

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №212» (МБДОУ «Детский сад №212 »)

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
(протокол от 22.08.2024 №1)

УТВЕРЖДЕНО
Приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №212»
от 22.08.2024 №146
И.И. Казакова



дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Ритмическая мозаика»

| | |
|----------------------|--|
| Направленность: | художественная |
| Срок реализации: | 8 месяцев |
| Возраст обучающихся: | 5-6 лет |
| Автор-составитель: | Скрипкина М.П, музыкальный руководитель |

г. Барнаул 2024

Содержание.

| | |
|-------------------------------------|----|
| 1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 2. Содержание программы..... | 5 |
| 3. Планируемые результаты..... | 7 |
| 4. Учебно-тематический план | 8 |
| 5. Ресурсное обеспечение..... | 9 |
| 6. Список литературы | 24 |
| 7. Лист изменений и дополнений..... | 35 |

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ритмическая мозаика» (далее - Программа) разработана с целью создания условий для самореализации и развития личности детей от 5 до 6 лет, укрепления физического и психического здоровья, формирования эстетических интересов, вкуса, потребностей, творческих способностей, а также с целью удовлетворения повышенного спроса родителей воспитанников на предоставление данной услуги.

Актуальность и значимость данной Программы для повышения качества воспитательно-образовательного процесса в МБДОУ «Детский сад №212» (далее - ДОО) заключается в том, что в ДОО созданы необходимые условия для выполнения социального заказа родителей, развития индивидуальных способностей детей, посредством музыкально-ритмической деятельности. Программа призвана воспитывать хореографическую культуру и прививать начальные навыки в искусстве танца. Программа предполагает освоение азов ритмики, азбуки классического танца, изучение танцевальных элементов, исполнение детских бальных и народных танцев. Воспитание способности к танцевально-музыкальной импровизации.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ней интегрированы такие направления, как ритмика, хореография, музыка, пластика, сценическое движение и даются детям в игровой форме и адаптированы для дошкольников. Ее отличительными особенностями являются: активное использование игровой деятельности и значительная часть практических занятий.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Музыкальная мозаика» определяется социальным заказом детей, родителей и осуществляется только по желанию родителей (законных представителей) на договорной основе с ними. Отбора детей по музыкальным и ритмическим способностям не проводится.

Программа разработана в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой для детей дошкольного возраста МБДОУ «Детский сад №212».

Направленность Программы:

-художественная.

При разработке Программы учитываются возрастные психологические и индивидуальные особенности воспитанников.

Форма обучения– очная.

Форма проведения занятий- групповая.

Возраст обучающихся-5-6 лет.

Разделение воспитанников по половой принадлежности не предусматривается.

Срок реализации Программы -8 месяцев.

Цель рабочей программы - развитие творческих способностей детей средствами танцевального искусства, содействие эстетическому и нравственному развитию дошкольников.

Задачи:

Образовательные:

- Обучить детей танцевальным движениям.
- Учить слушать музыку, понимать ее настроение.
- Формировать умение ориентироваться в пространстве, правильную постановку корпуса, рук, ног, головы, пластику, культуру движения, и выразительность.

Воспитательные:

- Развивать у детей
- Формировать нравственно-эстетические отношения между детьми и взрослыми, общую культуру личности ребенка, способность ориентироваться в современном обществе.
- Объединить усилия родителей (законных представителей) и педагога, с целью полноценного и всестороннего развития воспитанников, основанной на общности интересов и эмоциональной поддержке.

Развивающие:

- Развивать творческие способности детей, воображение, фантазию, активность, самостоятельность, коммуникативные способности.
- Укреплять здоровье детей.

Принципы формирования Программы

Принцип доступности и индивидуализации, предусматривающий учет возрастных особенностей и возможностей ребенка и определение посильных для него заданий. Принцип постепенного повышения требований, заключается в постановке перед ребенком и выполнении им все более трудных новых заданий, в постепенном увеличении объема и интенсивности нагрузок.

Принцип систематичности – непрерывность и регулярность занятий. Систематические занятия способствуют не только достижению эффективности обучения, но и дисциплинируют детей, приучают их к методичной регулярной работе и доведению до конца начатого дела.

Принцип сознательности и активности, предполагает обучение, опирающееся на сознательное и заинтересованное отношение воспитанника к своим действиям.

Принцип повторяемости материала, заключается в многократном повторении вырабатываемых навыков. Для поддержания интереса и привлечения внимания детей к занятиям необходимо вносить в

повторяющиеся упражнения некоторые изменения или предлагать разнообразные методы и приемы их выполнения.

Принцип гуманности выражается в безусловной вере в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения.

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в детском коллективе.

Принцип взаимного сотрудничества и доброжелательности: общение с ребенком строится на доброжелательной и доверительной основе.

Содержание программы

Программа «Ритмическая мозаика» состоит из 6 разделов:

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

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

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

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

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

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

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

Структура занятия

Организованный вход в зал.

Цель: создать эмоциональный настрой, сосредоточить внимание.
поклон – приветствие, классический экзерсис.

Подготовительная часть.

Цель: разогреть мышцы, упражнять в танцевальных движениях.

- а) специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры);
- б) танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и двигательной гимнастики);
- в) образно- танцевальные композиции, имеющие сюжетный характер, жесты и пантомимические этюды).

Основная часть.

Цель: разучивание новых танцевальных композиций или повторение пройденного материала.

Заключительная часть.

Цель: развитие творческих способностей детей.

игры, направленные на развитие творческих способностей детей

Организованный выход из зала.

Поклон-прощание.

Все занятия проводятся в игровой форме, это способствует поддержанию у воспитанников интереса на протяжении всего периода обучения.

Возрастные характеристики воспитанников 5-6 лет

На 6-м году жизни ребенка его движения становятся все более осознанным и носят преднамеренный характер. Развивается способность понимать задачу, поставленную воспитателем, самостоятельно выполнять указания педагога. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети постепенно овладевают умением планировать свои практические и игровые действия, стремятся к результативности. Оценка ребенком движений, как своих, так и товарищей, приобретает более развернутый и обоснованный характер, что обуславливает большую ее объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Для старших дошкольников характерно стремление к совершенствованию в двигательной деятельности. При разумной педагогической направленности оно оказывает большое влияние на развитие личностных качеств ребенка. Развитие моральных и волевых качеств детской личности – важная сторона педагогического руководства двигательной деятельностью в процессе физического воспитания. Достижимый в старшей группе уровень развития детей в большой мере определяет готовность к учению в школе и перспективы дальнейшего совершенствования.

Планируемые результаты

Предполагаемые умения и навыки детей 5-6 лет.

К концу года воспитанник будет уметь:

- импровизировать под музыку, используя знакомые танцевальные движения;

- сочинять несложные танцевальные движения;

- показывать в движении основные средства музыкальной выразительности;

- выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;

- исполнять танцевальные элементы и танцы, разученные в учебном году, артистично, выразительно, музыкально точно.

К концу года воспитанник будет знать:

- музыкальные размеры, разновидности темпа и характера музыки;

- хореографические названия изученных элементов.

Учебно-тематический план

| Возраст детей | Продолжительность занятий | Форма оказания услуги | Количество занятий в месяц | | | | | | | | Количество занятий в год | Срок реализации |
|---------------|---------------------------|-----------------------|----------------------------|--------|---------|--------|---------|------|--------|-----|--------------------------|-----------------|
| | | | октябрь | ноябрь | декабрь | январь | февраль | март | апрель | май | | |
| 5-6 лет | 25 минут | групповая | 9 | 8 | 9 | 6 | 8 | 9 | 9 | 8 | 66 | 8 мес |

Календарный учебный график

| | | | |
|--|---|---|---------------------------------------|
| 1. Продолжительность учебного года | | | |
| Учебный год | с 02. 10.2024 по 28.05.2025 | | |
| 2. Каникулярное время, праздничные (нерабочие дни) | | | |
| День народного единства | 04.11.2024 | 2 дня с 3.11.2024 по 4.11.2024 | |
| Новогодние праздники | 29.12.2024 08.01.2025 | 10 дней с 29.12.2024 по 08.01.2025 | |
| День Весны и Труда; | 01.05.2025 | 4 дня с 01.05.2025 по 04.05.2025 | |
| День Победы | 09.05.2024 | 4 дня с 08.05.2025 по 11.05.2025 | |
| 3. Режим занятий: занятия проводятся по расписанию, утвержденному заведующим ДОО 2 раза в неделю | | | |
| 5. Период обучения по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам | | | |
| Продолжительность учебного года | Сроки оказания платной образовательной услуги | Количество и продолжительность занятий в день | Количество занятий в неделю |
| 33 недели 66 занятий | 03.10.2023- 30.05.2024 | 1 раз в день 5-6 лет 25 мин | 2 раза в неделю понедельник, среда |

Ресурсное обеспечение Программы

Программа обеспечивается необходимыми условиями для ее качественной реализации.

При проектировании предметно – пространственной среды, обеспечивающей ритмическую деятельность детей, учитывались:

- индивидуальные и социально – психологические особенности воспитанников;
- особенности эмоционально – личностного развития;
- интересы, склонности, предпочтения и потребности;
- любознательность, исследовательский интерес и творческие способности;
- возрастные особенности.

Оснащение:

- Физкультурный зал

Перечень оборудования:

- музыкальный центр;
- мультимедийная система;
- фортепиано;
- детские музыкальные инструменты;
- костюмы;
- набор CD – дисков с записями;
- атрибуты: обручи, мячи разных размеров, скакалки, платочки, султанчики, флажки, атласные ленты и т.п.

Формы аттестации

Конечным результатом освоения Программы предполагается участие в открытом занятии. При оценке и анализе умений и навыков учитывается возраст ребенка, его способности, достижения за конкретный промежуток времени.

| Способы выявления результатов в освоении программы | Форма предъявления и демонстрации образовательных результатов |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> -наблюдение в процессе образовательной деятельности; -творческие задания; -викторина; -мониторинг. | открытое мероприятие «Ритмическая мозаика» |

Оценочные материалы результатов обучения воспитанников по ДООП «Ритмическая мозаика»

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

Метод диагностики – наблюдение за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий (на основе репертуара программы).

Карта диагностики уровня музыкального и психомоторного развития воспитанника.

| № п/п | Параметры | Год рождения | Начало года | Конец года |
|----------|--|-----------------|-------------|------------|
| | Ф.И. ребёнка | | | |
| 1 | Интерес и потребность в музыкальном движении | | | |
| 2 | Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности) | | | |
| 3 | Эмоциональность , выразительность исполнения | | | |
| 4 | Креативность (способность к импровизации в движении под музыку: оригинальность, разнообразие используемых движений) | | | |
| 5 | Развитие двигательных навыков: - освоение разнообразных видов движений; - гибкости, ловкости | | | |
| 6 | Формирование двигательных качеств: - координации, точности, ловкости движений; - гибкости, пластичности | | | |
| 7 | Подвижность, лабильность нервных процессов (умение переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой. Менять направление движения, | | | |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | перестраиваться). | | |
| 8 | Формирование правильной осанки | | |
| 9 | Формирование навыков ориентировки в пространстве | | |

Шкала оценки детей (3-х бальная):

Высокий уровень (3 балла) - движения выражают музыкальный образ и совпадают с фразами;

Средний уровень (2 балла) - передают только общий характер, темп и метроритм;

Низкий уровень (1 балл) – движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентированы на начало и конец звучания, а также на счёт и показ взрослого.

Список литературы

1. Барышникова Т. Азбука хореографии. Редактор М.Е. Гурьянова, художник Ю.Д.Федичкин. «Айрис-пресс». Москва, 2001г.
2. Буренина А. И. Ритмическая мозаика. (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
3. Горшкова Е.В.От жеста к танцу. 1кн. «Методика и конспекты занятий по развитию у детей 5 -7 лет творчества в танце». М.: Издво « Гном». 2002.
4. Каплунова И, Новоскольцева И. Потанцуй со мной, дружок. Санкт-Петербург .Изд-во «Композитор». 2010.
5. Каплунова И., Новоскольцева И .Топ-топ, каблучок. 1, 2 книга. Санкт-Петербург .: Изд-во. «Композитор» 2010.
6. Слуцкая. С.Л. Танцевальная мозаика. Хореография в детском саду. М.: Линка-Пресс.2006. Антипина Е.А. Театрализованная деятельность в детском саду. М., 2009.

Приложение

Календарно-тематический план кружка «Ритмическая мозаика» на 2022/2023 учебный год

| п/п | Дата | Игроритмика | Игрогимнастика | Игротанцы | Танцевально-ритмическая гимнастика | Игропластика | Музыкально-подвижная игра |
|-----|------------|---|---|--|------------------------------------|--------------|---------------------------|
| 1 | 02.10.2024 | Хлопки на каждый счет и через счет | Перестроение в колонну и шеренгу. Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля»). Построение в круг ОРУ: движения прямыми и согнутыми руками | Танец «Полька-хлопушка» (музыка польки) Первая, вторая, позиции ног и рук. Танцевальная разминка Приставной и скрестный шаг в сторону | | | «Музыкальное эхо» |
| 2 | 07.10.2024 | Удары ногой на каждый счет и через счет | Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («Змейкой») ОРУ: стойки на согнутых ногах, движения туловищем и головой | Первая, вторая, позиции ног и рук. Танцевальная разминка Приставной и скрестный шаг в сторону | | | «Музыкальное эхо» |

| | | | | | | | |
|---|------------|---|--|---|---------------------------------|---|-------------------|
| | | | | | | | |
| 3 | 9.10.2024 | Шаги на каждый счет и через счет | Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («Змейкой») ОРУ: движения ногами | Танцевальная разминка Танец «Матушка-Россия» Приставной и скрестный шаг в сторону | | | Игра «Космонавты» |
| 4 | 14.10.2024 | Шаги на каждый счет и через счет | Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение в круг. ОРУ: все изученные упражнения | Танец «Матушка-Россия» | Ритмическая гимнастика «Часики» | | Игра «Космонавты» |
| 5 | 16.10.2024 | На первый счет - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза. | Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению. Перестроение в круг. | Танец «Старый жук» (полька) | Ритмическая гимнастика «Часики» | Упражнения на укрепление мышц живота и спины «Велосипед», «Морская звезда», «Орешек», «Кобра» | Игра «Поезд» |
| 6 | 21.10.2024 | На первый счет - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза; на пятый счет- притоп, на | Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению в образно-двигательных | Танец «Старый жук» (полька) | Ритмическая гимнастика «Часики» | Упражнения для развития гибкости | Игра «Поезд» |

| | | | | | | | |
|----|------------|---|---|---|--|--|---------------------------|
| | | шестой, седьмой, восьмой счет-пауза | действиях. | | | | |
| 7 | 23.10.2024 | На первый счет - хлопок, на второй, третий, четвертый счет – пауза; на пятый счет- притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет-пауза | Построение в шеренгу. Повороты переступанием по распоряжению в образно-двигательных действиях | Танец «Старый жук» (полька) | Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» | Упражнения для развития мышечной силы в заданиях. «Игра по станциям» | Игра «Поезд» |
| 8 | 28.10.2024 | Шаги на 4 счета | Построение в шеренгу и колонну | Ритмический танец «Автостоп» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» | | Игра «Конники-спортсмены» |
| 9 | 30.10.2024 | Топающие шаги на 4 счета | Бег по кругу и по ориентирам («Змейкой») | Сочетание приставных и скрещенных шагов в сторону Ритмический танец «Автостоп» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» | | Игра «Конники-спортсмены» |
| 10 | 02.11.2024 | На первый счет - притоп, на второй, третий, четвертый счет – | Бег по кругу и по ориентирам («змейкой») Равновесие на | Вторая, третья, позиции рук, третья и четвертая позиции | Ритмическая гимнастика «Часики» | Упражнения для развития мышечной силы | Игра «Найди предмет» |

| | | | | | | | |
|----|------------|---|--|---|---|--|---------------------------|
| | | пауза, на пятый счет – притоп, на шестой, седьмой, восьмой счет – пауза | одной ногое | ног Сочетание приставных и скрещенных шагов в сторону Ритмический танец «Автостоп» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошади» | | |
| 12 | 06.11.2024 | На каждый счет по очереди поднимают руки вперед, затем также опускают | Построение в круг Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах Полуприседы, выставление ноги в сторону | Вторая, третья, позиции рук, третья и четвертая позиции ног | Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» | | Игра «Найди предмет» |
| 13 | 11.11.2024 | На каждый счет по очереди хлопают в ладоши | Построение в круг Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 градусов на шагах Полуприседы, выставление ноги в сторону | Вторая, третья, позиции рук, третья и четвертая позиции ног | Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» | Упражнение «Змея», упор лежа на бедрах | Игра «Найди предмет» |
| 14 | 13.11.2024 | На каждый счет по очереди хлопают в ладоши | Передвижение шагом и бегом. Построение в круг | Ритмический танец «Большая стирка» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» | | Игра «Музыкальные стулья» |
| 15 | 18.11.2024 | Воспроизведение | Передвижение | Ритмический | Ритмическая | | Игра |

| | | | | | | | |
|----|------------|--|--|---|---|----------------------------------|------------------------------|
| | | динамики звука: Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – ослабление силы звука. | шагом и бегом. Построение в круг ОРУ: все изученные упражнения | танец «Большая стирка» | гимнастика «Часики» Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» | | «Музыкальные стулья» |
| 16 | 20.11.2024 | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. На четыре счета – поднять руки вверх. на четыре счета – опустить, вращательную | Построение в шеренгу | Порядок: перевод рук по позициям Комбинация из мягких, высоких и приставных шагов с хлопками | Танцевально-ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» | Упражнения для развития гибкости | Игра «Музыкальные стулья» |
| 17 | 25.11.2024 | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. 1-4 – руки в сце- | Построение в шеренгу, сцепление за руки. | Комбинация из мягких, высоких и приставных шагов с хлопками | Танцевально-ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» | | Игра «Автомобили» |

| | | | | | | | |
|----|------------|---|---|--|---|---------------------------------------|-------------------|
| | | плении вверх 5-8 – руки вниз, 1-2 – руки в сцеплении вверх, 3-4 руки вниз, 5-8 повторить счет 1-4 | | | | | |
| 18 | 27.11.2024 | Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. 1-4 – руки в сцеплении вверх 5-8 – руки вниз, 1-2 – руки в сцеплении вверх, 3-4 руки вниз, 5-8 повторить счет 1-4 | Построение в шеренгу, сцепление за руки. | Комбинация из мягких, высоких и приставных шагов с хлопками | Танцевально-ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» | Упражнения для развития мышечной силы | Игра «Автомобили» |
| 19 | 02.12.2024 | На каждый счет по очереди хлопают в ладоши | Построение врассыпную ОРУ: сочетания упоров с движением ногами | Прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад, тоже с поворотом на 360 градусов Танец «Большая прогулка» | | | Игра «Воробьишки» |
| 20 | 04.12.2024 | Выполнение | Построение в ше- | Танец | Танцевально- | | Игра |

| | | | | | | | |
|----|------------|---|--|--|--|-------------------------------------|---|
| | | простых движений руками в различном темпе | ренгу, сцепление за руки. | «Большая прогулка» | ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» | | «Воробьшки» |
| 21 | 09.12.2024 | Выполнение простых движений ногами в различном темпе | Построение в рассыпную | Танец «Большая прогулка» | Ритмическая гимнастика «Часики» Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» | Игроздания «Художественная галерея» | Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг |
| 22 | 11.12.2024 | Выполнение простых движений руками и ногами в различном темпе | Построение в рассыпную ОРУ: сочетания упоров с движением ногами Построение в шеренгу, сцепление за руки. | Переменный и русский хороводный шаг. Пятая и шестая позиции ног | Образно-беговое упражнение «Ну, погоди!» | | Игра «Усни-трава» |
| 23 | 16.12.2024 | Выполнение простейших движений рука- | Построение в круг | Переменный и русский хороводный шаг. | Образно-беговое упражнение | Игровые задания «Магазин игрушек» | Игра «Усни-трава» |

| | | | | | | | |
|----|------------|---|--|--|--|------------------------------|--------------------|
| | | ми в различном темпе: И.п. – упор присев 1-4 – встать, руки вверх 5-8 упор присев. | | | «Ну, погоди!» | | |
| 24 | 18.12.2024 | Выполнение простейших движений руками в различном темпе: И.п. – упор присев 1-4 – встать, руки вверх 5-8 упор присев | Построение в круг | Переменный и русский хоро- водный шаги. Комбинация из изученных шагов | Образно- беговое уп- ражнение «Ну, погоди!» | Гимнастика «Выставка картин» | Игра «Усни- трава» |
| 25 | 23.12.2024 | Выполнение простейших движений руками в различном темпе: И.п. – основная стойка лицом в круг. 1-4 – руки плав- но вверх. 5-8 –плавно вниз. 1-4 – плавно в | Построение в круг ОРУ-изученные упражнения | Комбинация на изученных ша- гах И.п. – стойка руки на пояс, левым боком к центру круга 1-8 - восемь прыжков с ноги на ногу, другую сгибая назад 1-8 – восемь таких же | Ритмическая гимнастика «Часики» Танцевально- ритмическая гимнастика «Карусель- ные лошад- ки» | Гимнастика «Выставка картин | Игра «Автом обили» |

| | | | | | | | |
|----|------------|---|-------------------------|--|---|---|----------------------------------|
| | | стороны. 5-8 – плавно вниз. | | прыжков с по- воротом на 360 градусов, руки в стороны | | | |
| 26 | 25.12.2024 | Выполнение простейших движений рука- ми в различном темпе: И.п. – основная стойка лицом в круг. 1-4 – руки плав- но вверх. 5-8 – плавно вниз. 1-4 – плавно в стороны. 5-8 – плавно вниз. | Построение в круг | Комбинация на изученных шагах | Танцевально- ритмическая гимнастика «Сосулька» | | Игра «Птица без гнезда» |
| 27 | 28.12.2024 | Выполнение простейших движений рука- ми в различном темпе: И.п. – стойка правая рука вверх 1-4 – правая рука плавно вниз | Построение шеренгу в | Ритмический танец «Большая стирка» | Танцевально- ритмическая гимнастика «Сосулька» | Упражнения для развития мышеч- ной силы | Игра «Два Мороза » |

| | | | | | | | |
|----|------------|--|--|--------------------------------------|---|--|----------------------------------|
| | | 5-8 –левая рука плавно вверх | | | | | |
| 28 | 13.01.2025 | Выполнение простейших движений рука- ми в различном темпе: И.п. – стойка правая рука вверх 1-4 – правая рука плавно вниз 5-8 –левая рука плавно вверх | Построение в шеренгу | Ритмический танец «Автостоп» | Образно- беговое уп- ражнение «Ну, погоди!» Танцевально- ритмическая гимнастика «Сосулька» | | Игра «Два Мороза » |
| 29 | 15.01.2025 | Движения рука- ми: 1-4 – 1 шеренга руки плавно вперед. 5-8 – 2 шеренга – тоже 1-4 – 1 шеренга руки плавно вниз 5-8 – 2 шеренга – тоже | Построение в две шеренги напротив друг друга ОРУ с платочком: взмахи, передачи, наклоны, поворо- ты Равновесие на одной ноге | Ритмический танец «Вару- Вару» | | | Игра «Птица без гнезда» |
| 30 | 20.01.2025 | | Построение в две шеренги напротив друг друга | Ритмический танец «Вару- Вару» | Танцевально- ритмическая гимнастика | | Музы- кально- под- |

| | | | | | | | |
|----|------------|--------------------------------------|---|-------------------------------|---|---------------------------------------|---|
| | | | Общеразвивающее упражнение с платочком | | «Упражнение с платочком» | | вижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг |
| 31 | 22.01.2025 | | Построение в две шеренги напротив друг друга и перестроение в 2 круга | Ритмический танец «Вару-Вару» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с платочком» | | Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг |
| 32 | 27.01.2025 | Выполнение простейших движений рука- | Построение в круг | Ритмический танец «Вару-Вару» | Повторить все изученные комплек- | Упражнения для развития мышечной силы | Игра «Карлики и |

| | | | | | | | |
|----|------------|---|---|-----------------------------|---|--|--|
| | | ми в различном темпе | | | сы упражне- ний | | великан ы» |
| 33 | 29.01.2025 | Выполнение простейших движений руками в различном темпе | Построение в круг | Танец «Матушка-Россия» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с платочком» Повторить все изученные комплексы упражнений | | Игра «Карлики и великаны» |
| 34 | 03.02.2025 | Шаги на 4 счета | Построение в круг, шеренгу и несколько колонн | Танец «Старый жук» (полька) | Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с платочком» | | Музыкально-творческая игра «Ай, да я!» |
| 35 | 05.02.2025 | Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг | Построение в круг, шеренгу и несколько колонн | Танец «Матушка-Россия» | Образно-беговое упражнение «Ну, погоди!» | | Музыкально-творческая игра «Творческая импровизация» |

| | | | | | | | |
|----|-------------|---|---|---|----------|---|-------------------------|
| 36 | 10.02. 2025 | Ходьба на носках («кошечка») и с высоким подниманием бедра («цапля») Хлопки на каждый счет и через счет | Построение в шеренгу и колонну. Танцевальная разминка | Приставной и скрестный шаг в сторону Бальный танец «Конькобежцы» (падепатинер) | | Упражнения «Укрепи животик», «Укрепи спинку», «Отдых» | «Кот и мыши» |
| 37 | 12.02. 2025 | Передвижение в обход, шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («Змейкой») | Построение в шеренгу и колонну. Танцевальная разминка Удары ногой на каждый счет и через счет Комбинированные упражнения в стойках, в седах и в положении лежа. Прыжки. | Шаги галопа вперед и в сторону Бальный танец «Конькобежцы» (падепатинер). Поклоны и реверансы | | Упражнения «Укрепи животик», «Укрепи спинку», «Отдых» | Игра «Пятнашки»(с алки) |
| 38 | 17.02. 2025 | Ходьба на каждый счет и через счет с хлопками в ладоши. | Построение в шеренгу и колонну. Построение по ориентирам Танцевальная разминка | Поклоны и реверансы Шаги галопа вперед и в сторону Бальный танец «Конькобежцы» (падепатинер). | | | «Волк во рву» |
| 39 | 19.02. 2025 | Ходьба на каж- | Построение в ше- | Поклоны и ре- | Комплекс | | «Волк |

| | | | | | | | |
|----|-------------|---|--|--|--|--|-----------------------|
| | | дый счет и через счет с хлопками в ладоши. | ренгу и колонну. Построение по ориентирам | верансы Шаги галопа вперед и в сторону Бальный танец «Конькобежцы» | упражнений «Зарядка» | | во рву» |
| 40 | 24.02. 2025 | Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта | Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по команде | Шаги галопа вперед и в сторону Шаг польки и шаг с подскоком Танец «Полька» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Птицы» | | «Волк во рву» |
| 41 | 26.02. 2025 | Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта | Построение в шеренгу и колонну. Повороты налево, направо по команде | Шаги галопа вперед и в сторону Шаг польки и шаг с подскоком Танец «Полька» | Комплекс упражнений «Зарядка» | | Игра «Группа, смирно» |
| 42 | 03.03. 2025 | Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта | Построение в шеренгу Повороты в колонну по команде Перестроение из колонны в несколько кругов на | Шаги галопа вперед и в сторону Шаг польки и шаг с подскоком Танец «В | «Всадник»-упражнения на стуле | | Игра «Группа, смирно» |

| | | | | | | | |
|----|-------------|--|---|---|------------------------------------|--|---|
| | | | шаге и беге | ритме польки» | | | |
| 43 | 05.03. 2025 | Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта | Построение в шеренгу Повороты в колонну по команде Перестроение из колонны в несколько кругов на шаге и беге | Поклоны и реверансы Позиции рук, перевод рук из позиций. Полуприседы и подъемы на носки Шаги галопа вперед и в сторону Шаг польки Танец «Модный рок» | «Всадник»-упражнения на стуле | | Игра «Пятнашки»(с алки) |
| 44 | 10.03. 2025 | Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот | Построение в шеренгу Повороты в колонну по команде Перестроение из колонны в несколько кругов на шаге и беге | Позиции рук, перевод рук из позиций. Полуприседы и подъемы на носки Танец «Модный рок» | Комплекс упражнений «Зарядка» | | Игра на определение характера музыкального произведения |
| 45 | 12.03. 2025 | Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками | Перестроение из колонны в несколько кругов на | Поклоны и реверансы Позиции рук, | Упражнения для пальчиков «Ванечка- | | Игра «Пятнашки»(с |

| | | | | | | | |
|----|-------------|---|---|---|---|---------------------------------|--|
| | | через счет и на-оборот | шаге и беге | перевод рук из позиций. Танец «Модный рок» | пастух» | | алки) |
| 45 | 17.03. 2025 | Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и на-оборот | Перестроение из колонны в несколько кругов на шаге и беге | Пружинистые движения на полуприседе, кик Бальный танец «Падеграс» Поклоны и реверансы | Упражнения для пальчиков «Ванечка-пастух» | | Игра «Пятнашки»(с алки) |
| 46 | 19.03. 2025 | Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и на-оборот | Перестроение из колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам ОРУ, танцевальная разминка | Пружинистые движения на полуприседе, кик Бальный танец «Падеграс» Поклоны и реверансы | «Всадник»-упражнения на стуле | | Игра «Пятнашки»(с алки) с замораживанием |
| 47 | 24.03. 2025 | Гимнастическое дирижирование-тактирование на музыкальный размер 2/4 | Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам | Шаги: русский попеременный, с притопом и шаг с припаданием Танец Макарена» | Упражнение «4 таракана и сверчок» | Упражнения на развитие гибкости | Игра «Группа, смирно» |
| 48 | 26.03. 2025 | Гимнастическое дирижирование-тактирование на музыкальный | Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. | Шаги: русский попеременный, с притопом и шаг с припада- | Упражнение «4 таракана и сверчок» Упражнения | | Игра «Найди свое место» |

| | | | | | | | |
|----|-------------|---|--|---|--|---|------------------------------------|
| | | размер 2/4 | Размыкание по ориентирам | Комбинация в русском стиле Танец «Макарена» | для пальчиков «Ванечка-пастух» | | |
| 49 | 31.03. 2025 | Ходьба по кругу на каждый счет и через счет | Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам ОРУ с лентой | Танец «Русский хоровод» | | | Игра «Пятнашки»(с алки) с домиками |
| 50 | 02.04. 2025 | Бег по кругу. Упражнение «Кочки» | Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам ОРУ с лентой | Танец «Русский хоровод» | «Облака» упражнения с двумя лентами | Упражнения на передачу характера животных | Игра «Пятнашки»(с алки) с домиками |
| 51 | 07.04. 2025 | Движения туловищем в различном темпе | Перестроение из одной шеренги в несколько по ориентирам ОРУ с лентой | Танец «Травушка-муравушка» | «Облака» упражнения с двумя лентами | Упражнения на развитие гибкости. Партерная гимнастика | Игра «Пятнашки»(с алки) парами |
| 52 | 09.04. 2025 | Движения туловищем в различном темпе | Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентирам | Танец «Травушка-муравушка» | Комплекс упражнений «Зарядка», Упражнение «4 таракана и сверчок» | | Игра «Пятнашки»(с алки) парами |

| | | | | | | | |
|----|-------------|---|---|--|--|--|---|
| 53 | 14.04. 2025 | Бег по кругу. Упражнение «Кочки» | Построение в шеренгу и колонну. Повороты налево, направо по команде | Поклоны и реверансы, позиции рук. Комбинации на изученных русских шагах. Танец «Кик» | Упражнение танцевально-бегового характера «Бег по кругу» | Партерная гимнастика, упражнение «Волны шипят» | Игра на определение характера музыкального произведения |
| 54 | 16.04. 2025 | Гимнастическое дирижирование-тактирование на музыкальный размер 2/4. Ходьба с увеличением темпа, переход на бег и обратно | Построение в шеренгу | Танец «Давай танцуй» | Упражнение танцевально-бегового характера «Бег по кругу» | | Игра на определение динамики музыкального произведения |
| 55 | 21.04. 2025 | Ходьба на каждый счет, хлопki через счет и другие сочетания ритмического рисунка. | Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!» при шаге на месте-переступанием. Строевой шаг на | Ритмический танец с хлопками Поочередное пружинное движение но- | | | Игра «Дирижер-оркестр» |

| | | | | | | | |
|----|-------------|---|--|--|--|---|---------------------|
| | | Перестроение и размыкание по ориентирам | месте, походный шаг в передвижении ОРУ: упражнения, изученные ранее | гами в стойке ноги врозь | | | |
| 56 | 23.04. 2025 | Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3 с поворотом в сцеплении за руки. Размыкание на вытянутые руки | Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!» при шаге на месте-переступанием. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении Ходьба и бег по звуковому сигналу | Ритмический танец с хлопками Прыжки на 2-х и одной ноге, с ноги на ногу | | | Игра «Трансформеры» |
| 57 | 28.04. 2025 | Хлопки и удары ногой на сильную долю такта трехдольного м/р Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3 с поворотом в сцеплении за | Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!» при шаге на месте-переступанием. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвижении Ходьба и бег по | Ритмический танец «Слоненок» | | Упражнения для развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях(партерная гимнастика) «Гимнаст», «Лыжник», «Ло- | Игра «Трансформеры» |

| | | | | | | | |
|----|-------------|--|---|---|---|--|---|
| | | руки. Размыкание на вытянутые руки | звуковому сигналу ОРУ «Зарядка» | | | дочка», «Ежик» | |
| 59 | 30.04. 2025 | Хлопки и удары ногой на силь- ную долю такта трехдольного м/р | Строчные приемы «Направо!», «На- лево!», «Кругом!» при шаге на месте- переступанием. Строчной шаг на месте, походный шаг в передвиже- нии Ходьба и бег на внимание ОРУ «Зарядка» | Хореогр.упр-я «Открытие» руки в сторону и на пояс, дви- жение ноги по «кресту». Поочередное пружинное движение но- гами в стойке ноги врозь | Танцевально- ритмическая гимнастика «Марш» | | Музы- кально- под- вижная игра «Круг и кру- жочки» |
| 60 | 05.05. 2025 | Гимнастическое дирижирование- тактирование м/р $\frac{3}{4}$ И.П.- стойка ру- ки вверх 1-руки с акцен- том вниз 2- руки в сторо- ны 3-руки вверх | Перестроения в шеренгу, в колон- ну и в круг | Русский поклон Ритмический танец «Полька тройками» | Танцевально- ритмическая гимнастика «Марш» | Упражнения для развития гибко- сти в образных и игровых двига- тельных дейст- виях(партерная гимнастика) | Игра «Дири- жер- оркест р» |
| 61 | 07.05. 2025 | Ходьба на каж- дый счет, хлоп- ки через счет и | Упражнения в ходьбе и беге на внимание | Ритмический танец «Полька тройками» | | Упражнения для развития мы- шечной силы в | Музы- кально- под- |

| | | | | | | | |
|----|-------------|--|--|--|--|--|--|
| | | другие сочетания ритмического рисунка. Хлопки и удары ногой сильной доли двухдольного и трехдольного м/р | Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3 с поворотом в сцеплении за руки. ОРУ с флажками | | | образных и игровых двигательных действиях(партерная гимнастика) | вижная игра «Запев-припев» |
| 62 | 12.05. 2025 | Гимнастическое дирижирование-тактирование м/р 4/4 И.П.- стойка руки вверх 1-руки с акцентом вниз 2- руки перед грудью 3-руки с акцентом в стороны 4-руки вниз | Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3 с поворотом в сцеплении за руки. | Тройной при-топ, «елочка», «припадание с поворотом» Танец «Московский рок» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с флажками» | Упражнения для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях(партерная гимнастика) | Музыкально-подвижная игра «Запев-припев» |
| 63 | 14.05. 2025 | | Перестроение из трех колонн в круг | Комбинация из изученных шагов в русском характере Ритмический танец «Полька тройками» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Три поросенка» | Комплекс упражнений: «Винтик», «Часики-ходики», «Журавль», «Улитка», «Мост», «Лягушка», «Крестик» | Музыкально-творческая игра «Займи место» |

| | | | | | | | |
|----|-------------|--|---------------------------------------|---|--|---|--|
| 64 | 19.05. 2025 | Упражнение «Ритмическое эхо» | Перестроение из круга в 2 колонны | Перевод рук по позициям Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны. Движения «Ковырялочка», «Тройной притоп» Ритмический танец «Круговая кадриль» м/р 2/4 | Танцевально-игровое упражнение «Никола, ни двора» | | Музыкально-подвижная игра «Горелки» |
| 65 | 21.05. 2025 | Упражнение «Ритмическое эхо» | Перестроение из круга змейкой в линии | Русский поклон. Нога в сторону на пятку с наклоном в сторону, руки в стороны. Движения «Ковырялочка», «Тройной притоп» Ритмический танец «Круговая кадриль» | Танцевально-ритмическая гимнастика «Три поросенка» | Комплекс упражнений: «Винтик», «Часики-ходики», «Журавль», «Улитка», «Мост», «Лягушка», «Крестик» | Музыкально-подвижная игра «Делай как я!» |
| 66 | 26.05. 2025 | Открытое мероприятие «Ритмическая мозаика» | | | | | |

Лист внесения дополнений и изменений