими палками (метёлками)
5. Ритмический танец «Снежные бабочки»
6. Музыкально – подвижная игра «Снежные карусели»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

6. Раздел : «Танец для папы»

6.1. Тема : «Разучивание элементов танца для выступления на празднике ко дню Защитников Отечества»

Занятие 1

Теория: подбор костюмов, музыки, атрибутов

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления ко Дню защитника Отечества

Занятие 2

Практика:развитие навыков выразительного движения: умения собираться в круг, двигаться по кругу взявшись за руки и самостоятельно, легко бегать врассыпную, парами

- 1.Креативная гимнастика «Снеговик»
- 2.Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа
- 3.Общеразвивающие упражнения с цветными резинками
- 4.Игропластика:специальные упражнения для развития силы мышц(улитка, морской лев, медуза)
- 5.Ритмический танец. «На палубе матросы»
- 6.Дыхательные и на укрепление осанки:
- 7.Имитационно – образные упражнения «Волны шипят»

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений

Занятие 3

Практика:развитие умения ориентироваться в пространстве, обучение правильной технике исполнения прыжков, развитие физических данных : выворотности, подъёма , гибкости

- 1.Строевые упражнения:построение в шеренгу и колонну по распоряжению
- 2.Игроритмика:удары ногой на каждый счёт и через счёт,шаги на каждый счёт и через счёт (шаг вперёд с левой, держать, шаг вперёд с правой, держать) хлопки по счёту;
- 3.Игропластика Специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры (морская звезда, морской конек)
- 4.Ритмический танец. «На палубе матросы»
- 5.Музыкально – подвижная игра«Зеркала»
6. Дыхательные упражнения : «Подуй на шарик»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 4

Практика:развитие умения соотносить движения со словами, закреплять понятия «назад, вверх»,воспитание силы воли, самостоятельности

- 1.Строевые упражнения:построение в шеренгу и колонну по распоряжению
- 2.Игроритмика:удары ногой на каждый счёт и через счёт,шаги на каждый счёт и через счёт (шаг вперёд с левой, держать, шаг вперёд с правой, держать) хлопки по счёту;
- 3.Игропластика: специальные упражнения для развития гибкости – морские фигуры (краб, дельфин)
- 4.Ритмический танец. «На палубе матросы»
- 5.Музыкально – подвижная игра«Зеркала»
6. Дыхательные упражнения : «Подуй на снежинку»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 5

Практика:укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти , обучение полному расслаблению мышц, развитие воображения , творческих способностей, развитие физических качеств: силы, натянутость стопы, чувства равновесия

- 1.Строевые упражнения: построение в шеренгу (муз композиция «Граница»)
- 2.Игроритмика: поднимание и опускание рук вперёд по счёту под музыкальное сопровождение;хлопки в ладоши;
- 3.Хореографические упражнения :танцевальные позиции рук, полуприседы, подъемы на носки
- 4.Ритмический танец. «На палубе матросы»
- 5.Танцевально – ритмическая композиция с полотнами «Папа, я тоже хочу быть , как ты»
- 6.Музыкально – подвижная игра «Снег, лёд ,кутерьма»
- 7 Релаксация «Мы лежим на мягкой травке»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 6

Практика:развитие умения правильно дышать во время движений, развитие правильной постановки корпуса, равновесия

- 1.Строевые упражнения:муз композиция «Граница»
- 2.Игроритмика:поднимание и опускание рук вперёд по счёту под музыкальное сопровождение;хлопки в ладоши;
- 3.Хореографические упражнения :танцевальные позиции рук, полуприседы, подъемы на носки
- 4.Ритмический танец. «На палубе матросы»
- 5.Танцевально – ритмическая композиция с полотнами «Папа, я тоже хочу быть , как ты»
- 6.Музыкально – подвижная игра «Снег, лёд ,кутерьма»
- 7 Дыхательные упражнения : «Подуй на снежинку»

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев

6.2.Тема занятия :«Выступления на празднике ко дню Защитников Отечества

Занятие1«Юные защитники!»

Практика:развитие артистичности, умения передавать характер музыки, развитие координации движений, музыкального слуха , памяти

- 1.Парад военных с флажками
- 2.Полоса препятствий
- 3.Ритмический танец «На палубе матросы»
4. Танец с полотнами «Папа, я тоже хочу быть , как ты»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

7.Раздел :«Танец для мамы»

7.1.Тема :«Разучивание элементов танца для выступления празднике 8 Марта»

Занятие1

Теория : подбор костюмов, музыки, атрибутов

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль: утверждение танца для выступления празднике 8 Марта

Занятие 2

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие умения соотносить музыку, движения и слова, различать сильные и слабые доли такта, распознавать и передавать характер музыки, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Строевые упражнения: передвижение по кругу шагом и бегом, бег по кругу и по ориентирам

2. Игроритмика: притопы на каждый счёт; притопы с хлопками поочередно;

3. Танец ритмический «Хорошие девочки...»

4. Музыкально – подвижная игра «Горелки»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 3

Практика: ознакомление с движениями нового танца, развитие правильной постановки корпуса, воспитание интереса к занятиям, силы воли, самостоятельности

1. Строевые упражнения: акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание

2. Игроритмика: произвольные упражнения на воспроизведение музыки

– 3. Танцевально-ритмическая гимнастика «Маков цвет»

4. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зайкина зарядка»

5. Музыкально – подвижная игра «Запрещенное движение»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 4

Практика: совершенствование музыкально-ритмических навыков, закрепление умения детей выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами

1. Строевые упражнения: акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибание

2. Игроритмика: произвольные упражнения на воспроизведение музыки Танцевально –

3. Ритмическая гимнастика «Маков цвет»

4. Ритмический танец. «Пацаны в строю стоят»

5. Игропластика: специальные упражнения на развитие силы мышц «рыбка», «корзинка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 5

Практика: развитие выразительности пластики, чувства ритма, точности, памяти, внимания, быстроты реакции, работа над укреплением мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Строевые упражнения: «Солдатики»

2. Игроритмика: выполнение простых движений руками в различном темпе (руки в сцеплении вверх)

3. Танцевально – ритмическая гимнастика с табуретами-подставками

4. Ритмический танец. «Хорошие девочки...»

5. Музыкально – подвижная игра «Домик для мамы»

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев.

Занятие 6

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие умения соотносить слово и движение, развитие артистизма

1. Строевые упражнения: «Солдатики»
2. Игроритмика: выполнение простых движений руками в различном темпе (руки в сцеплении вверх)
3. Танцевально – ритмическая гимнастика с табуретами-подставками
4. Ритмический танец. «Хорошие девочки...»
5. Дыхательная гимнастика: "Воздушный шарик"

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 7

Практика: развитие умения объединять несколько движений в одну комбинацию, развитие координации, внимания, артистизма

1. Строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и ориентирам; размыкание по ориентирам
2. Игроритмика: шаги вперед, руки в сцеплении вверх, вниз; приседания с движениями рук;
3. Танцевальные шаги: сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками, через счет и наоборот;
4. Общеразвивающие упражнения с массажными кольцами
5. Ритмический танец. «Хорошие девочки...»
6. Музыкально – подвижная игра «Золотые ворота»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 8

Практика: ознакомление с новым танцем, развитие чувства ритма, ловкости, внимания, памяти, творческих способностей, воображения

1. Строевые упражнения: перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и ориентирам; размыкание по ориентирам
2. Игроритмика: шаги вперед, руки в сцеплении вверх, вниз; приседания с движениями рук;
3. Танцевальные шаги: сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками, через счет и наоборот;
4. Общеразвивающие упражнения с массажными кольцами
5. Ритмический танец. «Хорошие девочки...»
6. Игроритмика: «Поздравляемся»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 9

Практика: развитие плавности движений рук и кистей рук, умения определять характер музыки и соответственно ему исполнять движения, развитие двигательных функций при помощи гимнастических упражнений, воспитание дисциплины, волевых качеств

1. Строевые упражнения: построение в шеренгу, повороты переступанием, по распоряжению в образно – двигательных действиях «Лыжники», перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и ориентирам
 2. Хореографические упражнения :поклон для мальчиков, реверанс для девочек
 3. Игропластика: «велосипед», «морская звезда», «орешек», «кобра»
 4. Танцевально – ритмическая гимнастика на фитболах
 5. Ритмический танец: «Хорошие девочки...»
 6. Игропластика: упражнения для развития гибкости: сед«по-турецки»
- Контроль:** педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев

7.2. Тема :«Выступление на празднике 8 Марта»

Занятие1 «Мамин день»

Практика:развитие артистичности , эмоциональной раскрепощённости

1. Танцевально – ритмическая гимнастика «Помощник»
2. Ритмический танец «Хорошие девочки...»
3. Музыкально ритмическая игра «Домик для мамы»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

8. Раздел :«Отчётный концерт»

8.1. Тема :«Разучивание элементов танца для выступления на отчетном концерте»

Занятие1

Теория : подбор костюмов, музыки, атрибутов

1. Беседа с детьми о предстоящем концерте
2. Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
3. Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на отчётном концерте

Занятие 2

Практика:ознакомление с движениями нового танца, обучение умению соотносить слово и движение, повышение эмоционального фона ,развитие артистизма , создание радостного настроения

1. Строевые упражнения: построение в рассыпную
2. Общеразвивающие упражнения на фитболах.
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Разминка»
4. Ритмический танец «Мы-маленькие звёзды» (с помпонами)
5. Музыкально – подвижная игра«Карлики и великаны»
6. Дыхательные упражнения , упражнения на укрепление осанки
7. Упражнения на расслабление мышц: контрастные движения руками на напряжение и расслабление

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений

Занятие 3

Практика:ознакомление с движениями нового танца, обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха , памяти , внимания , чувства ритма

1. Музыкально-подвижная игра «Золотые ворота» на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг.
 2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика для бобика »
 3. Танцевальные шаги сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками, через счет и наоборот;
 4. Ритмический танец. «Полька»
 5. Музыкально – подвижная игра «Космонавты»
 6. Игропластика.: упражнения для развитие мышечной силы в заданиях.
- Контроль:** педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 4

Практика: ознакомление с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Музыкально-подвижная игра «Золотые ворота» на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг.
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Аэробика для бобика »
3. Танцевальные шаги: сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками, через счет и наоборот;
4. Ритмический танец: «Полька»
5. Музыкально – подвижная игра «Космонавты»
6. Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца

Занятие 5

Практика: развитие умения самостоятельно исполнять разминку по кругу, укрепление мышечного аппарата, развитие мышечной памяти

1. Строевые упражнения:
2. Игроритмика: выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе. хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта;
3. Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками
4. Ритмический танец: «Полька»
5. Музыкально– подвижная игра « Эхо»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце

Занятие 6

Практика: ознакомление с движениями нового танца, обучение умению ритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развитие музыкального слуха, памяти, внимания, чувства ритма

1. Строевые упражнения:
2. Игроритмика: выполнение ходьбы, бега, движение туловищем в различном темпе. хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта;
3. Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками
4. Ритмический танец: «Полька»
5. Креативная гимнастика «Подснежники»

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев

Занятие 7

Практика: знакомство с движениями нового танца, развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Строевые упражнения
2. Музыкально – подвижная игра : «Замри-отомри»
3. Игроритмика: подскоки с вытянутыми руками вверх – поочередно; плавные движения рук вниз, вверх, в стороны, вниз;
4. Танцевальные шаги: переменный и русский хороводный шаги
5. Общеразвивающие упражнения с цветами
6. Ритмический танец «Ёжик»
7. Коммуникативная игра «Два кота»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

Занятие 8

Практика: развитие умения детей выполнять движения танца самостоятельно, воспитание силы воли

1. Строевые упражнения
2. Музыкально – подвижная игра : «Замри-отомри»
3. Игроритмика: подскоки с вытянутыми руками вверх – поочередно; плавные движения рук вниз, вверх, в стороны, вниз;
4. Танцевальные шаги: переменный и русский хороводный шаги
5. Общеразвивающие упражнения с цветами
6. Ритмический танец «На палубе матросы»
7. Креативная гимнастика: специальные игрозадания «Художественная галерея»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения композиции танца

Занятие 9

Практика: развитие навыка выразительного движения, развитие мышечной памяти, умения соотносить слово и движение, способствование повышению эмоционального фона, развитие артистизма

1. Танцевальные шаги: шаг галопа вперед и в сторону
2. Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам»
3. Танцевально – ритмическая композиция «На палубе матросы»
4. Ритмический танец «Хорошие девочки...»
5. Подвижная игра «Музыкальные стулья»
6. Упражнения на расслабление мышц: «медузы», «звездочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 10

Практика: обучение умению выполнять движения танца самостоятельно, развитие музыкального слуха, памяти, внимания

1. Танцевальные шаги: шаг галопа вперед и в сторону
2. Музыкально – подвижная игра «К своим флажкам»
3. Танцевально – ритмическая гимнастика «Ёжики»
4. Ритмический танец «Хорошие девочки...»
5. Подвижная игра «Музыкальные стулья»
6. Упражнения на расслабление мышц: «медузы», «звездочка»

Контроль: педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев

8.2.Тема : промежуточная аттестация«Отчетный концерт»

Занятие1

Практика:обучение умению выполнять движения танца самостоятельно,развитие координации движений, музыкального слуха , памяти, внимания

- 1.Общеразвивающие упражнения с цветами
- 2.Ритмический танец «На палубе матросы»
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «Хорошие девочки...»
- 4.Ритмический танец «Ёжик»
- 5.Подвижная игра : «Музыкальные стулья»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

9.Раздел :«Танец на День Победы»

9.1.Тема занятия :«Разучивание элементов танца для выступления на празднике ко дню Победы»

Занятие1

Теория: подбор костюмов, музыки, атрибутов

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль. Утверждение танца для выступления на празднике ко дню Победы

Занятие 2

Практика:ознакомление с новым танцем, развитие двигательных функции при помощи гимнастических упражнений,обучение умению соотносить слово и движение, повышать эмоциональный фон,развитие артистизма

1. Строевые упражнения «Военный парад»
- 2.Игроритмика: на воспроизведение динамики звука. увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.
- 3.Общеразвивающие упражнения массажными кольцами.
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Салютики»
5. Ритмический танец«Мы-маленькие звёзды» (с помпонами)
- 6.Музыкально – подвижная игра «Ой, ля, калина»

Контроль:педагогическое наблюдение, показы танцев

Занятие 3

Практика:продолжать знакомить детей с движениями нового танца,продолжатьучитьритмично двигаться в соответствии с различным характером музыки, развивать музыкальный слух, память, внимание, чувство ритма

- 1.Игра «Поезд»
- 2.Игроритмика: воспроизведение динамики звука. увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.
- 3.Общеразвивающие упражнения с обручами.
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Помощник»
5. Танцевально – ритмическая гимнастика «Салют» с помпонами

6.Музыкально – подвижная игра «Ой, ля, калина»

Контроль: Педагогическое наблюдение, взаимное оценивание.

Занятие 4

Практика:ознакомление с движениями нового танца,развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения

1. Строевые упражнения «Военный парад»
- 2.Игроритмика воспроизведение динамики звука. увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.
- 3.Общеразвивающие упражнения с обручами.
- 4.Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьиная зарядка»
5. Танцевально – ритмическая гимнастика «Салют» с помпонами
- 6.Музыкально – подвижная игра «Ой, ля, калина»

Контроль: педагогическое наблюдение. Рефлексия.

Занятие 5

Практика:закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно,развитие воображения , творческих способностей

1. Строевые упражнения «Военный парад»
- 2.Игроритмика: на воспроизведение динамики звука. увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука.
- 3.Общеразвивающие упражнения.
- 4.. Танцевально – ритмическая гимнастика «Салют» с помпонами
5. Танцевально – ритмическая композиция с полотном «Закаты алые»

Контроль: педагогическое наблюдение за правильностью и четкостью выполнения композиции танца

9.2.Тема :«Выступление на празднике ко Дню Победы»

Занятие1«День Победы»

Практика:закрепление умения выполнять движения танца самостоятельно,развитие координации движений, музыкального слуха , памяти , внимания

1. «Военный парад»
2. Танцевально – ритмическая гимнастика «Салют» с помпонами
3. Игры-эстафеты
4. Танцевально – ритмическая композиция с полотном «Закаты алые»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

10.Раздел :«День защиты детей»

10.1.Тема :«Разучивание элементов танца для выступления на День защиты детей»

Занятие1

Теория: подбор костюмов, музыки, атрибутов

- 1.Беседа с детьми о предстоящем концерте
- 2.Составление эскизов костюмов совместно с детьми,
- 3.Подбор музыкального материала совместно с детьми,
4. Отбор атрибутов совместно с детьми

Контроль:утверждение танца для выступления на дне защиты детей

Занятие 2

Практика:ознакомление с танцем,развитие двигательных функций при помощи физических упражнений, развитие воображения , творческих особенностей

- 1.Строевые упражнения: перестроение в две колонны,в два круга
- 2.Музыкально – подвижная игра «Жаворонок».
- 3.Танцевально – ритмическая гимнастика «Приходи сказка»
- 4.Ритмический танец «Русский хоровод»
- 5.Креативная гимнастика «Подснежники»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения стыков в танце.

Занятие 3

Практика:закрепление умение точно начинать движение после вступления , исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение,развитие внимания, умения ориентироваться в пространстве

- 1.Строевые упражнения:построение в шеренгу, повороты переступанием и в прыжках;перестроение в круг;перестроение в шеренгу и колонну;повороты направо, налево, по распоряжению;
2. Игроритмика:хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки»);ходьба сидя на стуле;
3. Общеразвивающие упражнения с флажками:танцевально – ритмическая композиция «Российский флаг»
- 4.Ритмический «Дружба»
- 6.Музыкально – подвижная «Игра на внимание»

Контроль: Педагогическое наблюдение за правильностью соблюдения рисунков танца.

Занятие 4

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления , развитие умения менять движения в соответствии с формой музыкального произведения развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

- 1.Строевые упражнения:бег по кругу и ориентирам («змейкой»);построение в круг;построение в шеренгу, сцеплением за руки;построение в колонну и в шеренгу по сигналу
- 2.Игроритмика:акцентрированная ходьба;акцентрированная ходьба с одновременным махом согнутыми руками;увеличение круга шагами назад от центра, уменьшение круга шагами вперед к центру;
3. Общеразвивающие упражнения с флажками -танцевально – ритмическая композиция «Российский флаг»
- 4.Ритмический танец «Бим-бом», «Дружба»
- 5.Музыкально – подвижная «Игра на внимание»

Контроль:педагогическое наблюдение за правильностью выполнения движений и комбинаций нового танца

Занятие 5

Практика:закрепление умения точно начинать движение после вступления – танец «Бим-бом»,умения исполнять танец самостоятельно, ориентируясь на музыкальное сопровождение,развитие внимание, умения ориентироваться в пространстве

1. Строевые упражнения: построение из одной шеренги в несколько; построение в шахматном порядке; бег по кругу и ориентирам («змейкой»); построение в две шеренги напротив друг друга
 2. Игроритмика: хлопки руками под музыку; движения руками в различном темпе, выполнение упражнений руками под музыку в различном темпе и с хлопками; выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом
 3. Общеразвивающие упражнения с флажками: танцевально – ритмическая композиция «Российский флаг»
 4. Ритмический танец «Бим-бом»
 5. Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»
- Контроль:** педагогическое наблюдение за точностью выполнения движений, показы танцев.

10.2. Тема : «День защиты детей»

Занятие 1 «Росиночка-Россия»

Практика: развитие умения выполнять движения танца самостоятельно, развитие координации движений, музыкального слуха, памяти, внимания

1. Ритмический танец «Веселая разминка»
2. Танцевально – ритмическая композиция «Российский флаг»
3. Ритмический танец «Бим-бом»
4. Музыкально – подвижная «Игра на внимание»
5. Креативная гимнастика «Делай как я, делай лучше меня»

Контроль: выступление перед родителями, фотоотчет

11. Раздел : Обследование

11.1. Тема : «Итоговое занятие».

Практика: выявление в процессе наблюдения показателей качества усвоения программного материала

выполнение итоговых упражнений в соответствии с оценочными материалами

Контроль: определение динамики уровня физического развития учащихся.

4. Контрольно – оценочные средства.

Виды контроля

Время	Цель проведения	Формы контроля
-------	-----------------	----------------

проведения		
Начальный или входной контроль		
В начале учебного года (сентябрь)	Определение уровня развития детей, их творческих способностей	Беседа, опрос, диагностические задания
Текущий контроль		
В конце каждого занятия в течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности обучающихся в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, открытые занятия, выступления перед родителями, самостоятельная работа
Промежуточный контроль		
В конце полугодия (декабрь)	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Открытое занятие, Выступления перед родителями, самостоятельная работа, диагностические задания
Итоговый контроль		
В конце учебного года или курса обучения (май)	Определение изменения уровня развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Беседа, опрос, диагностические задания открытое занятие. Выступления перед родителями

**Карта диагностики уровня музыкального
и психомоторного развития ребенка**
(из программы А.И. Бурениной «Ритмическая мозаика»)

Цель диагностики: выявление уровня музыкального и психомоторного развития ребенка (начального уровня и динамики развития, эффективности педагогического воздействия).

Метод диагностики: наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специальных подобранных заданий.

Ф.И. ребенка _____

Год рождения _____

Параметры года	Начало года	Середина года	Конец года
1. Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности).			
2. Эмоциональная сфера.			
3. Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (скованность-общительность, экстраверсия-интроверсия).			
4. Творческие проявления.			
5. Внимание.			
6. Память.			
7. Пластичность, гибкость.			
8. Координация движений.			

Я привожу критерии оценки параметров, определяющих уровень музыкального и психомоторного развития в соответствии с 5-балльной системой.

Музыкальность – способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений в музыке (в процессе самостоятельного исполнения – без показа педагога).

Пример оценки детей 3-5 лет:

5 баллов – умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и заканчивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

4-2 балла – в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

0-1 балл – движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

Оценка детей 6-7 лет:

5 баллов – движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами;

4-2 балла – передают только общий характер, темп и метроритм;

0-1 балл – движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

Эмоциональность – выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении, но и в слове.

Творческие проявления – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Степень выразительности, оригинальности также оценивается педагогом в процессе наблюдения.

Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.

Память – способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятельности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зрительная. Как

правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педагогом для запоминания последовательности упражнений.

Подвижность нервных процессов проявляется в скорости двигательной реакции на изменение музыки. Норма, эталон – это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д. Запозывание, задержка и медлительность в движении отмечаются как заторможенность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Координация, ловкость движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе.

Гибкость, пластичность – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний суммарный балл для общего сравнения динамики и развития ребенка на протяжении определенного периода времени.

Условия реализации программы.

Материально – техническое оборудование:

- оборудованный спортивный зал.
- музыкальный центр;

- ноутбук;
- Информационное обеспечение:
- видео- и аудиотека по программе.

Перечень спортивного оборудования

1. Фитболы
2. Коврики гимнастические
3. Ленты разной длины
4. Табуреты-подставки
5. Помпоны
6. Султанчики
7. Шнуры длинные
8. Скакалки
9. Мячи большие
10. Мячи средние
11. Мячи малые
12. Мячи массажные
13. Кольца массажные
14. Круги массажные
15. Палки гимнастические
16. Обручи
17. Тренажёры

Методическое обеспечение:

1. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ»
2. Н.Н. Ефименко «Театр физического развития и оздоровления детей дошкольного и младшего школьного возраста»

- 3.И.М. Воротилкина «Физкультурно – оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении»
- 4.Быкова А.И. и Осокина Т.И.«Развитие движений у детей в детском саду»
- 5.А.Н. Стрельникова«Дыхательная гимнастика»
- 6.Г.И.Семенова Н.Я.Городничева «Развитие физических качеств»
- 7.Э.Я.Степаненкова «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка»
- 8.А.И. Буренина «Ритмическая мозаика», Санкт – Петербург 2000.9.В.С. Кузнецов «Физические упражнения и подвижные игры»
10. «Играем, рисуем и поем» М.Ю. Картушина (интегрированные занятия для детей 5 – 7 лет), г.Москва, 2010г.

Список литературы для родителей

- 1.И.А.Агапова, М.А.Давыдова. Спортивные сказки и праздники для дошкольников.-М. «АРКТИ»,2010
- 2.С.С.Прищепа «Организация физкультурных занятий родителей с детьми в детском саду» - М. «АРКТИ»,2011
3. Игра дошкольника/Л.А.Абрамян, Т.В.Антонова, Л.В.Артёмова и др.; Под ред.С.Л.Новосёловой.-М.: Просвещение, 1989.-286с: - (Б-ка воспитателя дет.сада).
- 4.Т.А.Шорыгина «Беседы о здоровье» творческий центр «Сфера» Москва 2008г;
- 5.Н.В. Ключева Ю.В. Касаткина «Учим детей общению» популярное пособие для родителей и педагогов
6. З.А Клепинина, Е В. Клепинина «Как развивать в ребёнке умение заботиться о своём здоровье»материалы для занятий с детьми дошкольного возраста «Аркти» Москва 2010
- 7 С.С.Прищепа «Организация физкультурных занятий с родителями и детьми в детском саду» Москва, «АРКТИ», 2011 г.
- 8.Н.В. Бударина, М .И. Мирошник «Моё здоровье» пособие для педагогов и родителей «Легион »Ростов-на-Дону, 2013,
- 9.Л.Ф Тихомирова «Упражнения на каждый день :уроки здоровья для детей 5-8 лет» популярное пособие для родителей и педагогов Ярославль «Академия развития». 2002 г.
10. Н.Н. Васильева Н.В. Новоторцева «Развивающие игры для дошкольников» Ярославль «Академия развития». 1997 г.

Приложение1

Картотека игр-миниатюр, музыкально-подвижных игр

Вид	Название	Цель	Содержание	Оборудование
Миниатюра(1)	«Солнышко»	Совершенствование двигательных навыков	И.П.: дети стоят в шахматном порядке. Солнышко, солнышко, <i>Частые полуприседания.</i> Выгляни в окошко. <i>«Пружинки» с хлопками.</i> Твои детки плачут, По камушкам скачут. <i>Легкие прыжки с хлопками.</i>	_____
Музыкально – подвижная игра (1)	«Музыкальные змейки»	Развитие внимания, памяти, мышления, координации и движения	Дети делятся на три подгруппы, построенные в колонны в определенном месте зала. Каждая подгруппа выбирает себе определенную мелодию, ее можно использовать из мультфильмов или детских сказок. Как только зазвучит 1-я мелодия, колонна, выбравшая ее, должна двигаться по залу в такт музыке за впереди стоящим. Но как только заиграет другая мелодия - правая колонна принимает упор присев, а другая движется и т.д. Если звучит музыка, невыбранная командами, - дети идут на свои места. Победит колонна, которая построится быстрее и раньше.	Запись на флэшке
Миниатюра (2)	«Осень»	Совершенствование двигательных навыков	Меж еловых мягких лап <i>Поочередно опускать и поднимать руки перед собой.</i> Дождик тихо: «Кап-кап-кап», <i>Медленно присесть с опущенными руками.</i> Где сучок давно засох, Вырос серый мох-мох-мох! <i>Медленно подняться, держась за голову.</i> Где листок к листу прилип, <i>Поочередно опускать и поднимать руки перед собой.</i> Появился гриб-гриб-гриб. Кто нашел его, друзья? <i>Стоять прямо, пожимая плечами.</i> Это я, это я, это я! Прижать руки к груди	Запись на флэшке
Музыкально – подвижная игра (2)	«Веселый гусь»	Развитие внимания, быстроты	Дети стоят в кругу. Руководитель ударяет в бубен и пускает его по кругу. Дети передают его со словами: Ты катись, веселый бубен, Быстро-быстро по рукам, у кого веселый бубен – Тот сейчас станцует нам! У кого на последнем слове окажется бубен, тот выходит в центр и исполняет танец или несколько движений, остальные дети повторяют за ним.	Запись на флэшке

Миниатюра	«Жаворонок»	Совершенствование двигательных навыков	<p>В небе жаворонок пел. <i>Маховые движения руками.</i> Колокольчиком звенел, <i>Вращения кистями над головой.</i> Порезвился в вышине, <i>Помахивать руками, опустить через стороны вниз.</i> Спрятал песенку в траве. <i>Присесть, обхватить колени.</i> Тот, кто песенку найдет, Будет весел целый год. <i>Хлопки в ладоши</i></p>	Запись на флэшке
Музыкально –	«Капканы»	Развитие ловкости, быстроты, координации и движений	<p>Выбираются два водящих. Они стоят лицом друг к другу, держась за руки, - это «капкан». Все играющие под музыку бегут по кругу, пробегая под «капканом». Как только музыка прекращается, «капкан» закрывается. Те, кто попал в него, присоединяются к водящим, образуя новый «капкан». Игра продолжается до тех пор, пока не останется 2-3 победителя - самые ловкие дети, им предоставляется найти «клад».</p>	Запись на флэшке
Миниатюра	«Любопытная Варвара»	Совершенствование двигательных навыков	<p>Любопытная Варвара <i>Качание головой.</i> Смотрит влево, <i>Поворот корпуса влево.</i> Смотрит вправо, <i>Поворот корпуса вправо.</i> Смотрит вверх, <i>Поднять голову вверх.</i> Смотрит вниз. <i>Опустить голову вниз.</i> Чуть присела на карниз. <i>Полуприседание.</i> А с него свалилась вниз! <i>Резкое приседание</i></p>	Запись на флэшке
Музыкально – подвижная игра.	«Дирижер и оркестр»	Развитие внимания, чувства ритма, координации и движений.	<p>По кругу чертят кружочки-посты по числу играющих, без одного. Все играющие - «солдатики» стоят на своем посту (в кружочках). Дирижер стоит в центре, в руках у него бубен (треугольник). Под музыку марша «солдатики» маршируют, идут в обход по кругу. Вдруг в «оркестр» вступает дирижер, он стучит в бубен. В такт музыке «солдатики», стараясь дойти до своего кружка-поста, останавливаются и маршируют на месте. Дирижер тоже занимает любой кружок, а кто остался вне кружка - становится дирижером.</p>	Запись на флэшке

Миниатюра (5)	«Смелый капитан»	Совершенствование двигательных навыков, Координации и движений	<p>Я на мостике стою <i>Ноги во 2-й позиции. Руки на поясе.</i></p> <p>И бинокль в руках держу. <i>Изобразить бинокль пальцами с наклоном вперед.</i> Волны плещутся слегка,</p> <p><i>Изобразить легкую волну.</i> Качка тихая пока.</p> <p><i>Покачивание влево-право.</i> Волны сильными вдруг стали,</p> <p><i>Изобразить волну.</i> И от качки все упали!</p> <p><i>Приседание.</i> За канат держусь я крепко.</p> <p><i>Изобразить перебирание каната.</i> Вдруг сорвало ветром кепку,</p> <p><i>Руки поднять к голове и в стороны.</i> Я ловить рукою стал -</p> <p><i>Поочередные махи руками.</i> Чуть с мосточка не упал.</p> <p><i>Балансировать руками</i></p>	Запись на флэшке
Музыкально – подвижная игра	«Найди свое место»	Развитие быстроты, ловкости, памяти	<p>Дети стоят в шеренге. Звучит веселая музыка, играющие разбегаются по площадке (бегают, прыгают, играют). Музыка прекращается, дети ищут свое место в шеренге. Руководитель отмечает тех, кто правильно занял свое место</p>	Запись на флэшке
Миниатюра	«Дождик»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений	<p>Скачет дождик длинноногий</p> <p><i>Хлопки в ладоши.</i></p> <p>По траве и по дороге,</p> <p><i>Наклоны в стороны.</i></p> <p>Льется он в пустые бочки,</p> <p><i>Хлопки в ладоши.</i></p> <p>И на лужах ставит точки,</p> <p><i>Наклоны в стороны.</i></p> <p>Барабанит громко в стекла-</p> <p><i>Хлопки в ладоши.</i></p> <p>Вся земля вокруг намокла.</p> <p><i>Развести руки в стороны, сесть, обхватив колени</i></p>	Запись на флэшке
Музыкально – подвижная	«Музыкальные стулья»	Развитие умения слышать начало и конец музыки, ее быстроту	<p>Все дети сидят на стульях, спиной к центру. Водящий стоит без стула. Дети поделены на 3 группы: 1-я группа - полька, 2-я - вальс, 3-я - марш. Водящий идет по кругу. Если звучит полька, то за водящим идет 1-я группа. Музыка меняется, идут другие дети. Когда зазвучит детская песня, все встают со стульев и идут за водящим. Музыка останавливается – дети занимают места, оставшийся без места становится водящим.</p>	Запись на флэшке

Миниатюра	«Зайки»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений	<p>Зайки скачут по лужайке, <i>Прыжки на двух ногах.</i> Вдруг в лесу мелькнула тень, Зайки спрятались за пень. <i>Присесть, опустить голову.</i> На носочки поднялись. <i>Встать на носки.</i> Ну-ка, Зайка, оглянись, <i>Повороты в стороны.</i> Не сидит ли за кустом страшный волк с большим хвостом? <i>Поочередно опускать и поднимать руки перед собой.</i> Вдруг волчище выбегает, <i>Бег на месте.</i> Серых зайчиков хватает. <i>Присесть, голову спрятать</i></p>	Запись на флэшке
Музыкально – подвижная игра	«Карлики и великаны»	Развитие умения различать динамику звука, совершенствование двигательных навыков	<p>Дети стоят лицом по кругу, под музыку выполняют разные танцевальные движения. В конце музыкального отрывка подается сигнал: аккорд в высоком или низком регистре. На аккорд в высоком регистре дети становятся «карликами» (упор присев), а на аккорд в низком регистре – «великанами» (поднять руки вверх и приподняться на носочки). Выигрывают те, кто ни разу не ошибся.</p>	Запись на флэшке
Миниатюра	«Мишка»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений	<p>Мишка с куклой бойко топают, Бойко топают, посмотри, <i>Ходьба на месте, руки на поясе.</i> И в ладоши звонко хлопают, Звонко хлопают - раз, два, три. <i>Хлопки в ладоши.</i> Мишке весело, мишке весело, <i>Переступание с наклонами в стороны.</i> Вертит мишенька головой, Кукле весело, тоже весело. <i>Ходьба на месте.</i> Ой, как весело. Ой, ой, ой! <i>Покачивание головой</i></p>	Запись на флэшке

Музыкально – подвижная	«Затейники»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений	Ровным кругом, друг за другом Мы идем за шагом шаг. Стой на месте, дружно вместе. Сделаем вот так. Дети останавливаются, опускают руки. Водящий показывает движение, все повторяют его (2-3.раза), выбирается новый водящий. Игра начинается под звуки марша, а показ движений - без музыки. Повторять движения под соответствующую музыку.	Запись на флэшке
	«Козы»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений	Можно ли козам бодаться, <i>Высокий шаг, показывают «рожки».</i> Если рожки есть? <i>Ходьба по кругу.</i> В пляс девчонкам не пускаться, <i>Подскок, руки на поясе.</i> Если ножки есть? За рога возьмем козленка, <i>«Пружинка».</i> Отведем на луг. <i>Три высоких шага.</i> А девчонку за ручонку <i>Мальчик подает руку девочке.</i> В наш веселый круг, <i>Покачивание руками.</i> В наш веселый круг. <i>Повороты в парах</i>	Запись на флэшке
	«Запрещенное движение»	Развитие внимания, координации движений	Дети стоят полукругом, в центре водящий. Он показывает движения, из которых одно - запрещенное (например «пружинка»). Все повторяют движения, кроме запрещенного. Кто ошибется, становится водящим.	Запись на флэшке
Миниатюра	«Мяч»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений	Мой веселый, звонкий мяч. <i>«Пружинка».</i> Ты куда помчался вскачь? <i>Прыжки на месте.</i> Красный, желтый, голубой- <i>Высокий шаг.</i> Не угнаться за тобой. <i>Присесть, обхватить колени</i>	Запись на флэшке

Музыкально – подвижная игра. (10)	«Канон»	Развитие чувства ритма, такта, внимания	Дети стоят по кругу лицом в центр. На 1 -й такт один ребенок поднимает, например, правую руку, на 2-й такт – следующий делает то же, что и первый, и так по кругу. Затем, когда все поднимут правую руку, игра начинается снова, но, к примеру, с другой руки, либо предлагается другое движение.	Запись на флэшке
Миниатюра (11)	«Мы ехали»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений.	На лошадке ехали, <i>Высокий шаг.</i> До угла доехали. Гоп - гоп-гоп, Гоп - гоп-гоп! <i>Прямой галоп, в руках «вожжи».</i> На машине ехали, Легкий бег, в руках <i>«руль».</i> <i>До реки доехали!</i> <i>«Пружинка»</i> Би-би-би, би-би-би! Пароходом ехали, <i>Ходьба в полуприседе.</i> До горы доехали. У-у-у, у-у-у. То подняться на носки, то опуститься в полуприседе, выполняя волнообразные движения руками	Запись на флэшке
Музыкально – подвижная игра. (II)	«Зеркала»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений, внимания	Дети свободно стоят по залу. Они – «зеркала». Один ребенок - водящий. Он пришел в магазин, где много «зеркал». Отражение (копирование его движений) может быть во всех «зеркала» одновременно, либо показываться в одном-двух. Невнимательное «зеркало» выбывает из игры.	Запись на флэшке
Миниатюра (12)	«Лошадки»	Совершенствование двигательных навыков, координации и движений	Эй, лошадки <i>Высокий шаг.</i> Иго-го-го! <i>Хлопки над головой.</i> Но, лошадки <i>Прямой галоп.</i> Но, но, но. <i>Хлопки перед грудью.</i> Скок, лошадки, <i>Подскоки на месте.</i> Скок, скок. <i>Хлопки внизу.</i> Побежали - <i>Легкий бег.</i> Гоп-гоп-гоп! <i>Хлопки перед грудью</i>	Запись на флэшке

<p>подвижная игра (12)</p>	<p>«Не теряй пару»</p>	<p>Развитие внимания, координации и движений</p>	<p>Дети идут парами по кругу, взявшись за руки. Звучит веселая музыка, дети отпускают пару и подскоками двигаются в свободном направлении. С окончанием музыки необходимо найти свою пару.</p>	<p>Запись на флэшке</p>
----------------------------	------------------------	--	--	-------------------------

Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой

Выполняя дыхательную гимнастику по методике А.Н. Стрельниковой, следует соблюдать следующие правила:

- делать короткий активный вдох носом;
- выдох выполнять через рот;
- вдох делать одновременно с движением;
- все вдохи-движения выполнять в темпе марша;
- считать мысленно, про себя (счет в данной гимнастике идет по 8, а не по 5 или 10, как в традиционной).

Очень полезно развивать дыхательную систему игровым методом: надувать воздушные шары, пускать мыльные пузыри, дуть на плавающие игрушки (шарики, бумажные лодочки), дуть на вертушки, нюхать цветы, гасить пламя свечи, дуть на горячий чай, рисовать через трубочку, при помощи дыхания, играть на игрушечных музыкальных инструментах (дудочки, губные гармошки и т.д.).

"Ладочки"

Исходное положение (и.п.): станьте прямо, согните руки в локтях (локти вниз) и "покажите ладони зрителю" - "поза экстрасенса". Делайте шумные, короткие, ритмичные вдохи носом и одновременно сжимайте ладони в кулаки (хватательные движения). Подряд сделайте 4 резких ритмичных вдоха носом (то есть "шмыгните" 4 раза). Затем руки опустите и отдохните 3- 4 секунды - пауза. Сделайте еще 4 коротких, шумных вдоха и снова пауза.

Активный вдох носом - абсолютно пассивный. Неслышный выдох через рот. Плечи в момент вдоха неподвижны!

Норма: "прошмыгайте" носом 24 раза по 4 вдоха.

Упражнение "Ладочки" можно делать стоя, сидя и лежа.

"Погончики"

И.п.: станьте прямо, кисти рук сожмите в кулаки и прижмите к животу на уровне пояса. В момент вдоха резко толкайте кулаки вниз к полу, как бы отжимаясь от него (плечи напряжены, руки прямые, тянутся к полу). Затем кисти рук возвращаются в и.п. на уровень пояса. Плечи расслаблены - выдох "ушел". Выше пояса кисти рук не поднимайте. Сделайте подряд 8 вдохов-движений. Затем отдых 3-4 секунды и снова 8 вдохов движений.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Погончики" можно делать стоя, сидя и лежа.

"Насос" ("Накачивание шины")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища (основная стойка - о.с.). Сделайте легкий поклон (руками тянуться к полу, но не касаться его) и одновременно - шумный и короткий вдох носом во второй половине поклона. Вдох должен кончиться вместе с поклоном. Слегка приподняться (но не выпрямляться), и снова поклон и короткий, шумный вдох "с пола". Возьмите в руки свернутую газету или палочку и представьте, что накачиваете шину автомобиля. Поклоны делаются ритмично и легко, низко не кланяйтесь, достаточно поклона в пояс. Спина круглая, а не прямая, голова опущена.

"Накачивать шину" нужно в темпоритме строевого шага.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Насос" можно делать стоя и сидя.

Поклон делается едва заметно, но обязательно с шумным и коротким вдохом через нос.

Выдох делается после каждого вдоха самостоятельно (пассивно) через рот, но не открывая его широко.

"Кошка" ("Приседание с поворотом")

И.п.: Станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч (ступни ног в упражнении на должны отрываться от пола). Сделайте танцевальное приседание и одновременно поворот туловища вправо - резкий, короткий вдох. Затем такое же приседание с поворотом влево и тоже короткий, шумный вдох носом. Вправо - влево, вдох справа - вдох слева. Выдохи происходят между вдохами сами, произвольно. Коленки слегка сгибайте и выпрямляйте (приседание легкое, пружинистое, глубоко не приседать). Руками делайте хватательные движения справа и слева на уровне пояса. Спина абсолютно прямая, поворот - только в талии.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Кошка" можно делать также сидя на стуле и лежа в постели

"Обними плечи" (вдох на сжатии грудной клетки)

И.п.: станьте, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч. Бросайте руки навстречу друг другу до отказа, как бы обнимая себя за плечи. И одновременно с каждым "объятием" резко "шмыгайте" носом. Руки в момент "объятия" идут параллельно друг другу (а не крест на крест), ни в коем случае их не менять (при этом все равно, какая рука сверху - правая или левая); широко в стороны не разводить и не напрягать. Освоив это упражнение, можно в момент встречного движения рук слегка откидывать голову назад (вдох с потолка).

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Обними плечи" можно делать также сидя и лежа.

"Большой маятник" ("Насос" + "Обними плечи")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Наклон вперед, руки тянутся к полу - вдох. И сразу без остановки (слегка прогнувшись в пояснице) наклон назад - руки обнимают плечи. И тоже вдох. Кланяйтесь вперед - откидывайтесь назад, вдох с "пола" - вдох с "потолка". Выдох происходит в промежутке между вдохами сам, не задерживайте и не выталкивайте выдох!

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Большой маятник" можно делать также сидя.

"Поворот головы"

И.п.: встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поверните голову вправо - сделайте шумный короткий вдох носом с правой стороны. Затем поверните голову влево - "шмыгните" носом с левой стороны. Вдох справа - вдох слева. Посередине голову не останавливать. Шею не напрягать, вдох не тянуть!

Помните! Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно, через рот.

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно "шмыгайте" носом. Делать эти упражнения можно сидя, а "Повороты головы" и "Ушки" можно даже лежа.

"Ушки" ("Ай-ай")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Слегка наклоните голову вправо, правое ухо идет к правому плечу - шумный короткий вдох носом. Затем наклоните голову влево, левое ухо идет к левому плечу - тоже вдох. Чуть-чуть покачайте головой, как бы мысленно говорите кому-то: "Ай-ай-ай! Как не стыдно!" Смотреть нужно прямо перед собой. Это упражнение напоминает "китайского болванчика".

Вдохи делаются одновременно с движениями. Выдох должен происходить после каждого вдоха (не открывайте широко рот).

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно "шмыгайте" носом. Делать эти упражнения можно сидя, а "Повороты головы" и "Ушки" можно даже лежа.

"Маятник головой" ("Малый маятник")

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Опустите голову вниз (посмотрите на пол) - резкий короткий вдох. Поднимите голову вверх (посмотрите на потолок) - тоже

вдох. Вниз - вверх, вдох с "пола" - вдох с "потолка". Выдох должен успевать "уходить" после каждого вдоха. Не задерживайте и не выталкивайте выдохи (они должны уходить либо через рот, но не видно, не слышно, либо, в крайнем случае - тоже через нос).

Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

"Повороты головы", "Ушки" и "Маятник головой". Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно "шмыгайте" носом. Делать эти упражнения можно сидя, а "Повороты головы" и "Ушки" можно даже лежа.

"Перекаты"

А. И.п.: станьте левая нога впереди, правая сзади. Вся тяжесть тела на левой ноге. Нога прямая, корпус - тоже. Правая нога согнута в колене и отставлена назад на носок, чтобы не потерять равновесие (но на нее не опираться). Выполните легкое танцевальное приседание на левой ноге (нога в колене слегка сгибается) одновременно делая короткий вдох носом (после приседания левая нога мгновенно выпрямляется). Затем сразу же перенесите тяжесть тела на отставленную назад правую ногу (корпус прямой) и тоже на ней присядьте, одновременно резко "шмыгая" носом (левая нога в этот момент впереди на носке для поддержания равновесия, согнута в колене, но на нее не опираться). Снова перенесите тяжесть тела на стоящую впереди левую ногу. Вперед - назад, приседание - приседание, вдох - вдох.

1) приседание и вдох делаются строго одновременно; 2) вся тяжесть тела только на той ноге, на которой слегка приседаем; 3) после каждого приседания нога мгновенно выпрямляется, и только после этого идет перенос тяжести тела (перекат) на другую ногу. Норма 12 раз по 8 вдохов-движений.

Б. И.п.: станьте правая нога впереди, левая - сзади. Повторите упражнение с другой ноги.

"Шаги"

А. "Передний шаг" (рок-н-рол)

И.п.: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поднимите левую ногу, согнутую в колене, вверх, до уровня живота (от колена нога прямая, носок тянуть вниз, как в балете). На правой ноге в этот момент делайте легкое танцевальное приседание и короткий, шумный вдох носом. После приседания обе ноги должны обязательно на одно мгновение принять и.п. Поднимите вверх правую ногу, согнутую в колене, на левой ноге слегка присядьте и шумно "шмыгайте" носом (левое колено вверх - и.п., правое колено вверх - и.п.). Нужно обязательно слегка присесть, тогда другая нога, согнутая в колене, легко поднимется вверх до уровня живота. Корпус прямой.

Можно одновременно с каждым приседанием и поднятием согнутого колена вверх делать легкое встречное движение кисте рук на уровне пояса. Упражнение "Передний шаг" напоминает танец рок-н-рол.

Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно (пассивно), желательно через рот.

Норма 8 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение "Передний шаг" можно делать стоя, сидя и даже лежа.

Б. "Задний шаг"

И.п.: то же. Отведите левую ногу, согнутую в колене, назад, как бы хлопая себя пяткой по ягодицам. На правой ноге в этот момент слегка присядьте и шумно "шмыгните" носом. Затем обе ноги на одно мгновение верните в и.п. - выдох сделан. После этого отведите назад согнутую в колене правую ногу, а налево делайте танцевальное приседание.

Это упражнение можно делать только стоя.

Вдохи и движения делаются строго одновременно.

4 раза по 8 вдохов-движений.

Порядок выполнения:

1. "Ладонки"- 12 раз по 8 вдохов-движений.

2. "Погончики" - 12 раз по 8 вдохов-движений.

3. "Насос" - 12 раз по 8 вдохов-движений.
4. "Кошка" - 12 раз по 8 вдохов-движений.
5. "Обними плечи" - 12 раз по 8 вдохов-движений.
6. "Большой маятник" - 12 раз по 8 вдохов-движений.
7. "Повороты головы" - 12 раз по 8 вдохов-движений.
8. "Ушки" - 12 раз по 8 вдохов-движений.
9. "Маятник головой" - 12 раз по 8 вдохов-движений.
10. "Перекаты"
 - а) 12 раз по 8 вдохов-движений - с левой ноги
 - б) 12 раз по 8 вдохов-движений - с правой ноги
11. "Шаги"
 - а) "Передний шаг" - 32 вдоха-движения.
 - б) "Задний шаг" - 32 вдоха-движения.
 - в) снова "Передний шаг" - 32 вдоха-движения

Упражнения на релаксацию и дыхание

"Драка"

Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук.

"Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь: а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!"

Это упражнение полезно проводить не только с тревожными, но и с агрессивными детьми.

"Воздушный шарик"

Цель: снять напряжение, успокоить детей.

Все играющие стоят или сидят в кругу. Ведущий дает инструкцию: "Представьте себе, что сейчас мы с вами будем надувать шарики. Вдохните воздух, поднесите воображаемый шарик к губам и, раздувая щеки, медленно, через приоткрытые губы надувайте его. Следите глазами за тем, как ваш шарик становится все больше и больше, как увеличиваются, растут узоры на нем. Представили? Я тоже представила ваши огромные шары. Дуйте осторожно, чтобы шарик не лопнул. А теперь покажите их друг другу". Упражнение можно повторить 3 раза.

"Корабль и ветер"

Цель: настроить группу на рабочий лад, особенно, если дети устали.

"Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать как шумит ветер!" Упражнение можно повторить 3 раза.

"Штанга"

Цель: расслабить мышцы спины.

"Сейчас мы с вами будем спортсменами-тяжелатоletами. Представьте, что на полу лежит тяжелая штанга. Сделайте вдох, оторвите штангу от пола на вытянутых руках,

приподнимите ее. Очень тяжело. Выдохните, бросьте штангу на пол, отдохните. Попробуем еще раз".

"Сосулька"

Цель: расслабить мышцы рук. "Ребята, я хочу загадать вам загадку:

У нас под крышей

Белый гвоздь висит,

Солнце взойдет,

Гвоздь упадет. (В. Селиверстов)

Правильно, это сосулька. Давайте представим, что мы с вами артисты и ставим спектакль для малышей. Диктор (это я) читает им эту загадку, а вы будете изображать сосульки. Когда я прочитаю первые две строчки, вы сделаете вдох и поднимете руки над головой, а на третью, четвертую — уроните расслабленные руки вниз. Итак, репетируем... А теперь выступаем. Здорово получилось!"

"Шалтай-Болтай"

Цель: расслабить мышцы рук, спины и груди.

"Давайте поставим еще один маленький спектакль. Он называется "Шалтай-Болтай".

Шалтай-Болтай

Сидел на стене.

Шалтай-Болтай

Свалился во сне. (С. Маршак)

Сначала будем поворачивать туловище вправо-влево, руки при этом свободно болтаются, как у тряпичной куклы. На слова "свалился во сне" — резко наклоняем корпус тела вниз".

"Винт"

Цель: снять мышечные зажимы в области плечевого пояса.

"Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде "Начали" будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали! ...Стоп!" Этюд может сопровождаться музыкой Н. Римского-Корсакова "Пляска скоморохов" из оперы "Снегурочка".

"Насос и мяч"

Цель: расслабить максимальное количество мышц тела.

"Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас — большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Товарищ начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком "с". С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук "с", он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго "с" выпрямилось туловище, после третьего — у мяча поднимается голова, после четвертого — надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком "ш". Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение." Затем играющие меняются ролями.

Подвижные игры, музыкально-подвижные игры, игры-эстафеты, игры-забавы

Эстафета «Сороконожка»

Первый участник обегает кеглю, возвращается к команде, за него цепляется следующий и т. д. Побеждает команда, которая быстрее соберет всех своих участников.

Игра «Дружные ребята»

Под музыку дети бегают враспынную. Как только музыка заканчивается, они должны успеть запрыгнуть на островок, кто не успел, выбывает из игры. С каждым разом островков становится все меньше и меньше.

Эстафета «Передай мяч поверху»

Для этой и последующих двух эстафет необходимо собрать 2 команды и построить их в две колонны, на небольшом расстоянии друг от друга. Ноги чуть шире плеч. Руки вверх. Мяч у капитанов команды. По команде ведущего участники передают мяч поверху. Как только мяч попадет к участнику, стоящему последним, задание меняется. Теперь нужно передавать мяч из рук в руки понизу. Катить мяч по полу запрещено правилами. Побеждает та команда, у капитана которой раньше окажется мяч.

Эстафета «Передай мяч сбоку»

Участники становятся в шеренгу, плечом к плечу. Мяч у капитанов команды. По команде его начинают передать друг другу. Как только мяч попадает к участнику, стоящему последним, все участники поворачиваются кругом, и мяч возвращается к капитану команды с другой стороны. Побеждает та команда, у капитана которой раньше окажется мяч.

Эстафета «Сквозь игольное ушко»

Первый участник бежит до обруча, продевает его через себя, кладет обруч на место и бежит обратно, передавая эстафету.

Игра «Горячая картошка»

Дети встают в круг. По команде ведущей начинают передавать мяч из рук в руки по кругу. Как только ведущая скажет: «Стоп!», игра останавливается. Игрок, у которого мяч оказался в руках выходит из игры. Играют до тех пор, пока не победит последний игрок.

Игра «Нос — ухо — нос».

Игра на внимание. Ведущий говорит «нос», показывает ухо, дети должны показать нос

Игра «Гори-гори ясно» с мячом

Участники игры встают в круг. Ребенок-ведущий с мячом в руках - за кругом. Дети и ведущий идут противходом, произнося слова:

“Гори-гори ясно,

Чтобы не погасло.

Глянь на небо,

Птички летят, Колокольчики звенят!”

После этих слов ведущий незаметно кладет мяч за кем-нибудь из игроков. Все дети считают: “Раз, два, три! Беги!” Ведущий и участник, около которого был положен мяч, бегут вокруг круга в разные стороны. Тот, кто первым оббежал и занял место в кругу, победил. Второй же игрок становится ведущим.

Эстафета «Раз, два – взяли!»

I этап. Команды строятся в две колонны, параллельно одна другой. По сигналу стоящий последним берет один из мягких строительных модулей и передает его вперед. Первый, получив объемную деталь, бежит с ней на «стройплощадку», оставляет ее там и быстро идет в конец колонны. (Родители переносят по две детали.)

II этап. Ребенок залезает в тренажер «Перекасти поле» (полый мягкий цилиндр) - взрослый его катит. Оставляют цилиндр на «стройплощадке» и возвращаются, передают эстафету следующей паре. Выигрывает команда, которая быстрее переправит весь свой стройматериал.

Игра «Капканы»

Участники одной команды встают парами по кругу. Взявшись за руки, взрослый и ребенок образуют «капканы». Участники другой команды по сигналу ведущего (под музыку) бегут по кругу через капканы. С окончанием музыки капканы «захлопываются» – пары опускают руки. Те, кого они поймали, выходят из игры. И так до тех пор, пока все члены одной команды не будут пойманы. Затем команды меняются местами. Выигрывает команда, потратившая меньше времени на «ловлю» соперников.

Эстафета «Если с другом вышел в путь»

проводится под аудиозапись песни «Вместе весело шагать» муз. В. Шаинского.

Участники команд встают парами – родитель и ребенок. Каждая пара (по очереди) берет воздушный шарик и, удерживая его головами, бежит до стойки, обегает ее и возвращается обратно.

Игра «Поймай рыбку».

Участвуют 2 команды. Для игры понадобятся 2 пластмассовых таза, наполовину наполненных водой (вода тёплая) с рыбками и камушками, 2 пустых ведёрка. Нужно добежать до таза, взять рыбку, вернуться назад, положить рыбку в ведёрко и передать эстафету следующему игроку. Побеждает команда, которая первой справится с заданием.

Игра «Передача»

Дети встают в 2 шеренги и передают друг другу полную кружку воды. Выигрывает та шеренга, которая первой закончила передавать кружку, пролив при этом как можно меньше воды.

Игра «Пройди рифы»

Дети выстраиваются за своими капитанами в две колонны. Капитанам завязывают глаза.

Капитаны должны провести «змейкой» свою команду и не задеть «рифы» (кегли.)

Выигрывает команда, на счету которой меньше сбитых кеглей.

Игра «Рыбалка»

Для игры нужно 10 рыбок, два ведёрка, две удочки с крючками. Вызываются по 5 детей. Кто больше поймал рыбок и положил в ведёрко, тот и победил.

Игра – эстафета «Рыбка, плыви»

Для игры понадобятся 4 больших обруча, 2 маленьких обруча (озера), рыбки по количеству детей. Дети делятся на две команды. У каждого игрока в руках «рыбка». По сигналу, играющие «подплывают» под обручи, кладут рыбку в «озеро», и возвращаются к своей команде.

Игра «Караси и щука» под музыкальное сопровождение на фортепиано.

«Щука» находится в центре круга, «карасики» по кромке игрового поля. Воспитатель вызывает несколько «карасиков» и после слов: «щука в море нагулялась, очень уж проголодалась» карасики начинают бегать вокруг «щуки». По сигналу «щука» нападает. «Карасики», до которых дотронется «щука», превращаются в маленьких «щучат» и помогают ловить играющих. Игра длится до тех пор, пока все не станут «Щучатами».

Эстафета «В гости к Карлсону»

Дети залезают на шведскую стенку, срывают конфету и спускаются.

Эстафета «Бег с мячами»

проводится под аудиозапись песни «Полосатый мяч» муз. М. Минкова из телефильма «Ребята с нашего двора». Дети оббегают стойку, держа в руках два мяча, а родители – три. Задача – не потерять мячи.

Игра «Разложи мячи по ведеркам»

Дети собирают мячи, складывая их в ведра соответствующего цвета (синее, желтое, красное, зеленое).

Эстафета «Посадил дед репку»

Играют 2 команды по 6 человек (персонажи сказки). Дети строятся в колонны друг за другом, первым бежит дед, оббегает «репку» (кегли), которая находится на расстоянии 5м, бежит обратно, берет за руку бабу, бегут уже вдвоем, оббегают кеглю, возвращаются, берут за руку внучку, бегут втроем и т. д. Последний персонаж – мышка – хватается кеглю. Цель: прибежать первыми, не расцепив руки.

Эстафета «Доберись до мяча» Участвуют 2 команды. Напротив каждой – 4 обруча, в 4-м лежит мяч. Дети бегут по одному, пролезая в каждый обруч, встают в 4-й, подбрасывают мяч вверх, ловят его, снова кладут в обруч, бегут обратно, осаливают следующего (передают эстафету) и т. д.

Эстафета «Держи мяч»

Зажать мяч между ногами (руками можно поддерживать) и в таком положении прыгать до условленного места. Обратно бежать, держа мяч в руках, передать мяч следующему участнику.

Игра «Букет»

Девочки встают в 3 или 4 кружка. В руках у них цветы 3-4 видов. В каждом кружке выбирается ведущая девочка. У ведущей на голове такой же цветок. Все девочки запоминают свою звеньевую. Под музыку все девочки разбегаются в разные стороны, с окончанием строятся в свои кружки. Выигрывает та команда, чей кружок-букет соберется быстрее.

«Перетягивание каната»

(Дед Мороз читает разные заклинания, дети выполняют действия.)

— Ти-ри, би-ри, мя-ца, бря-ца. Начинают все смеяться! (Все смеются.)

— Ти-ри, би-ри, фи-ти, феть! Начинают все реветь! («Плачут».)

— Ти-ри, би-ри, фи-ти, фать! Начинают все плясать! (Пляшут.)

— Ти-ри, би-ри, баю-бай, Поскорее засыпай! («Засыпают».)

Игра: «Кто скорее»

(На полу раскладываются ленточки в виде лучиков, расходящихся от центра, по кол-ву меньше, чем детей. Играет музыка. С окончанием музыки каждый старается взять одну ленточку. Кому не хватило – выбывает.)

Эстафета «Ядро барона Мюнхгаузена»

Ядро – обычный воздушный шарик, на котором крупно написано: «Ядро». Участник эстафеты должен «оседлать ядро», зажав его между колен и придерживая руками. Таким образом он должен совершить путь до поворотной метки и обратно, передать шарик следующему игроку. Если «ядро» взрывается, команда проигрывает.

Эстафета «Кот в сапогах»

Реквизит этой эстафеты – сапоги очень большого размера (сколько команд, столько и пар), широкополая шляпа для каждой команды. По команде, участники одевают сапоги и шляпу, бегут до поворотной метки, там совершают поклон и возвращаются обратно, передавая эстафету следующему участнику.

Эстафета «Лиса Алиса и кот Базилио» Участники команд разбиваются на пары. В каждой паре одному участнику завязывают глаза и он кладет руку на плечо своему напарнику, который в свою очередь сгибает одну ногу в колене и придерживает ее рукой. В таком вот положении (один – слепой, другой – хромой) они должны дойти до поворотной метки и возвращаются к старту, передавая эстафету следующей паре.

Эстафета «Лягушка – путешественница»

Реквизит – гимнастическая палка. Два самых сильных участника кладут палку на плечи, а третий берется за нее руками и отрывает ноги от земли. По сигналу все трое должны дойти до поворотной метки. Если игрок, висящий на палке, касается во время движения пола, то с команды снимаются штрафные очки. На финише «лягушки» отцепляются от палки и остаются там, а «утки» бегут за следующим участником – «лягушкой». Таким образом, вся команда должна оказаться на старте.

Эстафета «Баба-Яга»

Все помнят, что Баба-Яга путешествует в ступе, помогая при этом помелом. Вместо ступы будет ведро, а вместо помела будет швабра. Участник встает одной ногой в ведро и придерживает его за ручку одной рукой, а в другой руке держит швабру. В таком положении ему надо дойти до поворотной метки, вернуться обратно и передать реквизит следующему участнику.

Игра с мячом «Съедобное-несъедобное»

Ведущая кидает мяч любому ребенку и называет любой предмет. Все, что съедобное, дети должны поймать, а все, что несъедобное, – отбить.

Игра «Море волнуется – раз...»

Водящий произносит считалочку:

Море волнуется - раз, Море волнуется - два,

Море волнуется - три, Фигура на месте замри!

Все участники замирают в позе, изображающей существо или предмет, соответствующий предложенной водящим теме: в виде птиц, зверей и т. п.

Водящий подходит к каждому игроку, рассматривает его фигуру. Выбирает на свой вкус самую удачную. Тот, у кого получилось наиболее живое и остроумное изображение, становится победителем и, одновременно, водящим следующей игры. В предлагаемом варианте ожившая фигура отгадывает загадку или исполняет песню.

Игра «Игрушки»

Играющие стоят в кругу. Ведущий объясняет правила игры: "Если я скажу "неваляшка" - вы должны раскачиваться из стороны в сторону. На слово "солдатык" - маршировать, "юла" - вертено руками, "мячик" - подпрыгивать на месте, "погремушка" - дружно хлопать в ладоши".

Ведущий может изменять показ, темп, а ребята должны внимательно следить за словами и действиями ведущего и правильно выполнять условленные движения

Игра «Ой, ля, калина»

Ведущий говорит слова и показывает движения, дети за ним повторяют, начиная с одной строчки и постепенно добавляя последующие. После того, как выучили все слова и движения, все повторяется несколько с убыстрением.

Ведущий: "Ой, ля, калина" (хлопок руками по коленям, хлопок перед собой, щелчок пальцами)

Ведущий: "Ой, ля, ку-ку". (движения те же)

Все повторяется дважды.

Ведущий: Румба-румба (руки перед грудью, согнуты в локтях - вращательные движения руками)

Ведущий: "Тач-тач-тач" (руки согнуты в локтях, локти прижаты к поясу, кисти рук изображают "клювы утят")

Ведущий: "А-а-а! О-о-о!" (ладонью правой руки описать круг справа, затем ладонью левой руки описать круг слева)

Ведущий: "Пиф! Паф!" (указательными пальцами правой и левой руки указываем сначала вправо, затем влево)

Коммуникативная игра «Два кота»

Та-та два кота стоят парами по кругу

Восемь лапок, два хвоста.лицом к друг другу.

Серый кот в чулане, выполняют хлопки сдвиг друг другом,

Все усы в сметане.поворачиваются спинками

Черный кот полез в подвал и парами двигаются боком

И мышонка там поймал.приставным шагом в центр.

Так же двигаются из круга.

С окончанием, повернувшись

Лицом обхватывают друг друга.

Игра «Жаворонок» Дети встают в круг, в середине водящий с колокольчиком в руках. Дети идут по кругу, водящий бежит противходом. Все поют "В небе жаворонок пел, колокольчиком звенел, порезвился в вышине, спрятал песенку в траве" Слово в траве поём помедленнее, дети останавливаются, а водящий кладёт колокольчик на пол между двумя рядом стоящими детьми. Все произносят слова:"Тот, кто песенку найдёт, будет счастлив целый год". Дети между которыми лежит колокольчик бегут за кругом. Кто первый взял колокольчик, становится водящим.

Игра «Воробьи»: дети встают парами свободно по залу, один впереди (домик воробья), второй сзади (воробей). Выбирается кот. Домики стоят, руки на поясе. Из-за "домиков" выглядывают воробьи, дразнят кота; "Чик-чирик! Трата-та! Не боимся мы кота!" Звучит "воробьиная" музыка, воробьи летают по залу, клюют, прыгают, чистят перья (в общем детское творчество), играю тревожный аккорд, кот проснулся, догоняет воробьев, они стараются спрятаться в домики.

Игра «Лягушки» кладу на пол 3-4 лопуха (сделала из зелёного дермантина), выбираю 3-4 лягушек, они встают каждый напротив своего лопуха, соревнуются, кто быстрее допрыгает по-лягушачьи до своего лопуха. По-лягушачьи это значит, присесть, опереться руками на ладони, руки должны находиться между коленок.

Игра «Принцесса на горошине»

В игре участвуют девочки (3-4).

На табуретки или жёсткие стулья кладут орехи (твёрдые конфеты, пуговицы с ножкой...) и накрывают их куском ткани или полиэтиленовым пакетом.

Например, на первой табуретке лежат 2 ореха, на 2й - 4, на третьей - 3.

Желающие участвовать «принцессы» рассаживаются на табуретках.

В буквальном смысле, «двигая попой», участницы пытаются определить, сколько под ними орехов.

Побеждает та, которая первой правильно «сосчитает» орехи.

Игра «Шерлок Холмс»

Участники замирают в разных позах.

Водящий запоминает позы играющих, их одежду и выходит из комнаты. Дети вносят 5 изменений в позы и одежду. Не каждый пять, а всего пять!

Водящий пытается вернуть всё в исходное состояние.

Если он обнаружил все 5 изменений, то в качестве награды ребята исполняют его желание. Если нет — водит еще раз.

Игра «Верхом на метле»

На полу в цепочку расставлены кегли.

Сидя верхом на метле или швабре, нужно пробежать змейкой между кеглями.

Побеждает тот, кто меньше сбил кеглей.

Игра «Эхо»

Собирайся, детвора! ... ра, ра!

Начинается игра! ... ра, ра!

Ты ладоши не жалеи! ... лей, лей!

Бей в ладоши веселей! ... лей, лей!

Сколько времени сейчас! ... час, час!

Сколько будет через час! ... час, час!

И неправда, будет два! ... два, два!

Думай, думай голова! ... ва, ва!

Как поет в селе петух! ... ух, ух!

Да не филин, а петух! ... ух, ух!

Вы уверены, что так? ... так, так!

А на самом деле как? ... как, как!

Сколько будет дважды два? ... два-два!

Ходит кругом голова! ... ва, ва!

Вы хорошие всегда? ... да, да!

Или только иногда! ... да, да!

Не устали отвечать? ... ать, ать!

Разрешаю помолчать!

Игра «Как живешь?»

Как живешь? Вот так! (показываем класс)

А плывешь? Вот так!

А бежишь? Вот так!
Вдаль глядишь? Вот так!
Ждешь обед? (подпираем подбородок ладонью) Вот так!
Машешь вслед? Вот так!
Утром спишь? Вот так!
А шалишь? Вот так! (надуваем щеки и лопаем)

Игра «Игра на внимание»

Караси в реке живут. (Хлопают.) и говорят «да»
На сосне грибы растут. (Топают.) и нет
Любит мишка сладкий мед. (Хлопают.)
В поле едет пароход. (Топают.)
Дождь прошел — остались лужи. (Хлопают.)
Заяц с волком крепко дружит. (Топают.)
Ночь пройдет — настанет день. (Хлопают.)
Маме помогать вам лень. (Топают.)
Праздник дружно проведете. (Хлопают.)
И домой вы не пойдете. (Топают.)
Нет рассеянных среди вас. (Хлопают.)
Все внимательны у нас. (Хлопают.)
Скоморох: Засиделись мы, друзья
Спортом заниматься будем? Да.
«Аэробика» все делаем под музыку

Игра «Ловля бабочек»

Игроки строятся колоннами перед стартовой чертой. У контрольного флажка каждой команды лежит несколько небольших резиновых мячей и детский сачок. По сигналу ведущего первые игроки команды бегут в флажку, берут сачок и кладут в него один мяч, затем несут его к ведру, которое стоит у стартовой черты, и в него кладут мяч, а сачок передают следующему игроку. Побеждает команда, которая быстрее выполнила задание

Игра «Веселый оркестр»

В игре участвует неограниченное количество человек. Выбирается дирижер, остальные участники делятся на балалаечников, гармонистов, трубачей, скрипачей и т. д. в зависимости от количества участвующих. По сигналу дирижера, который показывает на группу музыкантов, те начинают «играть» на мотив любой известной песенки: балалаечники - «Трям, трям», скрипачи - «тили-тили», трубачи - «туру-ру», гармонисты - «тра-ля-ля». Сложность задания в том, что темп смены музыкантов постоянно увеличивается, дирижер указывает то на одну, то на другую группу, а если дирижер взмахивает двумя руками, то музыканты должны и «играть» все вместе. Можно усложнить выполнение задания, если дирижер сильно взмахивает рукой, то музыканты должны «играть» громко, а если чуть-чуть взмахнет, то музыканты «играют» тихо.

Игра «Собери букет»

Участвуют 2 команды по 8 человек в каждой. 1 ребенок в команде - садовник, остальные – цветы. На голове детей–цветов - шапочки с изображением цветов. Дети-цветы приседают в колонне по одному на значительном расстоянии друг от друга. По сигналу садовники бегут к первому цветку, тот обхватывает садовника за спину. Уже вдвоем бегут к следующему цветку и т. д. Побеждает та команда, которая первой прибежала к финишу.

Игра –забава «Тише едешь»

Участвует любое количество человек. Водящий стоит спиной к игрокам, которые располагаются на значительном расстоянии от него. Пока водящий произносит фразу «Тише едешь — дальше будешь, а приедешь, все забудешь», игроки двигаются вперед. Резко повернувшись после окончания фразы, водящий возвращает на старт тех игроков, которые двигались в этот момент. Произнося фразу в разном темпе, водящий старается не дать возможности игрокам дойти до него.

«Конвейер»

Две группы выстраиваются в колонны, последний игрок каждой получает небольшой мяч. Водящий стоит перед колоннами и подает команды, в соответствии с которыми игроки передают мяч друг другу. Команды обговаривают заранее, например: «Кругом» (передать стоящему впереди, повернувшись вокруг себя), «Хлоп» (стукнув два раза о пол, передать стоящему позади), «Через» (передать мяч игроку стоящему через одного впереди) подаются в быстром темпе. Побеждает команда, которая не запуталась и быстрее передала мяч первому игроку.

Игра «Мышки»

Основы от катушек раскрашивают в разные цвета и привязывают к ним нитки — это «мышки». Грани кубика окрашиваются в те же цвета, что и мышки. Шестеро играющих располагаются вокруг стола, в центре которого вокруг пластикового стаканчика ставят мышек, удерживая в руках их хвосты. Водящий бросает кубик и старается накрыть стаканчиком ту мышку, цвет которой выпал на верхней грани. Игрок в свою очередь пытается убрать мышку, дернув ее за хвост. Пойманная мышка выбывает из игры.

Игра «Пираты Карибского моря»

Для этой игры необходимо взять 3-4 кубика на каждого игрока и листок бумаги, чтобы прятать от других игроков выпавшие очки. В «Пиратах Карибского моря — 2» кубики накрывались стаканами. Все одновременно бросают кубики, и один из играющих делает заявку. Заявка — это количество граней определенного достоинства, выпавшее у всех игроков. Например, игрок считает, что костей с двумя очками у всех в сумме пять, и делает заявку: «пять двоек». Следующий по часовой стрелке игрок может сделать другую заявку, при условии, что в ней названо большее количество кубиков или большее достоинство выпавших очков. Например, после заявки «пять двоек» может

Игра -аттракцион «Кенгуру»

Может участвовать несколько команд, которые выстраиваются в колонны на линии старта.

Первым номерам вручают одинаковые мячи, которые они зажимают между коленями. По сигналу «кенгуру» прыжками движутся к кеглям, установленным на расстоянии 5-8 м, огибают их с правой стороны и, возвращаясь, на линии старта передают мячи вторым номерам и т.д.

Если игрок мяч не удерживает, и мяч укатывается, то участник эстафеты должен снова его поймать, зажать коленями и продолжать прыжки.

Игра «Не задень!»

Играющие становятся в круг, крепко держась за руки.

В середине круга в произвольном порядке, примерно на расстоянии 50 см одна от другой, расставляются кегли.

По сигналу судьи каждый играющий, не разжимая рук, старается натолкнуть на кеглю своих соседей.

Как только первая кегля будет свалена, игра приостанавливается. Кегля ставится вновь, а игрок, сваливший кеглю, выбывает из игры.

Остальные, взявшись за руки, по сигналу возобновляют игру.

Следует помнить, что наталкивать разрешается только руками, не отпуская рук соседей. И еще: если игрок, не уронив кеглю, три раза разорвал цепь (отпустив руку), он выбывает из игры.

К концу игры, когда число участников станет небольшим, можно уменьшить количество кеглей и расстояние между ними.

Игра «Подарки»

Дети делятся на подгруппы, в зависимости от того, какая подгруппа готовила тот или иной подарок. Поочередно каждая подгруппа «уходит в магазин покупать подарки»: дети идут в угол комнаты и договариваются, какими имитационными движениями можно описать их подарок.

После этого дети подходят к «виновнику» торжества и говорят: "Мы подарок приготовили, угадай какой?" Дети показывают движения, а ребенок отгадывает. Ему вручают подарок.

Игру проводят несколько раз с разными подгруппами детей. В последний раз в игру включается воспитатель или заведующая детским садом и вручает ребенку подарок.

В заключение праздника воспитатель приглашает всех присутствующих к праздничному столу.

Описание движений.

Дети стоят по кругу, один из них — в центре.

1—5-й такты — идут по кругу, взявшись за руки, и поют.

6—7-й такты — останавливаются, поднимаются на носки, одновременно поднимая руки.

8—9-й такты — присаживаются на корточки.

10—11-й такты — сходятся к центру круга.

12—13-й такты — отходят назад.

14—18-й такты — хлопают в ладоши. Ребенок, стоящий в центре, пляшет.

Игра «Третий лишний»

В центр ставятся стулья, на 1 меньше, чем число участников. Дети под музыку ходят или бегают вокруг стульев. Внезапно музыка прекращается, надо успеть занять стул. Кому не хватило - выходит из игры. 1 стул убираем и все продолжается. Если детей очень много, в начале игры можно на пол положить листы газеты, но когда остается 3-4 человека, все же лучше поставить стулья.

Игра «Шарик»

Ведущий подбрасывает воздушный шар. Пока он летит, можно шевелиться, коснулся пола - все должны застыть и не улыбаться. Кто не выполнил - выбывает из игры.

«Кто задел?»

Одному ребенку завязывают глаза и поворачивают спиной к остальным. Кто-нибудь легонько задевает его рукой, надо отгадать, кто это? Если отгадал, то задевшему завязывают глаза и он становится "угадайкой".

«Скучно так сидеть»

Вдоль противоположных стен зала стоят стулья. Дети садятся на стулья около одной стены. Читают стишок:

Скучно, скучно так сидеть,

Друг на друга все глядеть.

Не пора ли пробежаться

И местами поменяться?

Как только стишок прочитан, все дети бегут к противоположной стене и стараются занять свободные стулья, которых на один меньше, чем участников игры. Тот, кто остается без стула, выбывает. Потом убирают два стула. Все повторяется до тех пор, пока победитель не займет последний оставшийся стул.

Игра «Кошки-Мышки»

Стулья ставятся по кругу, сиденьями вовнутрь. Половина детей садится на стулья - это "мышки", остальные встают сзади - это "кошки". Одной "кошке" "мышки" должно не хватить, то есть она стоит за пустым стулом. Эта "кошка" подмигивает какой-нибудь "мышке". Задача "мышки": перебежать на пустой стул к подмигнувшему. Задача "кошки", стоящей сзади: руками задержать ее. Если не удержала - сама подмигивает следующей "мышке". Через некоторое время "мышки" и "кошки" меняются ролями.

Игра «Рыбаки и рыбы»

Выбираются 2 "рыбака", остальные - "рыбы". Они ведут хоровод и поют:

В воде рыбки живут,

Нет клюва, а клюют.

Есть крылья - не летают,

Ног нет, а гуляют.

Гнезда не заводят,

А детей выводят.

"Рыбы" разбегаются, "рыбаки" берутся за руки и ловят "рыб". Пойманные "рыбы" присоединяются к "рыбакам", отчего "сеть" становится длиннее, и ловят оставшихся "рыб".

Игра «Дед»

Дети выбирают "деда", затем отходят в сторонку и договариваются о том, что они будут показывать, после чего подходят к "деду".

- Здравствуй, дед!

- Здравствуйте, дети! Где вы были, что вы делали?

- Где мы были, мы не скажем, а что делали, покажем...

Дети делают движения, изображающие какую-либо работу, а "дед" должен угадать, какая это работа. Если отгадает - все разбегаются и он должен кого-нибудь поймать. Если не отгадает - дети снова договариваются и изображают другую работу.

«Игра Бубенцы»

Дети встают в круг. На середину выходят двое - один с бубенцом или колокольчиком, другой - с завязанными глазами. Все поют:

Трынцы-брынцы, бубенцы,

Раззвонились удалцы:

Диги-диги-диги-дон,

Отгадай, откуда звон!

После этих слов "жмурка" ловит увертывающегося игрока.

ЗИМА/ НОВЫЙ ГОД

Весёлая игра «Гномик»

Дети встают в круг. Гномик и Снегурочка – внутри круга. Под музыку дети водят хоровод, Гномик бежит по внутренней стороне круга возле детей. Музыка заканчивается, дети говорят:

Гномик, Гномик, не спеши,
Что нам делать, покажи!

Гномик под музыку выполняет любое танцевальное движение, дети повторяют за ним. Снегурочка надевает шапочку другому ребёнку. Игра повторяется.

«Игрушка по кругу»

Дед Мороз предлагает участникам встать лицом друг к другу. Начинает играть музыка, и игрушка, например кукла с изображением Снегурочки, переходя из рук в руки, движется по кругу. Прекращается музыка, прекращается передача игрушки. Тот, у кого осталась кукла, выбывает из игры. Игра идет до тех пор, пока не останется один человек. Если играющих много, по кругу можно пустить несколько кукол.

«Снежные комья»

В подвешенную (или стоящую на полу) корзину нужно забросить с расстояния 6—7 шагов 6 «снежных комьев» — белых теннисных мячиков. Победит тот, кто справится с этой задачей наиболее точно.

«Снежинки-пушинки»

Снегурочка предлагает нескольким гостям взять с подноса легкие ватные снежинки. Каждый игрок подбрасывает свою снежинку и, дуя на нее, старается продержать ее как можно дольше в воздухе. Тот, кто уронил свою пушинку, может подойти к товарищу и помочь ему выполнить задание Снегурочки.

«Гонки сороконожек»

В достаточно просторном помещении можно провести гонки «сороконожек». Играющие делятся на две команды и выстраиваются в затылок друг другу, взяв впереди стоящих руками за пояс. У противоположной стены ставят стул, который цепочка играющих должна обогнуть, а потом вернуться обратно. Если цепочка разорвалась, ведущий может засчитать команде поражение. Задание можно усложнить и сделать более смешным, если команды будут передвигаться полуприсев, если обе команды будут выполнять задание одновременно.

Вариант этой игры — «Змея». «Голова» — первый в колонне — должна поймать «хвост», который от нее ускользает. Поймав его, «голова» переходит в конец колонны, игра повторяется снова. «Оторвавшиеся» звенья цепи считаются проигравшими и выходят из игры.

«Два Мороза»

Группа ребят находится в одном конце зала (комнаты) за условной чертой. Водящие — Морозы — находятся в середине зала. Они обращаются к ребятам со словами:

— Мы два брата молодые, (Вместе): Два мороза удалые.

— Я — Мороз-красный нос.

— Я — Мороз-синий нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Все отвечают:

— Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз!

Играющие бегут на другую сторону зала за линию «дома». Оба Мороза ловят и «замораживают» перебегающих. Те сейчас же останавливаются на том месте, где их «заморозили». Затем Морозы опять обращаются к играющим, а те, ответив, перебегают зал, вырывая «замороженных»: дотрагиваются до них рукой, и те присоединяются к остальным.

«Две лучше, чем одна»

На полу кладут какие-нибудь три игрушки: мячик, кубик, кеглю. Двое играющих выходят и начинают танцевать вокруг них (игру можно проводить под музыку). Как только музыка

прервется или Дед Мороз подаст команду «Стоп!», каждый игрок должен постараться схватить две игрушки. Кому достанется одна, тот проиграл. Игру можно усложнить: увеличить количество участников и соответственно количество игрушек или предметов. Выигрывает тот, кто схватит большее количество игрушек.

«ЛОВИШКА»

Отбежав от Снеговика (или Деда Мороза), дети останавливаются и, хлопая в ладоши, произносят: "Раз-два-три! Раз-два-три! Ну, скорее нас лови!" С окончанием текста все разбегаются. Снеговик (Дед Мороз) догоняет детей.

«ИГРА С ПОГРЕМУШКАМИ»

Дети, держа в руках погремушки, бегут врассыпную под веселую музыку по залу. С окончанием музыки дети останавливаются и прячут погремушки за спину. Лиса (или другой персонаж, участвующий в игре) ищет погремушки. Она просит детей показать ей сначала одну, потом другую руку. Дети за спиной перекаладывают погремушки из одной руки в другую, как бы показывая, что в руке ничего нет. Лиса удивляется, что погремушки исчезли. Снова звучит музыка, и игра повторяется.

«КТО БОЛЬШЕ НАБЕРЕТ СНЕЖКОВ»

Играют по двое детей. На пол рассыпают снежки из ваты. Детям завязывают глаза и дают по корзинке. По сигналу они начинают собирать снежки. Выигрывает тот, кто набрал большее количество снежков.

«ВАЛЕНКИ»

Перед елкой ставят валенки большого размера. Играют двое детей. По сигналу они оббегают елку с разных сторон. Выигрывает тот, кто обежит елку быстрее и наденет валенки.

«ПРОНЕСИ В МЕШКЕ»

Перед елкой кладут мешок (он перегороден на 2 части, у одной из них нет дна). Дед Мороз вызывает детей, которые хотят покататься в мешке. Он сажает ребенка в мешок и несет его вокруг елки. Другого ребенка он сажает в ту часть мешка, где нет дна. Дед Мороз ходит вокруг елки, а ребенок остается на месте. Дед Мороз возвращается и "удивляется". Игра повторяется.

«ПОЙМАЙ СНЕЖОК»

Участвуют несколько пар. Дети стоят друг против друга на расстоянии приблизительно 4 метров. У одного ребенка пустое ведро, у другого — мешочек с определенным количеством "снежков" (теннисные или резиновые мячи). По сигналу ребенок бросает снежки, а напарник старается поймать их ведром. Выигрывает пара, которая первой закончит игру и наберет большее количество "снежков".

«ЕЛОЧКИ БЫВАЮТ...»

Ведущий говорит: "Елочки бывают...большие, высокие, широкие, толстые...". А дети должны это показывать, причем ведущий делает другие движения, чтобы сбить всех с толку.

«В МЕШКАХ ВОКРУГ ЕЛКИ»

Соревнуются по 2 ребенка. Они становятся в мешки и ногами. Верх мешков держат руками. По сигналу дети бегут вокруг елки в разные стороны. Выигрывает тот, кто прибежит быстрее. Игру продолжает следующая пара.

«ВЫТОЛКНИ ИЗ ОБРУЧА!»

«КТО БЫСТРЕЕ НАДУЕТ ШАРИК»

Играющих может быть 2 — 4 человека. Каждому дают по воздушному шару. По сигналу дети начинают их надувать. Выигрывает тот, кто надует шарик быстрее.

«МЯЧ МЕЖДУ ГОЛОВАМИ»

Соревнуются 4 ребенка. Большой надувной мяч двое детей зажимают головами. По сигналу двое бегут вокруг елки. Побеждает та пара, которая бежит быстрее и не уронит мяч.

«МЫШЕЛОВКА»

Становятся и берутся за руки два самых высоких участника или двое взрослых. Держат руки вверх (такой мини-хоровод) и приговаривают:

"Как нам мыши надоели, все погрызли, все поели. Вот поставим мышеловку, переловим всех мышей".

Остальные участники - мыши - бегают между рук ловцов. На последних словах руки опускаются, "мышеловка" захлопывается, кто попался, тот присоединяется к ловцам. Мышеловка увеличивается, игра повторяется. Побеждает последняя мышка.

ВЕСНА

«ЛЕСНОЕ ЭХО»

Зайчик говорит, а "Эхо" - взрослый за ширмой - отвечает.

Ведущий: Вызовем мы "Эхо", будет нам потеха!

Зайчик (громко): Эхо! Я тебя зову!

Эхо (протяжно): А-у! А-у!

Зайчик (вопросительно): Ты уже поело?

Эхо (утвердительно): Е-ло! Е-ло!

Зайчик (громко): Хочешь пищу заячью?

Эхо (удивленно): Чью? Чью?

Зайчик (доброжелательно): Я тебе морковку дам!

Эхо (жадно): Ам! Ам!

Зайчик (насмешливо): Что, объелся, братец Зай?

Эхо (укоризненно): Ай-ай! Ай-ай!

Зайчик (протяжно): Эхо! Ближе подойди!

Эхо (протяжно): Ты иди! Ты иди!

Зайчик (опасливо): А вдруг там болото?

Эхо (поучительно): То-то, то-то!

Зайчик (соглашаясь): Ладно, я потом приду!

Эхо (протяжно): Жду! Жду!

Зайчик (хвастливо): Гости к нам приехали!

Эхо (протяжно): Е-ха-ли! Е-ха-ли!

Зайчик (с гордостью): Мы их угощаем!

Эхо (удивленно): Ча-ем? Ча-ем?

Зайчик (огорченно): Чаю нету. Есть вода.

Эхо (соглашаясь): Да-да! Да-да!

Зайчик (протяжно): Ну, прощай, пора домой!

Эхо (печально): Ой-ой! Ой-ой!

Зайчик (громко): Не горюй, приду сюда!

Эхо (радостно): Да-да! Да-да!

Ведущий:

Если в лес вы попадете, Эхо там всегда найдете.

С эхом будете дружить, Весело вам будет жить!

Игра «Летает — не летает».

— Комары да мушки! (Дети машут руками и отвечают хором: «Летают!»)

— Зеленые лягушки! (Дети приседают, отвечают хором: «Не летают!» и т.д.)

— Бабочки!

— Стрекозы!

— Белые березы!

— Мухоморы красные!

— Пауки ужасные!

— Галки!

- Перепелки!
- Очень злые волки!
- Воробей!
- Скворец!
- Тут игре конец!

Игра «Чайничек»

Чайничек, крышечка. Крышечка, шишечка.

Шишечка, дырочка... С дырочки пар идет.

Пар идет, дырочка. Дырочка, шишечка...

Шишечка, крышечка. Крышечка, чайничек.

Ритмодекламация разучивается с детьми под любую подходящую по темпоритму мелодию и четко проговаривается, сопровождая слова движениями рук: чайничек - ладони параллельно друг другу

крышечка - ладошка правой руки - крышечкой

шишечка - кулачок

дырочка - пальцы кольцом (знак ОК)

пар идет - указательным пальцем делаются круги по возрастающей.

повторяется трижды, каждый раз с ускорением.

Игра «Прыгай, прыгай веселей, мокрых ножек не жалея!» (по полу раскиданы маленькие обручи, с окончанием музыки нужно занять обруч) после каждого проигрывания несколько обручей убирается и т. д.

ОСЕНЬ

Игра «ФУТБОЛ» нужно: 2 дуги, 2 гимнастические палки и 2 мячика. Две команды детей. Гимнастической палкой довести мяч до дуги и прокатить мяч в "ворота", затем вернуться в команду и передать мяч и палку следующему участнику

«СОБЕРИ ШИШКИ»

В игре участвуют два человека. Они берут по корзине в руки. На пол рассыпаются 10 - 12 шишек. По сигналу дети начинают собирать их в свои корзинки. Выигрывает тот, кто соберет больше шишек.

«СОТИРУЕМ ОВОЩИ»

Играют два человека. В одной стороне зала стоят два ведра, в которых перемешаны морковь и картофель. Каждый ребенок по сигналу бежит с корзиной к ведру и выбирает либо морковь, либо картофель в свою корзину и возвращается назад. Кто быстрее выполнит задание, тот и победил.

«СОБЕРИ СОРНЯКИ»

В игре участвуют 3 человека. По залу рассыпают бумажные вьюны, васильки и листья одуванчика. Детям дают по ведерку. По сигналу они должны собрать сорняки в ведра: один — вьюны, другой листья, третий — васильки. Побеждает ребенок, выполнивший задание быстрее других.

«СОБЕРИ ЛИСТОЧКИ»

В игре участвуют 2 ребенка. На 2 подносах лежат по 1 кленовому листочку, разрезанному на части. По команде дети под музыку собирают по частям листочек. Побеждает тот, кто первый составит листочек из разрозненных частичек

«ПЕРЕЙДИ ЛУЖУ В КАЛОШАХ»

Участвуют по два ребенка. "Лужа" — ковер в центре зала. По сигналу дети надевают калоши и бегут с одного конца ковра до другого и обратно. Побеждает тот, кто прибежит быстрее.

«ПАРОВОЗИК»

В ней участвуют две команды. На полу разложены бутафорские грибы. По сигналу команды змейкой оббегают грибы по "извилистой тропинке" (каждый ребенок держится за плечи впереди стоящего). Считается победителем та команда, которая:

- не уронила ни один гриб;
- не потеряла ни одного участника;
- быстрее оказалась у финиша.

«ФРУКТЫ НА ВЕРЕВОЧКЕ»

У противоположной стены зала ставят две стойки с натянутой между ними веревкой. На веревку за палочки привязаны яблоки и груши. Ребенку завязывают глаза. Он должен дойти до стоек, срезать ножницами любой плод и угадать его на ощупь.

«СОБЕРИ ГРИБЫ»

Играют по двое. Каждому участнику дают пустую корзинку. На полу лежат силуэты грибов. Дети берут по очереди силуэт гриба, называют любой гриб, который знают, и кладут в корзинку. Выигрывает тот, кто больше «собрал» грибов.

«РЕПКА»

Участвуют две команды по 6 детей. Это - дед, бабка, Жучка, внучка, кошка и мышка. У противоположной стены зала 2 стульчика. На каждом стульчике сидит "репка" - ребенки в шапочке с изображением репки. Игру начинает дед. По сигналу он бежит к "репке", оббегает ее и возвращается, за него цепляется (берет его за талию) бабка, и они продолжают бег вдвоем, вновь огибают "репку" и бегут назад, затем к ним присоединяется внучка и т. д. В конце игры за мышку цепляется «репка». Выигрывает та команда, которая быстрее вытянула «репку»

«ПОСАДИ И СОБЕРИ УРОЖАЙ»

Оборудование: 8 обручей, 2 ведра, 4-5 картофелин, 2 лейки.

Участвуют 2 команды по 4 человека.

1-й участник «пашет землю» (кладет обручи).

2-й участник «сажает картошку» (кладет картошку в обруч).

3-й участник «поливает картошку» (оббегает каждый обруч с лейкой).

4-й участник «убирает урожай» (собирает картофель в ведро).

Побеждает более быстрая команда.

«ПУГАЛО»

Звучит музыкальное сопровождение. Дети, каждый из которых "пугало", выходят на середину зала и разводят руки в стороны. Если ведущий говорит: «Воробей!», то надо махать руками. Если ведущий говорит: «Ворона!» — надо хлопать в ладоши.

«ГРИБНИК»

У водящего ("грибника") завязаны глаза. Дети-грибы бегают по залу. Если попадается «мухомор», дети кричат: «Не бери!» Побеждает тот, кто за определенное время «соберет» больше «грибов».

«КЛЕНОВЫЙ ЛИСТОЧЕК»

В игре участвуют два ребенка. На 2 подносах лежат по 1 кленовому листочку, разрезанному на части. По команде дети под музыку собирают по частям листочек. Побеждает тот, кто первый составит листочек из разрозненных частичек.

«ПОСАДИ И СОБЕРИ УРОЖАЙ»

Участвуют 2 команды по 4 человека.

1-й участник «пашет землю» (кладет обручи).

2-й участник «сажает картошку» (кладет картошку в обруч).

3-й участник «поливает картошку» (оббегает каждый обруч с лейкой).

4-й участник «убирает урожай» (собирает картофель в ведро).

Побеждает более быстрая команда.