

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

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
(протокол от 26.08.2025 г №1)

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №212»
от 26.08.2025 г № 122
Л.И.Казакова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Ритмическая мозаика»
на 2025-2026 учебный год

Направленность: художественная

Срок реализации: 8 месяцев

Возраст обучающихся: 5-6 лет

Автор-составитель: Скрипкина М.П.

Музыкальный руководитель

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 «Ритмическая 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».

Тип программы:

-модифицированная, разработанная на основе авторской программы Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика» (Программа по ритмической пластике для детей дошкольного и младшего школьного возраста). — 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000г.

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 «Игрогимнастика» 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. Достигаемый 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	7	8	9	7	63	8 мес

Календарный учебный график

1. Продолжительность учебного года		
Учебный год	с 01.10.2025 по 27.05.2026	
2. Каникулярное время, праздничные (нерабочие дни)		
День народного единства	04.11.2025	3 дня 2.11.- 4.11.2025
Новогодние праздники	31.12.2025 11.01.2026	12 дней 29.12.- 11.01.2026

День защитника Отечества	23.02.2026	3 дня 21.02-23.02.2026	
Международный женский день	08.03.2026	3 дня 7.03-9.03.2026	
День Весны и Труда;	01.05.2026	3 дня с 01.05.2026 по 03.05.2026	
День Победы	09.05.2026	3 дня с 09.05.2026 по 11.05.2026	
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
32 недели 63 занятий	01.10.2025-27.05.2026	1 раз в день5-6 лет 25 мин	2 раза в неделю по-недельник, 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 СД – 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.

	Ф.И. ребёнка	Год рождения	
№ п/п	Параметры	Начало года	Конец года
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 балльная):

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 мозайка. 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 2025/2026 учебный год

п/п	Дата	Игроритмика	Игрогимнастика	Игротанцы	Танцевально-ритмическая гимнастика	Игропластика	Музыкально-подвижная игра
1	01.10.2025	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	06.10.2025	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	8.10.2025	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	13.10.2025	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	15.10.2025	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	20.10.2025	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	22.10.2025	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 лошади»	Упражнения для развития мышечной силы в заданиях. «Игра по станциям»	Игра «Поезд»
8	27.10.2025	Шаги на 4 счета	Построение в шеренгу и колонну	Ритмический танец «Автостоп»	Танцевально-ритмическая гимнастика «Карусельные лошади»		Игра «Конники-спортсмены»
9	29.10.2025	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 лошади»		Игра «Конники-спортсмены»
10	05.11.2025	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	10.11.2025	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	12.11.2025	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	17.11.2025	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	19.11.2025	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 «Карусель- ные лоша- дки» Танцевально- ритмическая гимнастика «Песня коро- ля»		«Музыкальные стулья»
16	24.11.2025	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	26.11.2025	Выполнение различных простых движений руками в различном темпе. 1-4 – руки в сцеп-	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	01.12.2025	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	03.12.2025	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	08.12.2025	Выполнение	Построение в ше-	Танец	Танцевально-		Игра

		простых движений руками в различном темпе	ренгу, сцепление за руки.	«Большая прогулка»	ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека»		«Воробьишки»
21	10.12.2025	Выполнение простых движений ногами в различном темпе	Построение врассыпную	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	15.12.2025	Выполнение простых движений руками и ногами в различном темпе	Построение врассыпную ОРУ: сочетания упоров с движением ногами Построение в шеренгу, сцепление за руки.	Переменный и русский хороводный шаги. Пятая и шестая позиции ног	Образно-беговое упражнение «Ну, погоди!»		Игра «Усни-трава»
23	17.12.2025	Выполнение простейших движений руками	Построение в круг	Переменный и русский хороводный шаги.	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	22.12.2025	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	24.12.2025	Выполнение простейших движений руками в различном темпе: И.п. – основная стойка лицом в круг. 1-4 – руки плавно 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	29.12.2025	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	12.11.2026	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	14.01.2026	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	19.01.2026	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	21.01.2026		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	26.01.2026		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	28.01.2026	Выполнение простейших движений руками-	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	02.02.2026	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	04.02.2026	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	09.02.2026	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	11.02. 2026	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» (падепати-нер)		Упражнения «Укрепи животики», «Укрепи спинку», «Отдых»	«Кот и мыши»
37	16.02. 2026	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» (падепати-нер). Поклоны и реверансы		Упражнения «Укрепи животики», «Укрепи спинку», «Отдых»	Игра «Пятнашки» (с алки)
38	18.02. 2026	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» (падепати-нер).			«Волк во рву»
39	25.02. 2026	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 сто- рону Бальный танец «Конькобеж- цы»	упражнений «Зарядка»		во рву»
40	02.03.2026	Хлопки и удары ногой на силь- ные и слабые доли такта	Построение в ше- ренгу. Повороты налево, направо по команде	Шаги галопа вперед и в сто- рону Шаг польки и шаг с подско- ком Танец «Полька»	Танцевально- ритмическая гимнастика «Птицы»		«Волк во рву»
41	04.03.2026	Хлопки и удары ногой на силь- ные и слабые доли такта	Построение в ше- ренгу и колонну. Повороты налево, направо по коман- де	Шаги галопа вперед и в сто- рону Шаг польки и шаг с подско- ком Танец «Полька»	Комплекс упражнений «Зарядка»		Игра «Групп а, смирно »
42	11.03. 2026	Хлопки и удары ногой на силь- ные и слабые доли такта	Построение в ше- ренгу Повороты в колонну по ко- манде Перестроение из колонны в не- сколько кругов на	Шаги галопа вперед и в сто- рону Шаг польки и шаг с подско- ком Танец «В	«Всадник»- упражнения на стуле		Игра «Групп а, смирно »

			шаге и беге	ритме польки»			
43	16.03. 2026	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	18.03.2026	Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и на оборот	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	23.03.2026	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	25.03.2026	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	30.03.2026	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	01.04.2026	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	06.04.2026	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	нием Комбинация в русском стиле Танец «Мака-рена»	для пальчиков «Ванечка-пастух»		
49	08.04.2026	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	13.04.2026	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	15.04.2026	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	20.04.2026	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	22.04.2026	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	27.04.2026	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	29.04.2026	Ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Пе-	Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!» при шаге на месте-переступанием. Строевой шаг на	Ритмический танец с хлопками Поочередное пружинное движение но-			Игра «Дирижер-оркестр»

		рестроение и размыкание по ориентирам	месте, походный шаг в передвиже- нии ОРУ: упражнения, изученные ранее	гами в стойке ноги врозь			
56	04.05.2026	Ходьба на каж- дый счет, хлоп- ки через счет и другие сочета- ния ритмическо- го рисунка. Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3 с поворотом в сцеплении за руки. Размыкание на вытянутые руки	Строевые приемы «Направо!», «На- лево!», «Кругом!» при шаге на месте- переступанием. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвиже- нии Ходьба и бег по звуковому сигналу	Ритмический танец с хлоп- ками Прыжки на 2-х и одной ноге, с ноги на ногу			Игра «Транс формер ы»
57	06.05.2026	Хлопки и удары ногой на силь- ную долю такта трехдольного м/р Перестроение из колонны по 1 в колонны по 3 с поворотом в сцеплении за	Строевые приемы «Направо!», «На- лево!», «Кругом!» при шаге на месте- переступанием. Строевой шаг на месте, походный шаг в передвиже- нии Ходьба и бег по	Ритмический танец «Слоненок»		Упражнения для развития мы- шечной силы в образных и иг- ровых двига- тельных дейст- виях(партерная гимнастика) «Гимнаст», «Лыжник», «Ло-	Игра «Транс формер ы»

		руки. Размыкание на вытянутые руки	звуковому сигналу ОРУ «Зарядка»			дочка», «Ежик»	
59	13.05.2026	Хлопки и удары ногой на силь- ную долю такта трехдольного м/р	Строевые приемы «Направо!», «На- лево!», «Кругом!» при шаге на месте- переступанием. Строевой 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	18.05.2026	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	20.05. 2026	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	25.05.2026	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	27.05. 2026		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»

Лист внесения дополнений и изменений