

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 60
МАДОУ детский сад № 60**

620025 г. Екатеринбург, переулок Утренний, 3

E-mail: madou60.or@yandex.ru

Сайт: <http://60.tvoyasadik.ru>

Телефон/факс: 8(343)252-35-53/252-35-53

Принято:

Педагогический совет МАДОУ
детского сада № 60

Протокол № 7 от «21» 08 2019

Утверждено:

Заведующий МАДОУ детского сада № 60

Пантюхина В.В.



**Дополнительная общеобразовательная
программа
Спортивный кружок «Крепыш»**

Составитель:
Махонина О.В.,
инструктор по физической культуре

Содержание

I. Пояснительная записка	3
II. Календарный учебный график	8
III. Учебный план	10
IV. Учебно-тематический план	11
4.1. Средняя группа (дети 4-5 лет)	
4.2. Старшая группа (дети 5-6 лет)	14
4.3. Подготовительная группа (дети 6-7 лет)	17
V. Содержание программы	21
5.1. Средняя группа (дети 4-5 лет)	
5.2. Старшая группа (дети 5-6 лет)	31
5.3. Подготовительная группа (дети 6-7 лет)	40
VI. Планируемые результаты	50
VII. Форма оценки планируемых результатов	50

I. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная образовательная программа спортивного кружка «Крепыш» (далее Программа) для детей 4-7 лет является дополнительной образовательной программой физкультурно-оздоровительной направленности и имеет нормативный срок освоения 3 года.

Нормативно - правовую базу Программы составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» октября 2013 г. № 1155)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 № 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

Программа определяет содержание дополнительной услуги спортивного кружка «Крепыш». Содержание Программы включает задачи физического, художественно-эстетического направлений развития дошкольников среднего и старшего дошкольного возраста с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность. Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребенка, формируется личность человека.

Ребенок дошкольного возраста интенсивно растет и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях все чаще стали применяться различные нетрадиционные средства физического воспитания детей. Наиболее популярной является ритмическая гимнастика и ритмический танец.

Преимуществами этого направления физического развития является доступность, эффективность и эмоциональность. Доступность этого вида основывается на простых общеразвивающих упражнениях. Эффективность – в ее разностороннем воздействии на опорно-двигательный аппарат,

сердечнососудистую, дыхательную и нервную системы человека. Эмоциональность достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения танцевально-ритмической гимнастики, но и образовательными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

Педагогическая эффективность и целесообразность программы определена тем, что ведущим методом проведения занятий является игровой метод. Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Освоение содержания Программы направлено на естественное развитие организма ребенка, морфологическое и функциональное совершенствование его отдельных органов и систем, благодаря увеличению двигательной активности ребенка в режиме дня, положительному психологическому настрою.

Цель: содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой гимнастики.

Задачи:

Укрепление здоровья: способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата; формировать правильную осанку; содействовать профилактике плоскостопия; содействовать развитию и функциональному совершенствованию всех систем организма.

Совершенствование психомоторных способностей: развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, 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 мелкую моторику и координацию движения рук.

Развитие творческих способностей: развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность; формировать навыки самовыражения (под музыку); развивать эмоциональность, раскрепощенность и творчество в движениях; воспитывать инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи.

Основная отличительная особенность программы состоит в преобладании нетрадиционных видов движений и упражнений – танцевально- ритмической гимнастики, нетрадиционных видов упражнений и креативной гимнастики. В

танцевально-ритмическую гимнастику входят такие упражнения, как игрогимнастика, игроритмика и игротанец.

Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, акробатические упражнения, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями.

Креативная гимнастика включает музыкально-творческие игры и музыкально-ритмические задания творческого характера.

Срок реализации программы 3 года.

По Программе дополнительного образования обучаются:

- дети средней группы (5-й год) – первый год обучения,
- дети старшей группы (6-й) – второй год обучения,
- дети подготовительной группы (7-й) – третий год обучения.

Возрастные особенности детей, которые необходимо учесть при реализации задач программы.

Дети **пятого года** жизни отличаются высокой активностью. Это создает новые возможности для развития самостоятельности во всех сферах их жизни. Дети среднего дошкольного возраста значительно более развиты физически. Их движения увереннее и разнообразнее. В средней группе важно наладить разумный двигательный режим, наполнить жизнь детей разнообразными подвижными играми, игровыми заданиями, танцевальными движениями под музыку, хороводными играми.

Дети **шестого года** жизни отличаются активизацией ростового процесса: изменяются пропорции тела, совершенствуются движения, двигательный опыт детей расширяется, активно развиваются двигательные способности, заметно улучшается координация и равновесие. У детей активно развиваются крупные мышцы туловища и конечностей, но все еще слабыми остаются мелкие мышцы, особенно кистей рук. Необходимо больше внимания уделять развитию мелкой моторики.

Движения детей **седьмого года** жизни отличаются достаточной скоординированностью и точностью. Дети лучше ориентируются в пространстве, хорошо различают направление движения, скорость, смену темпа и ритма. Заметно увеличилось проявления волевых усилий при выполнении отдельных упражнений, стремление добиться хорошего результата. Проявляются личные интересы мальчиков и девочек в выборе физических упражнений и подвижных игр.

Программа рассчитана на 64 часа (2 часа в неделю). Содержание программы, ее цели и задачи не повторяют задач физического развития дошкольников, определенных Федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования.

Продолжительность одного занятия в младшей группе не должна превышать 15 мин, в средней -20 мин, в старшей 25 мин, в подготовительной группе 30 мин.

Характеристика разделов программы

Раздел «Игроритмика» является основной 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 основной 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.

Танцевальные «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.

II. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года	учебная неделя - 5 дней (выходные дни – суббота, воскресенье) 32 учебных недели в год, исключая праздничные дни, объявленные правительством РФ		
Максимальное количество и продолжительность платных образовательных услуг в течение дня, в неделю по возрастным группам	Продолжительность одного занятия, мин	Количество занятий на одного ребенка в неделю	Объем нагрузки в неделю на одного ребенка, не более
Средняя группа	20	2	40
Старшая группа	25	2	50
Подготовительная группа	30	2	60
Минимальный перерыв между разными видами организованной образовательной деятельности	10 мин		

Месяц	неделя	Средний возраст		Старший возраст		Подготовительная к школе группа	
		НОД	мин.	НОД	мин.	НОД	мин.
X	1	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	2	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	3	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	4	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
XI	1	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	2	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	3	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	4	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
XII	1	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	2	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	3	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	4	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
I	1	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	2	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	3	НОД	40 мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.

	4	НОД	40 мин.	НОД	50 мин	НОД	60 мин
II	1	НОД	40мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин
	2	НОД	40мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин
	3	НОД	40мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин
	4	НОД	40 мин.	НОД	50 мин	НОД	60 мин
III	1	НОД	40мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин
	2	НОД	40мин	НОД	50 мин.	НОД	60 мин
	3	НОД	40мин.	НОД	50 мин.	НОД	60 мин.
	4	НОД	40 мин.	НОД	50 мин	НОД	60 мин
IV	1	НОД	40мин.	НОД	50 мин	НОД	60 мин.
	2	НОД	40мин.	НОД	50 мин	НОД	60 мин.
	3	НОД	40мин	НОД	50 мин	НОД	60 мин.
	4	НОД	40 мин	НОД	50 мин	НОД	60 мин
V	1	НОД	40мин	НОД	50 мин.	НОД	60 мин
	2	НОД	40мин	НОД	50 мин.	НОД	60 мин
	3	НОД	40мин	НОД	50 мин	НОД	60 мин
	4	НОД	40 мин.	НОД	50 мин	НОД	60 мин
Итого за год			21,3ч.		26,6ч.		32ч.

III. Учебный план по дополнительной образовательной программе спортивный кружок «Крепыш»

Наименование программы	Форма предоставления услуги	Средняя гр. (4-5 лет)		Старшая гр. (5-6 лет)		Подгот. гр. (6-7 лет)				
		Продолжительность 1 занятия								
		20 минут		25 минут		30 минут				
		Нагрузка								
		в месяц	в год	в месяц	в год	в месяц	в год			
Дополнительная образовательная программа «Крепыш»		160 мин.	1280 мин.	200 мин.	1600 мин.	240 мин.	1920 мин.			
		Количество								
		в неделю	в месяц	в год	в неделю	в месяц	в год			
1. Игроритмика	групповая	2	8	64	2	8	64	2	8	64
2. Игрогимнастика	групповая									
3. Игротанцы	групповая									
4. Танцевально-ритмическая гимнастика	групповая									
5. Игропластика	групповая									
6. Пальчиковая гимнастика	групповая									
7. Музыкально-подвижные игры	групповая									
8. Игры-путешествия	групповая									
9. Креативная гимнастика	групповая									

IV. Учебно-тематический план
4.1. Средняя группа (дети 4-5 лет)

Неделя	№ занятия	Тема	Кол-во занятий
Сентябрь			
1 неделя	№ 1, 2	Педагогический мониторинг	2
2 неделя	№ 3,4	Строевые упражнения «Кошечка», «Цапля». Игроритмика «Веселые ладошки». Музыкально-подвижная игра «Найди свое место»	2
3 неделя	№ 5,6	Строевые упражнения «Кошечка», «Цапля». Игроритмика «Веселые ладошки». Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»	2
4неделя	№ 7,8	Строевые упражнения «Змейка». Игроритмика «Веселые ладошки». Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»	2
Итого			8
Октябрь			
1 неделя	№ 9,10	Строевые упражнения «Змейка», «Хоровод» Игроритмика «Веселые шаги» Музыкально-подвижная игра «Космонавты» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	2
2 неделя	№ 11,12	Танцевальные шаги: приставной шаг и скрестный шаг в сторону. Строевые упражнения «Цапля». Игроритмика «Веселые ладошки». Игровой самомассаж «Ладочки»	2
3 неделя	№ 13,14	Строевые упражнения «Змейка». Игроритмика «Горошинка» Музыкально-подвижная игра «Космонавты»	2
4 неделя	№ 15,16	Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Игровой самомассаж «Гусеница»	
Итого			8
Ноябрь			
1 неделя	№ 17,18	Ритмический танец «Полька-хлопушка» Танцевальные шаги: приставной шаг и скрестный шаг в сторону. Акробатические упражнения.	2
2 неделя	№ 19,20	Игроритмика «Тик-так». Строевые упражнения «Светофор» Музыкально-подвижная игра «Космонавты»	2
3 неделя	№ 21, 22	Сюжетная игра «Космическое путешествие на Марс»	2
4 неделя	№ 23, 24	Строевые упражнения – построение в шеренгу, перестроение в круг. Ритмический танец «Добрый жук». Игроритмика – притопы. Танцевально – ритмическая гимнастика «Часики»	2
Итого			8
Декабрь			
1 неделя	№ 25, 26	Пальчиковая гимнастика «Гномы». Строевые упражнения «Лыжники». Музыкально-подвижная игра «Поезд» Акробатические упражнения «Буратино»	2
2 неделя	№ 27, 28	Строевые упражнения «Лыжники»	2

		Игроритмика «Маг- волшебник» Ритмический танец «Добрый жук» Подвижная игра «Поезд»	
3 неделя	№ 29, 30	Пальчиковая гимнастика «Гномы» Танцевально – ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек» Подвижная игра «Конники – спортсмены»	2
4 неделя	№ 31, 32	Сюжетная игра – путешествие « На выручку карусельных лошадок»	2
Итого			8
Январь			
1 неделя	№ 33,34	Строевые упражнения « Быстро по местам» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Скакалка»	2
2 неделя	№ 35,36	Танцевально – ритмическая гимнастика «Песня короля» Игропластика «Велосипед», «Змея» Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»	2
3 неделя	№ 37, 38	Строевые упражнения «Передвижение шагом и бегом» Игроритмика «Тик-так» Ритмический танец «Воробьиная дискотека»	2
4 неделя	№ 39,40	Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Семья» Танцевально – ритмическая гимнастика «Песня короля» Музыкально-подвижная игра «Автомобили»	2
Итого			8
Февраль			
1 неделя	№ 41, 42	Сюжетная игра – путешествие «Путешествие в кукляндию»	2
2 неделя	№ 43, 44	Строевые упражнения «Построение в шеренгу» Танцевальные шаги – прыжки с ноги на ногу Ритмический танец «Большая прогулка»	2
3 неделя	№ 45, 46	Креативная гимнастика «Художественная галерея...» Танцевально – ритмическая гимнастика «Часики», «Карусельные лошадки», «Песня короля» Игропластика «Улитка», «Морской лев», « Медуза»	2
4 неделя	№ 47, 48	Строевые упражнения «Солдатики» Игропластика «Деревья» Музыкально-подвижная игра «Воробушки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек»	2
Итого			8
Март			
1 неделя	№ 49,50	Музыкально-подвижная игра «Усни – трава» Танцевально – ритмическая гимнастика « Ну, погоди...» Креативная гимнастика «Выставка картин»	2
2 неделя	№ 51, 52	Сюжетная игра «Лесные приключения»	2
3 неделя	№ 53, 54	Строевые упражнения - построение в круг Игроритмика «Вправо – влево» Ритмический танец «Скакалка» Музыкально-подвижная игра «Хомячок» Игровой самомассаж «Умывалочка»	2
4 неделя	№ 55, 56	Строевые упражнения «Солнышко» Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны»	2

		Танцевально – ритмическая гимнастика « Ну, погоди!» «Сосулька». Упражнение с платочками	
Итого			8
Апрель			
1 неделя	№ 57, 58	Ритмический танец « Вару – вару» Музыкально-подвижная игра «Усни – трава» Танцевально – ритмическая гимнастика « Ну, погоди!» упражнение на дыхание «Перышко»	2
2 неделя	№ 59, 60	Пальчиковая гимнастика «Человечки», «Игра на рояле» Игропластика «Лисица» Танцевально – ритмическая гимнастика «Мы – друзья» Креативная гимнастика «Ай, да я!»	2
3 неделя	№ 61, 62	Строевые упражнения – построение в колонну, шеренгу, круг Игроритмика «Хомячок» Музыкально-подвижная игра «Погода» Креативная гимнастика «Создай образ»	2
4 неделя	№ 63, 64	Игроритмика «Прятки» Ритмический танец «Матушка Россия» Музыкально-подвижная игра «Звездочет» Танцевально – ритмическая гимнастика «Песня короля» Упражнение на дыхание	2
Итого			8
Май			
1 неделя	№ 65, 66	Игроритмика «Громко-тихо». Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стулья». Ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека». Танцевально – ритмическая гимнастика «Улыбка»	2
2 неделя	№ 67, 68	Сюжетная игра – путешествие «В мире музыки и танца»	2
3 неделя	№ 69, 70	Строевые упражнения «Лучики», Ритмический танец « Вару – вару», Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны». Танцевально – ритмическая гимнастика «Хоровод». Упражнение на дыхание.	2
4 неделя	№ 71, 72	Пальчиковая гимнастика «Веселые пальчики». Игропластика «Змея». Танцевально – ритмическая гимнастика «У оленя дом большой». Игровой самомассаж. Мониторинг	2
Итого			8
Итого за год			72

4.2. Старшая группа (дети 5-6 лет)

Неделя	№	Тема	Количество занятий
Сентябрь			
1 неделя	№ 1,2	Педагогический мониторинг Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета. Игропластика «Укрепи животик», «Укрепи спинку» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	2
2 неделя	№ 3,4	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета. Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	2
3 неделя	№ 5,6	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика «Ходьба на счет и через счет» Общеразвивающие упражнения без предмета. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	2
4 неделя	№ 7,8	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика «Ходьба на счет и через счет» Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стулья»	2
Итого			8
Октябрь			
1 неделя	№ 9,10	Строевые упражнения – построение в шеренгу и колонну по сигналу. Игроритмика «Хлопки и притопы» Музыкально-подвижная игра «Волк во рву» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	2
2 неделя	№ 11,12	Танцевальные шаги «Шаг галопа в сторону и вперед» Строевые упражнения «Цапля». Игроритмика «Веселые ладошки». Игровой самомассаж «Ладочки»	2
3 неделя	№ 13,14	Строевые упражнения «Змейка». Бальный танец «Конькобежцы». Музыкально-подвижная игра «Волк во рву»	2
4 неделя	№ 15,16	Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Игровой самомассаж «Гусеница»	2
Итого			8
Ноябрь			
1 неделя	№ 17,18	Хореографическое упражнение – поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка». Танцевальные шаги: приставной и скрестный шаг в сторону. Акробатические упражнения	2
2 неделя	№ 19,20	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Хлопки и притопы» Танцевальные шаги: шаг с поскачком. Ритмический танец «Полька». Игровой самомассаж	2
3 неделя	№ 21,22	Сюжетная игра «Путешествие на северный полюс»	2

4 неделя	№ 23,24	Строевые упражнения – построение в шеренгу, перестроение в круг по сигналу. Ритмический танец «Полька». Игроритмика – притопы. Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка»	2
Итого			8
Декабрь			
1 неделя	№ 25,26	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники». Креативная гимнастика «Снежинка». Акробатические упражнения «Гимнасты». Музыкально-подвижная игра «Пятнашки»	2
2 неделя	№ 27,28	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг-волшебник». Ритмический танец «Модный рок», «В ритме польки». Подвижная игра «Стрекоза»	2
3 неделя	№ 29,30	Пальчиковая гимнастика «Белка». Танцевально-ритмическая гимнастика «Всадник». Креативная гимнастика «Дружба». Бальный танец «Падеграс». Подвижная игра «Конники – спортсмены»	2
4 неделя	№ 31,32	Сюжетная игра – путешествие «Пограничники»	2
Итого			8
Январь			
1 неделя	№ 33,34	Строевые упражнения «Быстро по местам!» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Скакалка»	2
2 неделя	№35,36	Танцевально-ритмическая гимнастика «Ванечка –пастух» Игропластика «Игра по станциям»	2
3 неделя	№37,38	Строевые упражнения «Передвижение шагом и бегом» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Скакалка»	2
4 неделя	№39,40	Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Семья» Танцевально-ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки»	2
Итого			8
Февраль			
1 неделя	№ 41,42	Сюжетная игра – путешествие «Путешествие в Спортландию»	2
2 неделя	№ 43,44	Строевые упражнения «Построение в шеренгу» Танцевальные шаги: русский попеременный, шаг с притопом, шаг с припаданием. Ритмический танец «Макарена»	2
3 неделя	№ 45,46	Креативная гимнастика «Художественная галерея» Танцевально-ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» Игропластика «Цирк»	2
4 неделя	№ 47,48	Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Дирижер» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек»	2
Итог			8
Март			
1 неделя	№49,50	Музыкально-подвижная игра «Звездочет» Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака»,	2

		«Ванечка-пастух» Креативная гимнастика «Выставка картин»	
2 неделя	№ 51,52	Сюжетная игра «Маугли»	2
3 неделя	№ 53,54	Пальчиковая гимнастика «Белка» Танцевально-ритмическая гимнастика «Всадник» Креативная гимнастика «Дружба» Бальный танец «Падеграс». Подвижная игра «Конники-спортсмены»	2
4 неделя	№ 55,56	Строевые упражнения «Солнышко». Хореографические упражнения – поклон и реверанс. Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака». Ритмический танец «Макарена»	2
Итого			8
Апрель			
1 неделя	№57,58	Ритмический танец «Русский хоровод» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Танцевально-ритмическая гимнастика «Травушка-муравушка». Упражнение на дыхание «Цветок»	2
2 неделя	№ 59,60	Пальчиковая гимнастика «Человечки», «Игра на рояле» Игропластика «Хитрая лиса» Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка», «Четыре таракана и сверчок», «Облака». Креативная гимнастика «Ай, да я!»	2
3 неделя	№ 61,62	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники». Креативная гимнастика «Одуванчик». Акробатические упражнения «Гимнасты»	2
4 неделя	№ 63,64	Игроритмика «Прятки». Ритмический танец «Давай танцуй». Музыкально-подвижная игра «Звездочет» Танцевально-ритмическая гимнастика «Бег по кругу» Упражнение на дыхание	2
Итого			8
Май			
1 неделя	№ 65,66	Игроритмика. Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стулья». Ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» Танцевально-ритмическая гимнастика «Улыбка»	2
2 неделя	№ 67,68	Сюжетная игра – путешествие «Цветик – семицветик»	2
3 неделя	№69,70	Строевые упражнения. Ритмический танец «Вару-вару» Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки» Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод»	2
4 неделя	№ 71,72	Строевые упражнения – построение в шеренг, перестроение в круг по сигналу. Ритмический танец «Полька». Игроритмика – притопы. Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка» Педагогический мониторинг.	2
Итого			8
Итого за год			72

4.3. Подготовительная к школе группа (дети 6-7 лет)

Неделя	№	Тема	Количество занятий
Сентябрь			
1 неделя	№ 1,2	Педагогический мониторинг. Строевые упражнения «Направо, налево, кругом». Игроритмика «Ходьба на каждый счет». Музыкально-подвижная игра «Дирижёр – оркестр». Дыхательная гимнастика	2
2 неделя	№ 3,4	Строевые упражнения «Направо, налево, кругом», «Цапля». Игроритмика «Ходьба на каждый счет». Ритмический танец «Танец с хлопками». Игровой самомассаж «Ладшки»	2
3 неделя	№ 5,6	Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами» Игроритмика « Хлопки и притопы». Общеразвивающие упражнения «Зарядка». Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	2
4 неделя	№ 7,8	Строевые упражнения «Змейка». Игроритмика « Хлопки и притопы». Общеразвивающие упражнения «Зарядка». Игропластика «Гимнаст», «Лыжник», «Ежик», «Лодочка». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	2
Итого			8
Октябрь			
1 неделя	№ 9,10	Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами» Общеразвивающие упражнения «Зарядка» Музыкально-подвижная игра «Дирижёр – оркестр» Дыхательная гимнастика	2
2 неделя	№ 11,12	Строевые упражнения «Змейка». Бальный танец «Полонез». Музыкально-подвижная игра «Трансформеры». Игровой самомассаж «Ладшки»	2
3 неделя	№ 13,14	Акробатические упражнения «Ванька-встанька», «Группировка». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Игровой самомассаж «Гусеница»	2
4 неделя	№ 15,16	Хореографические упражнения – поклон мальчиков, реверанс для девочек. Танцевально – ритмическая гимнастика «Озорники». Танцевальные шаги: шаг в сторону. Приставной и скрестный шаг в сторону. Акробатические упражнения «Ванька-встанька». Ритмический танец «Слонёнок»	2
Итого			8
Ноябрь			
1 неделя	№ 17,18	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игропластика «Гимнаст», «Лыжник», «Ежик», «Лодочка». Танцевальные шаги: шаг с подскоком. Ритмический танец «Полька». Игровой массаж.	2
2 неделя	№ 19,20	Сюжетная игра «Охотники за приключениями»	2
3 неделя	№ 21,22	Строевые упражнения – построение в шеренгу, перестроение в круг, по сигналу. Ритмический танец «Полька тройками» игроритмика – гимнастическое дирижирование. Танцевально-ритмическая гимнастика	2

		«Марш»	
4 неделя	№ 23,24	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки». Строевые упражнения «Лыжники». Креативная гимнастика «Снежинка». Акробатические упражнения «Гимнасты». Музыкально-подвижная игра «Запев-припев»	2
Итого			8
Декабрь			
1 неделя	№ 25,26	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг- волшебник». Ритмический танец «Московский рок», «В ритме польки». Подвижная игра «Стрекоза»	2
2 неделя	1 неделя №27,28	Пальчиковая гимнастика «Белка». Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с флажками». Креативная гимнастика «Займи место». Подвижная игра «Горелки».	2
3 неделя	№ 29,30	Сюжетная игра «Морские учения»	2
4 неделя	№ 31,32	Хореографические упражнения – русский поклон Танцевальные движения «Ковырялочка» Игроритмика «ходьба наоборот» Ритмический танец «Круговая кадрили»	2
Итого			8
Январь			
1 неделя	№ 33,34	Танцевально-ритмическая гимнастика «Три поросенка» Игропластика «Часики-ходики» Музыкально-подвижная игра «Горелки»	2
2 неделя	№ 35,36	Строевые упражнения по звуковому сигналу. Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Степ» Пальчиковая гимнастика «Киселек»	2
3 неделя	№ 37,38	Строевые упражнения по звуковому сигналу. Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Степ» Пальчиковая гимнастика «Киселек»	2
4 неделя	№ 39,40	Сюжетная игра – путешествие «Королевство волшебных мячей»	2
Итого			8
Февраль			
1 неделя	№ 41,42	Строевые упражнения «Построение в шеренгу» Танцевальные шаги – комбинация из изученных шагов. Ритмический танец «Тайм – степ»	2
2 неделя	№ 43, 44	Креативная гимнастика «Художественная галерея...» Музыкально-подвижная игра «Горелки» Танцевальные шаги «Самба» Упражнения на дыхание, укрепление осанки	2
3 неделя	№ 45,46	Танцевально-ритмическая гимнастика «По секрету, всему свету». Игропластика «Мост, лягушка». Упражнения на дыхание, укрепление осанки.	2
4 неделя	№ 47,48	Строевые упражнения – «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг – волшебник» Ритмический танец «В ритме польки» Подвижная игра «Стрекоза»	2

Итого			8
Март			
1неделя	№ 40,50	Хореографическое упражнение – русский поклон Танцевальные движения «Ковырялочка» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмичекий танец «Круговая кадрили»	2
2неделя	№ 51,52	Сюжетная игра «Россия – Родина моя»	2
3неделя	№ 53,54	Пальчиковая гимнастика «Моталочка» Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с мячом» Креативная гимнастика «Дружба». Подвижная игра «День- ночь»	2
4неделя	№55,56	Игроритмика. Танцевальные шаги «Полонез». Танцевально-ритмическая гимнастика «По секрету всему свету», «Марш». Музыкально-подвижная игра «Горелки». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и на укрепление осанки.	2
Итого			8
Апрель			
1неделя	№ 57,58	Креативная гимнастика. Музыкально-подвижная игра «Повтори за мной». Танцевальные шаги «Полонез». Танцевально–ритмическая.	2
2неделя	№ 59,60	Строевые упражнения по звуковому сигналу. Музыкально-подвижная игра – эстафета «Гонка мячей в колоннах и шеренгах». Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнение с обручем». Ритмический танец «Ча-ча ча». Игровой массаж. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и на укрепление осанки.	2
3неделя	№ 61,62	Строевые упражнения. Игра «Летает – не летает». Ритмичекий танец Самба». Танцевально-ритмическая гимнастика «Ванька-Встанька». Игропластика. Музыкально-подвижная игра «Дети и медведь». Пальчиковая гимнастика «Киселек» (русская игра)	2
4неделя	№ 63,64	Музыкально-подвижная игра. Танцевальные шаги. Танцевально-ритмическая гимнастика «Ванька-Встанька». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и на укрепление осанки. Игропластика.	2
Итого			8
Май			
1неделя	№ 65, 66	Сюжетная игра – путешествие «Путешествие в Играй – город».	2
2неделя	№ 67,68	Музыкально-подвижная игра «Трансформеры». Танцевально-ритмическая гимнастика «Марш». Ритмический танец Божья коровка». Танцевально-ритмическая гимнастика «Три поросенка», «По секрету всему свету». Игровой самомассаж. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и на укрепление осанки.	2
3неделя	№ 69,70	Музыкально-подвижная игра «День-ночь». Ритмический танец «Божья коровка». Танцевально-ритмическая	2

		гимнастика «Марш», «По секрету всему свету». Игровой самомассаж. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и на укрепление осанки.	
4неделя	№ 71,72	Музыкально-подвижная игра «нам не страшен серый волк». Хореографические упражнения. Танцевально-ритмическая гимнастика «Пластилиновая ворона». Ритмический танец «Полька тройками». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения. Педагогический мониторинг.	2
Итого			8
Итого за год			72

V. Содержание программы

5.1. Средняя группа (дети 4-5 лет)

№ п/п	Месяц	Тема	Содержание образовательной деятельности	Средства обучения/ материал
1-2		Педагогический мониторинг		
3-4	С Е Н Т Я Б Р Ь	Строевые упражнения «Кошечка», «Цапля» Игроритмика «Веселые лошадки» Музыкально-подвижная игра «Найди свое место»	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по команде (образнодвигательные действия «Кошечка») Игроритмика. Хлопки в такт музыки (Цапля). Построение врассыпную. Общеразвивающие упражнения без предмета. Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках. Музыкально-подвижная игра «Найди свое место» Игровой самомассаж. Поглаживание рук и ног в образно-игровой форме.	
5-6		Строевые упражнения «Кошечка», «Цапля» Игроритмика «Веселые лошадки» Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»	Строевые упражнения. Передвижение шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам. Перестроение из одной шеренги в несколько по расчету и указанию педагога. Игроритмика. «Веселые лошадки» Общеразвивающие упражнения без предмета. Хореографические упражнения. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Танцевальные шаги. Приставной и скрестный шаг в сторону. Музыкально-подвижная игра «Космонавты» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
7-8		Строевые упражнения «Змейка» Игроритмика «Веселые лошадки» Музыкально-подвижная игра «Музыкальное эхо»	Строевые упражнения. Передвижение шагом и бегом. Бег по кругу и по ориентирам («змейка»). Перестроение из одной шеренги в несколько по указанию педагога с использованием речитатива: Светофор горит всегда! Красный свет – идти нельзя! Желтый свет – идти готов! Свет зеленый – я иду и до линии дойду! (Через одного идут до линии) Игроритмика. «Веселые лошадки» Общеразвивающие упражнения	

			<p>Хореографические упражнения. Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья.</p> <p>Танцевальные шаги. Приставной и скрестный шаг в сторону.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Космонавты»</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Раскачивание руками из различных исходных положений.</p>	
9-10		<p>Строевые упражнения «Змейка», «Хоровод»</p> <p>Игроритмика «Веселые шаги»</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Космонавты»</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p>	<p>Строевые упражнения. «Змейка» Передвижение в обход шагом и бегом. Повороты переступанием по указанию.</p> <p>Игроритмика. «Веселые шаги»</p> <p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p> <p>Танцевальные шаги. Приставной и скрестный шаг в сторону.</p> <p>Ритмический танец «Полька-хлопушка»</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики»</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Раскачивание руками из различных исходных положений.</p>	
11-12	О К Т Я Б Р Ь	<p>Танцевальные шаги: приставной шаг и приставной шаг в сторону.</p> <p>Строевые упражнения «Цапля»</p> <p>Игроритмика «Веселые ладошки»</p>	<p>Строевые упражнения. Перестроение в шеренгу и колонну по команде.</p> <p>Игроритмика. «Веселые ладошки». Построение врассыпную.</p> <p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p> <p>Танцевальные шаги. Шаг с носка, на носках.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Найди свое место»</p> <p>Игровой самомассаж. «Ладочки» поглаживание рук и ног в образно-игровой форме.</p>	
13-14		<p>Строевые упражнения «Змейка»</p> <p>Игроритмика «Горошинка»</p> <p>Подвижная игра «Космонавты»</p>	<p>Строевые упражнения. «Змейка»</p> <p>Игроритмика «Горошинка» построение врассыпную.</p> <p>Общеразвивающие упражнения без предмета</p> <p>Танцевальные шаги. Шаг с подскоком с различными движениями рук.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Космонавты». В разных концах зала кладут 4-5 обручей. Это посадочные места ракет. В каждой ракете могут поместиться 2-3 космонавта. Всем мест в ракетах не хватает. Дети берутся за руки идут по кругу и хором произносят: Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим – на такую полетим! Но в игре один секрет: опоздавшим места нет! Дети под музыку бегают по залу. С окончанием музыки необходимо занять место в «ракете». Опоздавшие</p>	

			собираются в центре круга. Занявшие места объясняют свои маршруты (например: Земля – Луна – Земля; Земля – Марс – Земля)	
14-16		Акробатические упражнения «Группировка» Игровой самомассаж «Гусеница» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Игровой самомассаж «Гусеница»	
17-18		Ритмический танец «Полька» Акробатические упражнения Танцевальные шаги	Строевые упражнения. Построение в шеренгу в колонну по команде. Ритмический танец «Полька» Танцевальные шаги: приставной и скрестный шаг в сторону. Акробатические упражнения: группировки Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
19-20	Н О Я Б Р Ь	Игроритмика «Тик-так» Строевые упражнения «Светофор» Музыкально-подвижная игра «Космонавты»	Игроритмика «Тик-так» Вступление (проигрыш) И.п. – о.с. А. 1-8 – дугами наружу руки прерывисто на каждый счет вверх. Б. 1-8- дугами наружу руки прерывисто на каждый счет вниз. Первый куплет. А. 1-4 руки вперед. 5-8- четыре хлопка перед собой прямыми руками. Б. 1-4 руки вверх. 5-8 – четыре хлопка над головой. В. 1-4 – руки в стороны. 5-8 – четыре хлопка по бедрам. Г. 1-4 – четыре наклона головой (вправо-влево), руки на пояс. 5-7- три хлопка перед собой. 8- руки вниз. Проигрыш. Повторить упражнения части вступление А. Второй куплет. А. 1-4- руки за голову. 5-8- четыре шага на месте с высоким подниманием бедра. Б. 1-4 – руки к плечам. 5-8 - четыре шага на месте с высоким подниманием бедра. В. 1-4- руки на пояс. 5-8- - четыре шага на месте с высоким подниманием бедра. Г. – повторить движения части Г первого куплета. Проигрыш. Повторить упражнения части вступление А. Третий куплет. А. 1-2- наклон вперед прогнувшись, руки в стороны. 3-4 – выпрямиться, руки на пояс. 5- полуприсед с поворотом туловища направо. 6- встать, руки на пояс. 7-8 – повторить счет 5-6 в другую сторону. Б. 1-2- наклон вправо. 3-4- выпрямиться. 5-8- повторить счет 5-8 части А. Г. – повторить движения части Г первого куплета, счет 1-6.7-8 –	Песня «Тик-так» З. Петров, А Островски й

			<p>полуприсед, руки вперед- наружу ладонями кверху. Строевые упражнения «Светофор» Танцевально-ритмическая гимнастика «Большой олень» Музыкально-подвижная игра «Космонавты»</p>	
21-22		<p>Сюжетная игра «Космическое путешествие на Марс»</p>	<p>«Космическое путешествие на Марс» Задачи. Укреплять основные мышечные группы для формирования правильной осанки. Совершенствовать разученные танцевальные композиции. Формировать умение ориентироваться в пространстве. Способствовать развитию мышления, воображения, творческих способностей.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дети входят под песню «Ничего на свете лучше нету» 2. Первый этап «Проверь себя». Выполнение комплекса- зарядки (Движения сопровождаются речитативом) Построение. Упражнение на дыхание. Ходьба. Упражнения для рук. Наклоны – прыжки. 3. Второй этап «Испытай себя»: Комплекс упражнений под музыку: типа «робот», имитация движений в невесомости. 4. Упражнения игропластики на укрепление мышц живота и спины: «Велосипед», «Морская звезда» (3 раз по 8 счетов) «Орешек» - из положения лежа на спине – группировка сидя (5 подходов по 5 раз); «Кобра» - из и.п. лежа на животе, удержание туловища, руки за голову (6 раз по 4 счета) 5. Игра «Парашютисты» прыжки на месте на точность приземления. Танец «Полька- хлопушка» <p>Третий этап «Полет в Космос» Игра «Космонавты» Четвертый этап «Возвращение на Землю» Выполнение танцевально-ритмической гимнастики «Матушка – Россия» Подведение итогов, награждение лучших космонавтов.</p>	<p>Г.Гладков Ю. Энтин «Ничего на свете лучше нету»</p>
23-24		<p>Строевые упражнения- построение в шеренгу, перестроение в круг. Ритмический танец «Добрый жук» Игроритмика - притопы</p>	<p>Строевые упражнения- построение в шеренгу, повороты переступанием, перестроение в круг. Игроритмика на первый счет – притоп, на 2-3-4 – пауза Ритмический танец «Добрый жук»</p>	<p>Полька «Старый жук»</p>

		Танцевально – ритмическая гимнастика «часики»	Танцевально – ритмическая гимнастика «Часики» Музыкально-подвижная игра «Поезд» Игровой самомассаж	
25-26		Пальчиковая гимнастика «Гномы» Строевые упражнения «Лыжники» Музыкально-подвижная игра «Поезд» Акробатические упражнения «Буратино»	Пальчиковая гимнастика «Гномы» Строевые упражнения «Лыжники» Музыкально-подвижная игра «Поезд» все играющие стоят на кружках (кружков на один меньше). Один изображает паровоз: он выезжает из депо (руки согнуты в локтях, пальцы в кулачки). Выполняется дробный, топающий шаг: Чух,чух,чух, пыхчу, ворчу. Стоять на месте не хочу, колесами верчу, стучу. Садись скорее прокачу! Все, к кому приближается поезд следуют за ним. Изображая вагончики, и выполнять те же движения что и водящий. Когда поезд составлен, звучит музыка, и поезд набирает ход. Как только музыка прекращается. Все играющие занимают кружки. Тот, кому не хватает. Становится водящим. Акробатические упражнения «Буратино» Игровой самомассаж , поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно-игровой форме.	
27-28	Д Е К А	Строевые упражнения «Лыжники» Игроритмика «Маг – волшебник» Ритмический танец «Добрый жук» Музыкально-подвижная игра «Поезд»	Строевые упражнения «Лыжники» Игроритмика «Маг – волшебник» Ритмический танец «Добрый жук» Музыкально-подвижная игра «Поезд»	Музыка из фильма «Золушка»
29-30	Б Р Б	Пальчиковая гимнастика «Гномы» Танцевально – ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек» Подвижная игра «Конники-спортсмены»	Строевые упражнения – ходьба, бег по кругу, «змейка» Танцевальные шаги: приставной и скрестный в сторону Танцевально – ритмическая гимнастика «Карусельные лошадки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек» Подвижная игра «Конники-спортсмены»	Б. Савельев М. Пляцковский Песня «Карусельные лошадки»

31-32		<p>Сюжетная игра – путешествие «На вырубку карусельных лошадок»</p>	<p>Задачи. Воссоздавать в двигательной памяти знакомые танцевальные движения и закреплять их выполнение. Учить выразительно двигаться в соответствии с характером музыки. Содействовать развитию ловкости, ориентировки в пространстве, координации движений.</p> <p>1. Построение в шеренгу. Упражнение танцевально – ритмической гимнастика «Карусельные лошадки» 2. Под музыку выполняют упражнения в ходьбе и беге (ходьба «змейка», «по диагонали», подлезание) 3. Упражнение танцевально- ритмической гимнастики «На крутом бережку» 4. ходьба по скамейке (линии) упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Песенка Муренки» 5. Ходьба под музыку «Песенка друзей» (выполнение различных упражнений) Игра «Лошадки»</p>	<p>Песенка И Ефремов, И. Токмакова</p>
33-34	<p>Я Н В А Р Ь</p>	<p>Строевые упражнения «Быстро по местам» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Скакалка»</p>	<p>Строевые упражнения «Быстро по местам» Игроритмика «Полечка» Ритмический танец «Скакалка» Пальчиковая гимнастика. Выставление одного, двух и т.д. пальцев. Работа одним пальцем, другие в кулак. Круговые движения кистями и пальцами рук в одну и другую стороны («оса»)</p>	
35-36		<p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» Игропластика «Велосипед», «Змея» Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»</p>	<p>Строевые упражнения – построение в круг. Игроритмика. На каждый счет дети по очереди поднимают руки вперед, затем так же опускают вниз. Танцевальные шаги. Мягкий высокий шаг на носках. Поворот на 360 на шагах. Хореографические упражнения. Полуприседы, стоя боком к опоре. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо(налево), переступая на носках, держась за опору. Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»</p>	<p>Музыка из мульт. «Бременские музыканты» (Г.Гладков, Ю.Энтин)</p>
37-38		<p>Строевые упражнения Игроритмика «Тик-так» Ритмический танец «Воробьиная»</p>	<p>Строевые упражнения – передвижение шагом и бегом Игроритмика «Тик-так» выполнение простых движений руками в различном темпе. На 4 счета – поднять руки вверх, на 4 счета- вниз.</p>	<p>Пляцковский «Приключения кузнечика Кузи»</p>

		дискотека»	Построение в рассыпную. Ритмический танец «Воробьиная дискотека» Хореографические упражнения. Полуприседы, стоя боком к опоре. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо(налево), переступая на носках, держась за опору. Танцевальные шаги. Комбинация из изученных танцевальных шагах. Ритмический танец «Воробьиная дискотека» - образнотанцевальное упражнение	
39-40		Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Семья» Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» Музыкально-подвижная игра «Автомобили»	Строевые упражнения – построение в круг Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Семья» Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля» Музыкально-подвижная игра «Автомобили»	Музыка из мульт. «Бременские музыканты»
41-42	Ф Е В Р А Л Ь	Сюжетная игра – путешествие «Путешествие в Кукляндию»	Задачи. Повторить ранее разученные упражнения танцевально-ритмической гимнастики и танцев. Содействовать развитию культуры движений, ловкости и ориентировки в пространстве. Приучать сохранять правильное положение осанки при выполнении упражнений танцевально-ритмической гимнастики. Закрепить перестроение в круг и в колонну по три. 1. Построение в шеренгу. Перестроение в колонну по три (гаражи) Игра «Автомобили» 2. Упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Часики» 3. Игра «Автомобили» ребята продолжают путешествие 4. Тупик «Лукоморье» выполнение ОРУ – импровизация 5. Игра «автомобили» 6. Площадь танцев. Танец «Большая стирка» 7. Игра «автомобили» 8. Дворец короля. Перестроение в круг. Танцевально-ритмическая гимнастика «Песня короля»	М. Минков «Да здравств. сюрприз» Песня «Лукоморье»
43-44		Строевые упражнения Танцевальные шаги	Строевые упражнения- построение в шеренгу ОРУ без предмета Танцевальные шаги – прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад, тоже	

			с поворотом 360 Ритмический танец «Большая прогулка» игра «Воробышки» Пальчиковая гимнастика – пальчики «здороваются», «цепочка»	
45-46		Креативная гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика Игропластика	Креативная гимнастика- «Художественная галерея» Танцевально-ритмическая гимнастика «Часики», 2 «Карусельные лошадки», «Песня короля» Игропластика «Улитка», «Морской лев» «Медуза» Игровой самомассаж	
47-48		Строевые упражнения Игроритмика Музыкально-подвижная игра Креативная гимнастика	Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Деревья» Музыкально-подвижная игра «Воробушки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
49-50	М А Р Т	Подвижная игра Креативная гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика	Музыкально-подвижная игра «Воробушки» Танцевально-ритмическая гимнастика «Ну, погоди» Креативная гимнастика «Выставка картин»	
51-52		Сюжетная игра «Лесные приключения»	Сюжетная игра «Лесные приключения» Задачи. Добиться правильного выполнения группировки в приседе. Совершенствовать выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Воробьиная дискотека». Содействовать развитию выразительности движений. Игра «Найди свое место»	Песня «Резиновый ёжик» Ю. Морц
53-54		Строевые упражнения Игроритмика Музыкально-подвижная игра Ритмический танец	Строевые упражнения. Построение в круг Игроритмика «Вправо – влево» Ритмический танец «Скакалка» Музыкально-подвижная игра «Хомячок» Игровой самомассаж «Умывалочка»	
55-56		Строевые упражнения Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика	Строевые упражнения «Солнышко» Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны» Танцевально-ритмическая гимнастика «Ну, погоди!», «Сосулька» - упражнения с элементами расслабления рук, ног, туловища.	Песня «Сосулька» Песня « На свете невозможное случается»

		Упражнение с платочком	Упражнение с платочком	
57-58	А	Ритмический танец Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика Упражнение на дыхание	Ритмический танец «Русский хоровод» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Танцевально-ритмическая гимнастика «Травушка – муравушка» Упражнение на дыхание «Цветок» Игровой самомассаж	
59-60	П Р Е Л Б	Пальчиковая гимнастика Игропластика Танцевально-ритмическая гимнастика Креативная гимнастика	Строевые упражнения построение в 2 шеренги Пальчиковая гимнастика «Человечки», «Игра на рояле» Игропластика «хитрая лиса» Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка», «Четыре таракана и сверчок», «Облака» Креативная гимнастика «Ай, да я!» Игровой самомассаж	
61-62		Строевые упражнения Пальчиковая гимнастика Креативная гимнастика Акробатические упражнения	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения построение в шеренгу. «Лыжник» Креативная гимнастика «Одуванчик» Акробатические упражнения «Гимнасты»	
63-64		Игроритмика Ритмический танец Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика Упражнение на дыхание	Игроритмика «Прятки» Ритмический танец «Давай танцуй» Музыкально-подвижная игра «Звездочет» Танцевально-ритмическая гимнастика «Бег по кругу» Упражнение на дыхание	
65-66		Игроритмика Музыкально-подвижная игра Ритмическая гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика	Строевые упражнения построение в круг Музыкально-подвижная игра Музыкальные стулья» Игроритмика «Громко-тихо» Танцевально-ритмическая гимнастика «Улыбка» Ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» Игропластика упражнения на развитие гибкости	«Приключен ия кузнечика Кузи» Плятковский й
67-68		Сюжетная игра – путешествие «В мире музыки и танца»	Задачи. Способствовать развитию творческих способностей детей при использовании знакомых движений в танцевальных композициях и импровизациях. Закрепить умение ритмично и выразительно двигаться в танце. Содействовать развитию музыкальности, координации движений.	Песня «Бал игрушек» М. Гусар

	М А Й		<ol style="list-style-type: none"> 1. Построение в колонну по два. Танец «Большая прогулка» 2. Разминка перед конкурсом. «Я танцую»(импровизация) 3. Первый конкурс «Бальные танцы». Танец «Вару-вару» 4. Второй конкурс. Танец «Полька» 5. Третий конкурс «Народные танцы» 6. Четвертый конкурс. «Ай, да я!» по очереди демонстрируют танцевальное движение. 7. Ходьба под музыку «Конкурс танцев» 	
69-70		Строевые упражнения Ритмический танец Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика	Строевые упражнения «Лучики» Ритмический танец «Вару-вару» Музыкально-подвижная игра «Карлики и великаны» Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод» Упражнение на дыхание	
71-72		Пальчиковая гимнастика Игропластика Танцевально-ритмическая гимнастика Игровой самомассаж Педагогический мониторинг	Пальчиковая гимнастика «Веселые пальчики» Игропластика «Змея» Танцевально-ритмическая гимнастика «У оленя дом большой» Игровой самомассаж	

5.2. Старшая группа (дети 5-6 лет)

№	Месяц	Тема	Содержание	Средства материал
1	С Е Н Т Я Б	Педагогический мониторинг		
2		Строевые упражнения Общеразвивающие упражнения Игропластика Упражнение на расслабление	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета Игропластика «Укрепи животик», «Укрепи спинку» Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Шаинский Песня «день рождения»
3-4	Р Б	Строевые упражнения Общеразвивающие упражнения Музыкально-подвижная игра Упражнение на расслабление	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Шаинский Песня «день рождения»
5-6	О К Т Я Б	Строевые упражнения Игроритмика Акробатические упражнения	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика ходьба на счет и через счет. Акробатические упражнения переход из седа в упор стоя на коленях. Группировка в приседе и седе на пятках. Вертикальное равновесие на одной ноге. С различными движениями рук. Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Шаинский Песня «день рождения»
7-8		Строевые упражнения Игроритмика Музыкально-подвижная игра	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика ходьба на счет и через счет. Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стулья» Музыкальная игра на определение характера музыкального произведения Упражнение на расслабление	Шаинский Песня «день рождения»
9-10		Строевые упражнения Игроритмика Музыкально-подвижная игра Упражнение на расслабление	Строевые упражнения построение в шеренгу и колонну по сигналу Игроритмика «Хлопки и притопы» Музыкально-подвижная игра «Волк во рву» Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
11-12	Б	Танцевальные шаги	Танцевальные шаги «Шаг галопа в сторону и вперед»	

	Р Б	Строевые упражнения Игроритмика Игровой самомассаж	Строевые упражнения «Цапля» Игроритмика «Веселые ладошки» Игровой самомассаж «Ладочки»	
13-14		Строевые упражнения Бальный танец Музыкально-подвижная игра	Строевые упражнения «Змейка» Бальный танец «Конькобежцы» Музыкально-подвижная игра «Волк во рву» Игропластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы и образных двигательных действий в заданиях.	Музыка любой польки
15-16		Акробатические упражнения Игроритмика Упражнение на расслабление Игровой самомассаж	Акробатические упражнения «Группировка» Игроритмика ходьба на каждый счет и через счет. Построение по ориентирам. Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Игровой самомассаж «Гусеница»	
17-18	Н О Я Б Р Б	Хореографические упражнения Танцевально-ритмическая гимнастика Танцевальные шаги	Хореографические упражнения поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Танцевально-ритмическая «Зарядка» Танцевальные шаги приставной и скрестный шаг в сторону Акробатические упражнения Переход из седа в упор стоя на коленях. Группировка в приседе и седе на пятках. Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	
19-20		Строевые упражнения Игроритмика Танцевальные шаги Ритмический танец	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Хлопки и притопы» Танцевальные шаги шаг с подскоком Ритмический танец «Полька» Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	
21-22		Сюжетная игра «Путешествие на Северный полюс»	Задачи. Закрепить выполнение танца «Конькобежцы». Способствовать развитию ловкости, быстроты и ориентировки в пространстве. Содействовать развитию внимания и равновесия.	Гладкров «полный вперед» песенка

			<ol style="list-style-type: none"> 1. Построение в шеренгу «Проверка физической подготовки»: «выбегание по трапу» - ходьба по скамейке с различными положениями рук, ползание по скамейке 2. «Подготовка к отплытию» Комплекс общеразвивающих упражнений на скамейке (имитация движений гребли, лазанья), а также использовать движения танца сидя. 3. «Прибытие на Северный полюс» Игра Северный ветер, Южный ветер» - по типу пятнашки. 4. «Исследование новой земли» перестроение в пары. Танец «Конькобежцы» 5. «Встреча с белыми медведями» игра «Белые медведи» по типу игры «У медведя во бору» 6. В гостях у Дедушки Мороза. Построение в круг. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Ну, погоди!» (Игровой вариант с замораживанием) 7. Построение по экипажам 8. Подведение итогов. Выход под песню «Полный вперед» 	
23-24		Строевые упражнения Ритмический танец Игроритмика Танцевально-ритмическая гимнастика	Строевые упражнения построение в шеренгу, повороты направо, налево. Построение в круг. Ритмический танец «Полька» Игроритмика - притопы Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка» Музыкально-подвижная игра «Волк во рву» Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	«олька»
25-26	Д Е К А Б Р Ь	Пальчиковая гимнастика Строевые упражнения Креативная гимнастика Акробатические упражнения Музыкально-подвижная игра	Строевые упражнения «Лыжники» Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Креативная гимнастика «Снежинка» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Акробатические упражнения «Гимнасты»	
27-28		Строевые упражнения Игроритмика	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг – волшебник»	

		Ритмический танец Подвижная игра	Ритмический танец «В ритме польки», «Модный рок» Подвижная игра «Стрекоза» Пальчиковая гимнастика. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в стихах и речитативах.	
29-30		Пальчиковая гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика Креативная гимнастика Бальный танец	Игроритмика хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Пальчиковая гимнастика «Белка» Креативная гимнастика «Дружба» Танцевально-ритмическая гимнастика «Всадник» Бальный танец «Падеграс» Подвижная игра «Конники-спортсмены»	
31-32		Сюжетная игра «Пограничники»	Сюжетная игра «Пограничники» Задачи. Совершенствовать выполнению комплекса упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Зарядка». Закрепить выполнение построения в шеренгу по сигналу. Содействовать развитию внимания, ловкости и ориентировки в пространстве. 1. Построение в шеренгу 2. Игра «Боевая тревога» построение в шеренгу по сигналу «Боевая тревога!» (сирена, свисток, музыка и др.) 3. «Доложи о готовности» перестроение в три шеренги (три отделения) ОРУ 4. «Утренний осмотр» упражнения танцевально-ритмической гимнастики «Зарядка» 5. «Проверка внимания» Игра «Пограничники, смирно!» 6. «Преследование нарушителя» Игра «День – ночь» 7. «Поимка нарушителя» игра по типу «Волк во рву» 8. «Веселый досуг» танец «В ритме польки» 9. Подведение итогов.	Музыка «Кукушка» Варламов «Веселая дискотека»
33-34		Строевые упражнения Игроритмика Ритмический танец	Строевые упражнения «Быстро по местам!», перестроение из колонны в несколько кругов, по ориентирам. Игроритмика «Ходьба наоборот» Танцевальные шаги пружинистые движения ногами в полуприседе.	

	Я Н В А Р Ь		Ритмический танец «Скакалка»	
35-36		Танцевально-ритмическая гимнастика Игропластика	Строевые упражнения перестроение из одной колонны в несколько на шаге и в беге по ориентирам. Танцевально-ритмическая гимнастика «Ванечка –пастух» упражнение для пальчиков в образно-танцевальной форме. Игропластика «Игра по станциям» В конце потряхивание пальцами рук.	Песня «Ваня пастушок» Ю. Мориц Поют Никитины
37-38		Строевые упражнения Игроритмика Ритмический танец Бальный танец	Строевые упражнения «Передвижение шагом и бегом» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Веселые поросята» Бальный танец «Падеграс»	Королева «Маленькая страна»
39-40	Игропластика Пальчиковая гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика Музыкально-подвижная игра	Строевые упражнения построение в шеренгу. Повороты. Перестроение из колонны в несколько кругов на шаге по ориентирам. Игропластика «Змея» Танцевально-ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» - танцевально-беговое упражнение Пальчиковая гимнастика «Семья» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» (с «замораживанием»)		
41-42	Ф Е В Р А Л Ь	Сюжетная игра –путешествие «Путешествие в Спортландию»	Сюжетная игра –путешествие «Путешествие в Спортландию» Задачи. Познакомить детей с Олимпийскими играми. Закрепить выполнение танцев «Падеграс», «Модный рок». Способствовать развитию ловкости, быстроты, ориентировки в пространстве. 1. Построение в шеренгу 2. «Организация» ходьба под музыку с различными видами фигурной маршировки. Перестроение в три шеренги – команды. 3. «Тренировка» - разминка ОРУ (песня «Богатырская сила» 4. «Клятва Олимпийцев» 5. «Открытие игр» зажжение олимпийского огня и подъем олимпийского флага. Показательные выступления танец «Падеграс» 6. Знакомство с видами олимпийскими видами спорта «Легкая атлетика» Игра «Пятнашки» водящие капитаны команд. 7. «Гимнастика» выполнение изученных акробатических	Музыка «Олимпийский марш» Песня «Богатырская сила»

			<p>упражнений б виды группировок, перекаты, равновесия</p> <p>8. «Спортивные танцы» танец «Модный рок»</p> <p>9. «Награждение и финал» Подведение итогов</p>	
43-44	<p>Строевые упражнения</p> <p>Танцевальные шаги</p> <p>Ритмический танец</p>	<p>Строевые упражнения «Построение в шеренгу»</p> <p>Танцевальные шаги русский попеременный, шаг с притопом, шаг с припаданием.</p> <p>Ритмический танец «Макарена»</p> <p>Игроритмика сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p>	«Макарена» одноименная музыка	
45-46	<p>Строевые упражнения</p> <p>Креативная гимнастика</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика</p> <p>Игропластика</p>	<p>Строевые упражнения перестроение из колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим.</p> <p>Креативная гимнастика «Художественная галерея»</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» - танцевально-беговое упражнение.</p> <p>Игропластика «Цирк»</p> <p>Игроритмика гимнастическое дирижирование – тактирование под музыкальный размер 2/4</p>	Одноименная Итальянская народная песня Ю. Батецкий	
47-48	<p>Строевые упражнения</p> <p>Игроритмика</p> <p>Музыкально-подвижная игра</p>	<p>Строевые упражнения «Солдатики»</p> <p>Игроритмика «Дирижер»</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» - с домиками</p> <p>Креативная гимнастика – «Магазин игрушек»</p> <p>Игровой самомассаж поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p>		
49-50	<p>Музыкально-подвижная игра</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика</p> <p>Креативная гимнастика</p>	<p>Музыкально-подвижная игра «Звездочет»</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака», «Ванечка- пастух»</p> <p>Креативная гимнастика «Выставка картин»</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление</p>		

			осанки. Свободный вис на гимнастической стенке.	
51-52	МАРТ	Сюжетная игра «Маугли»	Задачи. Познакомить детей с героями книги Редьяра Киплинга «Маугли». Совершенствовать выполнение разученных танцевальных композиций. Содействовать развитию ритмичности, музыкальности. Способствовать развитию силы, ловкости, гибкости. Построение в шеренгу Упражнения в ходьбе: «раздвигаем руками ветви деревьев» - руки в стороны; «рубим лианы» - ходьба с наклоном вперед, «перешагиваем через кочки» - ходьба с высоким подниманием бедра; «перелезание через валуны» - скамейка. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики – «Воробьиная дискотека» Игра «Ловля обезьян» по типу «Пятнашки» Танец «Макарена» Игропластика. Задания мишки Балу – упражнения на развитие мышц, для развития гибкости	«Маугли» Газманов
53-54		Пальчиковая гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика Креативная гимнастика Бальный танец Подвижная игра	ОРУ с предметом (лента) Танцевально-ритмическая гимнастика «Всадник» Креативная гимнастика «Дружба» Пальчиковая гимнастика «Белка» Бальный танец «Падеграс» Подвижная игра «Конники – спортсмены»	
55-56		Строевые упражнения Хореографическое упражнение Танцевально-ритмическая гимнастика Ритмический танец	Строевые упражнения «Солнышко» ОРУ с предметом (лента) Хореографическое упражнение – поклон и реверанс Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» -упражнение с двумя лентами Ритмический танец «Макарена»	Песня «Облака» Шаинский
57-58		Ритмический танец Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика	Ритмический танец- «Русский хоровод» Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» парами Танцевально-ритмическая гимнастика «Травушка – муравушка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободный вис на гимнастической стенке. Упражнение на дыхание «Цветок»	Музыка «Русский лирический» Карамышев «Травушка-муравушка» русская народная песня

59-60	А П Р Е Л Ь	Пальчиковая гимнастика Игропластика Танцевально-ритмическая гимнастика Креативная гимнастика	Пальчиковая гимнастика «Человечки», «Игра на рояле» Игропластика «Хитрая лиса» Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка», «Четыре таракана и сверчок», «Облака» Креативная гимнастика «Ай, да я!» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободный вис на гимнастической стенке.	Шаинский «Облака» песня
61-62		Пальчиковая гимнастика Строевые упражнения Креативная гимнастика Акробатические упражнения	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники» Креативная гимнастика «Одуванчик» Акробатические упражнения «Гимнасты» Игроритмика – выполнение бега по кругу - небольшими прыжками с ноги на ногу (по кочкам)	
63-64		Игроритмика Ритмический танец Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика	Игроритмика «Прятки» Ритмический танец «Давай танцуй» Музыкально-подвижная игра «Звездочет» Танцевально-ритмическая гимнастика «Приходи сказка» Упражнение на дыхание	Песня, «приходи, сказка» «Девочка на шаре»
65-66		Игроритмика Музыкально-подвижная игра Ритмическая гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика	Строевые упражнения построение в шеренгу, размыкание. Игроритмика выполнение движений туловища в различном темпе Музыкально-подвижная игра «Музыкальные стулья» Ритмическая гимнастика «Воробьиная дискотека» Танцевально-ритмическая гимнастика «Улыбка» Игровой самомассаж	
67-68	М А Й	Сюжетная игра –путешествие «Цветик-семицветик»	Сюжетная игра –путешествие «Цветик-семицветик» Задачи. Закрепить выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики «Всадник», «Облака». Повторить ранее изученные игры и танцевальные упражнения. Способствовать развитию творческих способностей и фантазии детей. Воспитывать доброе отношение друг к другу. 1. Вход в зал. Построение в шеренгу. «Танец утят» 2. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Всадники» 3. Перестроение в колонну, движение дробным шагом (руки	Песня «все сбывается на свете» Крылов Е. Мелодия из мульти. «Утиные истории» Песня «Автомобили» ВИА «Веселые ребята»

			<p>согнуты, пальцы сжаты в кулаки) свободно по залу.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Облака» 5. Игра «Волшебный веселый бубен» 6. Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Чебурашка» 7. Подведение итогов. Фигурная маршировка под песню «Все сбывается на свете» 	Песня «Все сбывается»
69-70		<p>Строевые упражнения Ритмический Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика</p>	<p>Строевые упражнения перестроение из одной в три колонны по выбору водящего игровым способом. Ритмический танец «Вару-вару» Музыкально-подвижная игра «Музыкальная змейка» дети делятся на три группы, в колонны в определенном месте зала. Каждая колонна выбирает себе определенную музыку. Танцевально-ритмическая гимнастика «Хоровод» Упражнение на дыхание</p>	
71-72		<p>Строевые упражнения Ритмический танец Игроритмика Танцевально-ритмическая гимнастика Педагогический мониторинг</p>	<p>Строевые упражнения построение в шеренгу, перестроение в круг. Ритмический танец «Полька» Игроритмика - притопы Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Дыхательные упражнения на образных движениях</p>	

5.3. Подготовительная группа (дети 6-7 лет)

№ п/п	Месяц	Тема	Содержание	Средства Материал
1	С	Педагогический мониторинг		
2	Е Н Т Я Б Р Ь	Строевые упражнения Игроритмика Музыкально-подвижная игра Дыхательная гимнастика	<p>Строевые упражнения Строевой шаг на месте, походный шаг а передвижении. «Направо-налево- кругом» переступанием</p> <p>Игроритмика ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Перестроение и размыкание по ориентирам.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Дирижер – оркестр» по кругу раскладываются кружки, на один меньше играющих. Все играющие стоят на посту, в кружках. Дирижер стоит в середине в руках погремушка (бубен, треугольник). Под музыку марша все играющие (солдатики)идут по кругу- строевым шагом. Вдруг в музыку вступает дирижер. Он стучит в погремушку в такт музыки. Солдатики, стараясь дойти до кружочка –поста, останавливаются и маршируют при шаге на месте. Дирижер тоже занимает любой кружок-пост. Кто останется без кружка-поста становится дирижером. В игре поощряются лучшие дирижеры и солдатики.</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>	
3-4		Строевые упражнения Игроритмика Ритмический танец	<p>Строевые упражнения Строевой шаг на месте, походный шаг а передвижении. «Направо-налево- кругом» переступанием. Упражнения типа задания в ходьбе по звуковому сигналу (по хлопку- принять стойку руки вверх; по удару в бубен – упор присев и другие задания). Упражнение «Цапля»</p> <p>Игроритмика ходьба на каждый счет, хлопки через счет. Перестроения из колонны по одному по трое с одновременным поворотом в сцеплении за руки по ориентирам. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны.</p> <p>Ритмический танец «Танец с хлопками»</p> <p>Игровой самомассаж</p>	
5-6		Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами»	<p>Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами»</p> <p>Игроритмика «Хлопки и притопы» Хлопки и удары ногой на сильную</p>	

		<p>Игроритмика Общеразвивающие упражнения</p>	<p>долю такта. Перестроения из колонны по одному по трое с одновременным поворотом в сцеплении за руки по ориентирам. Размыкание колонн на вытянутые руки вперед и в стороны. Общеразвивающие упражнения «Зарядка»; упражнения типа «потягивания». Упражнения для мышц рук и плечевого пояса; упражнения для ног; для туловища; упражнения бегового и прыжкового характера. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p>	
7-8		<p>Строевые упражнения Игроритмика Общеразвивающие упражнения Игропластика</p>	<p>Строевые упражнения «Змейка» Игроритмика «Хлопки и притопы» Общеразвивающие упражнения «Зарядка» Игропластика «Гимнаст», «Лыжник», «Ёжик», «Лодочка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Посегментное расслабление из стойки стоя руки вверх до упора присев и положения лежа на спине. Посегментное расслабление ног из положения лежа на спине, ноги вперед (в потолок). Расслабление всего тела лежа на спине. Свободное дыхание.</p>	
9-10	О К Т Я Б Р Ь	<p>Танцевальные шаги Общеразвивающие упражнения Музыкально-подвижная игра Музыкально-подвижная игра Дыхательная гимнастика</p>	<p>Строевые упражнения Строевой шаг на месте, походный шаг а передвижении. «Направо-налево- кругом» переступанием. Задания в ходьбе и беге на внимание. Танцевальные шаги «Пружинное движение ногами» Общеразвивающие упражнения «Зарядка» Музыкально-подвижная игра «Дирижер – оркестр» Дыхательная гимнастика</p>	
11-12		<p>Строевые упражнения «Змейка» Бальный танец Музыкально-подвижная игра Игровой самомассаж</p>	<p>Строевые упражнения «Змейка» Бальный танец «Полонез» Музыкально-подвижная игра «Трансформеры» по типу игры «Пятнашки». Водящий ловит детей. По команде «Слияние», играющие находят себе пару, и игра продолжается как «Пятнашки парами». Тот, кто не нашел пару выбывает из игры. Звучит команда «Активация» и все разбегаются по одному. Команда «Трансформируемся в самолет» - бег руки в стороны, «В паровоз» - изображение хода поезда и др. руководитель назначает любую трансформацию – машины, ходьба птиц и т.д.</p>	

			Игровой самомассаж «Ладшки»	
13-14		Строевые упражнения Акробатические упражнения Игровой самомассаж	Строевые упражнения Строевой шаг на месте, походный шаг а передвижении. «Направо-налево- кругом» переступанием. Задания в ходьбе и беге на внимание. Акробатические упражнения «Ванька –встанька», «Группировка» Игровой самомассаж «Гусеница» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
15-16		Хореографическое упражнение Танцевально-ритмическая гимнастика Танцевальные шаги Акробатические упражнения Ритмический танец	Хореографическое упражнение – поклон для мальчиков, реверанс для девочек Танцевально-ритмическая гимнастика «Озорники» Танцевальные шаги приставной и скрестный шаг в сторону Акробатические упражнения Ванька-встанька» И.П. сед в группировке – перекаат назад и обратно сед в группировке (3-4 раза) перекаатом назад лечь на спину, ноги вперед (в потолок) – разведение ног врозь (3-4 раза), руки на внутренней стороне бедер – перекаатом вперед сед в группировку – сед ноги врозь, руки в стороны – наклон вперед руки вверх (на полу) – держать (3-4 с) – выпрямиться, сед «по- турецки» - встать через упор присев с опорой руками справа(слева) Ритмический танец «Слоненок»	
17-18		Строевые упражнения Игропластика Танцевальные шаги Ритмический танец Игровой самомассаж	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игропластика «Гимнаст», «Льжник», «Ёжик», «Лодочка» Танцевальные шаги с подскоком Ритмический танец «Полька» Игровой самомассаж	
19-20	Н О Я Б Р Ь	Сюжетная игра «Охотники за приключениями»	Задачи. Способствовать развитию ловкости, смелости, быстроты движений. Совершенствовать умения детей в выполнении танца «Слоненок». Воспитывать вежливость, взаимопонимание, творческую активность. 1. Построение в шеренгу 2. Общеразвивающие упражнения в движении. Прыгают как кузнечики. Бег со взмахом рук. Наклоны поочередно к каждой ноге. Ходьба в приседе. Бег. Перепрыгивают через «ручей»	

			<p>ходьба на месте.</p> <p>3. Танец «Слоненок»</p> <p>4. Упражнения на дыхание</p> <p>5. Игра «Капканы». Выбирается два водящих, которые берет за руки – это «Капкан». Все играющие с началом музыки бегут по кругу, пробегая под капканом. Как только музыка остановилось, капкан закрывается. Те, кто попался в него, встают по кругу, образуя следующий капкан. Игра продолжается до тех пор, пока не останется 2-3 победителя.</p> <p>6. Музыкально-подвижная игра «Найди предмет»</p> <p>7. «Танец с хлопками»</p> <p>8. Игра «Колдуны» Водящий – злой «колдун». По сигналу дети убегают, тот, кого водящий заденет(заколдует), становится колдуном.</p> <p>9. Словарь вежливых слов Растает даже ледяная глыба, от слова теплого... спасибо! Зазеленеет старый пенёк, когда услышишь... добрый день! Мальчик вежливый и развитый, говорит, встречаясь...здравствуйте! Когда нас бранят за шалости, говорим... прости, пожалуйста! И во Франции, и в Дании, на прощанье говорят... до свидания!</p> <p>10. Подведение итогов.</p>	
21-22		<p>Строевые упражнения</p> <p>Ритмический танец</p> <p>Игроритмика</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика</p>	<p>Строевые упражнения построение в шеренгу, перестроение в круг.</p> <p>Ритмический танец «Полька тройками» построение – тройками по кругу, левым плечом к центру.</p> <p>Игроритмика гимнастическое дирижирование – и.п. стойка руки вверх, 1- руки с акцентом вниз.2- руки в стороны 3- руки вверх</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Марш»</p>	Музыка «Военный польки марш» Свиридов
23-24		<p>Строевые упражнения</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p> <p>Креативная гимнастика</p> <p>Акробатические упражнения</p> <p>Музыкально-подвижная игра</p>	<p>Строевые упражнения «Лыжники»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки»</p> <p>Акробатические упражнения «Гимнасты»</p> <p>Креативная гимнастика «Снежинка»</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Запев-припев» каждая команда из 6-8 человек стоит в колонну по 2. Дистанция 3-4 метра. У играющих в</p>	

			каждой руке по флажку. На запев(куплет) дети двигаются строевым шагом, размахивая флажками над головой. На припев поворачиваются лицом друг к другу, встают на одно колено и стучат палочками флажка по полу в темп музыки. Команда, игрок которой ошибся, получает штрафное очко.	
25-26	Д Е К А Б Р Ь	Строевые упражнения Игроритмика Ритмический танец Подвижная игра	Строевые упражнения Строевой шаг на месте, походный шаг а передвижении. «Направо-налево- кругом» переступанием. Задания в ходьбе и беге на внимание. Игроритмика хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Ритмический танец «В ритме польки», «Московский рок» Подвижная игра «Стрекоза» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
27-28		Пальчиковая гимнастика Креативная гимнастика Танцевально-ритмическая гимнастика Подвижная игра	Пальчиковая гимнастика «Белка» Креативная гимнастика «Займи место» Танцевально-ритмическая гимнастика «Упражнения с флажками» Подвижная игра «Горелки»	
29-30		Сюжетная игра «Морские учения»	Сюжетная игра «Морские учения» Задачи. Совершенствовать занимающихся в выполнении упражнений танцевально-ритмической гимнастики с флажками. Совершенствовать развитие специальных жизненно необходимых умений и навыков в преодолении препятствий. Развивать ритмичность и согласованность движений в танце с хлопками. Содействовать развитию внимания, ориентировки в пространстве. 1. Организованный вход в зал «Свистать всех наверх!» 2. «Проверка организованности и дисциплины» Разновидности ходьбы. Определяется лучшие по организованности, дисциплине и четкости выполнения заданий. 3. «Проверка ловкости и ориентировки» Игра «Стоп, хлоп, раз». На сигнал «Стоп» все останавливаются, на сигнал «Хлоп» подпрыгивают, а на сигнал «Раз» поворачиваются кругом и идут	Песня «Разноцветные моря»

			<p>в обратном направлении.</p> <p>4. «Проверка знаний морской азбуки» комплекс упражнений танцевально-ритмической гимнастики с флажками.</p> <p>5. «Проверка специальных знаний, умений, навыков» (гимнастическая скамейка)</p> <p>6. Конкурс на лучшего танцора</p> <p>7. «Проверка на внимание»</p> <p>8. Подведение итогов</p>	
31-32		<p>Хореографическое упражнение</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика</p> <p>Игроритмика</p> <p>Ритмический танец</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Хореографическое упражнение – русский поклон</p> <p>Ритмический танец – «Круговая кадриль»</p> <p>Игроритмика - ходьба с хлопками</p> <p>Ритмический танец «Модный рок»</p>	<p>Песня «Ваня пастушок»</p> <p>Песня «Кадриль»</p>
33-34	Я Н В А Р Б	<p>Танцевально-ритмическая гимнастика</p> <p>Игропластика</p> <p>Музыкально-подвижная игра</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Игропластика «Часики-ходики»</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Три поросенка»</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Горелки»</p>	<p>«Ни кола, ни двора»</p>
35-36		<p>Строевые упражнения</p> <p>Игроритмика</p> <p>Ритмический танец</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Игроритмика» Ходьба наоборот»</p> <p>Ритмический танец «Спенк» музыка в стиле диско</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Киселек»</p>	
37-38		<p>Строевые упражнения</p> <p>Игроритмика</p> <p>Ритмический танец</p> <p>Пальчиковая гимнастика</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Игроритмика» Ходьба наоборот»</p> <p>Ритмический танец «Спенк» музыка в стиле диско</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Киселек»</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Гонки мяча по кругу»</p>	
39-40		<p>Сюжетная игра «Королевство волшебных мячей»</p>	<p>Задачи. Закрепить выполнение упражнений танцевально-ритмической гимнастики с мячом «Белочка». Повторить игры с мячом. Развивать ловкость, ориентировку в пространстве.</p> <p>1. Построение в ширенгу</p> <p>2. ОРУ с мячами</p>	

			<p>3. Игра «Вызов номеров»</p> <p>4. Упражнения с мячами</p> <p>5. Передача по кругу</p> <p>6. В парах</p> <p>7. Игра «Чабаны и овцы» Играют две команды. В обруче мячи (овцы). Игроки первой команды раскатывают мячи по залу, по второму сигналу, игроки второй команды собирают мячи. Учитывается время сбора мячей. Затем команды меняются ролями</p> <p>8. Подведение итогов</p>	
41-42	Ф Е Р А	<p>Строевые упражнения</p> <p>Ритмический танец</p> <p>Танцевальные шаги</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Ритмический танец – «Спенк», «Тайм-Степ», музыка в ритме «ча-ча-ча»</p> <p>Танцевальные шаги -комбинация из изученных шагов</p>	
43-44	Л Б	<p>Музыкально-подвижная игра</p> <p>Танцевальные шаги</p> <p>Креативная гимнастика</p>	<p>Музыкально-подвижная игра «Запев-припев»</p> <p>Танцевальные шаги – «Самба»</p> <p>Креативная гимнастика «Художественная галерея»</p>	
45-46		<p>Хореографическое упражнение</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика</p> <p>Игроритмика</p> <p>Ритмический танец</p>	<p>Строевые упражнения</p> <p>Хореографическое упражнение – русский поклон</p> <p>Ритмический танец – «Круговая кадрили»</p> <p>Игроритмика - ходьба с хлопками</p> <p>Ритмический танец «Модный рок»</p>	
47-48		<p>Строевые упражнения</p> <p>Ритмический танец</p> <p>Игроритмика</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика</p>	<p>Строевые упражнения построение в шеренгу, перестроение в круг.</p> <p>Ритмический танец «Полька тройками» построение – тройками по кругу, левым плечом к центру.</p> <p>Игроритмика гимнастическое дирижирование – и.п. стойка руки вверх, 1- руки с акцентом вниз.2- руки в стороны 3- руки вверх</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика «Марш»</p>	
49-50	М А Р Т	<p>Строевые упражнения</p> <p>Игроритмика</p> <p>Музыкально-подвижная игра</p> <p>Дыхательная гимнастика</p>	<p>Строевые упражнения Строевой шаг на месте, походный шаг а передвижении. «Направо-налево- кругом» переступанием</p> <p>Игроритмика ходьба на каждый счет, хлопки через счет и другие сочетания ритмического рисунка. Перестроение и размыкание по ориентирам.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Дирижер – оркестр» по кругу</p>	

			<p>раскладываются кружки, на один меньше играющих. Все играющие стоят на посту, в кружках. Дирижер стоит в середине в руках погремушка (бубен, треугольник). Под музыку марша все играющие (солдатики)идут по кругу- строевым шагом. Вдруг в музыку вступает дирижер. Он стучит в погремушку в такт музыки. Солдатики, стараясь дойти до кружочка –поста, останавливаются и маршируют при шаге на месте. Дирижер тоже занимает любой кружок-пост. Кто останется без кружка-поста становится дирижером. В игре поощряются лучшие дирижеры и солдатики.</p> <p style="text-align: center;">Дыхательная гимнастика</p>	
51-52		Сюжетная игра «Россия – Родина моя»	<p>Задачи. Дать представление о характере русской пляски, народных забав и русских традициях. Содействовать развитию ловкости и быстроты движений. Воспитывать любовь к русским традициям.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнения «Матушка – Россия» 2. ОРУ «Богатырская сила» 3. Танец «Круговая кадрили» 4. Игра «Горелки» 5. Танец «Полька» 6. Танец «Русский хоровод» <p>Подведение итогов</p>	Богатырская сила
53-54		<p>Хореографическое упражнение Танцевально-ритмическая гимнастика Танцевальные шаги Акробатические упражнения Ритмический танец</p>	<p>Хореографическое упражнение – поклон для мальчиков, реверанс для девочек Танцевально-ритмическая гимнастика «Озорники» Танцевальные шаги приставной и скрестный шаг в сторону Акробатические упражнения Ванька-встанька» И.П. сед в группировке – перекаат назад и обратно сед в группировке (3-4 раза) перекаатом назад лечь на спину, ноги вперед (в потолок) – разведение ног врозь (3-4 раза), руки на внутренней стороне бедер – перекаатом вперед сед в группировку – сед ноги врозь, руки в стороны – наклон вперед руки вверх (на полу) – держать (3-4 с) – выпрямиться, сед «по- турецки» - встать через упор присев с опорой руками справа(слева)</p> <p style="text-align: center;">Ритмический танец «Слоненок»</p>	
55-56		<p>Хореографические упражнения Танцевально-ритмическая</p>	<p>Хореографические упражнения поклон для мальчиков, реверанс для девочек.</p>	

		<p>гимнастика Танцевальные шаги</p>	<p>Танцевально-ритмическая «Зарядка» Танцевальные шаги приставной и скрестный шаг в сторону Акробатические упражнения Переход из седа в упор стоя на коленях. Группировка в приседе и седе на пятках. Упражнение на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.</p>	
57-58	А П Р Е Л Б	<p>Хореографическое упражнение Танцевально-ритмическая гимнастика Игроритмика Ритмический танец</p>	<p>Строевые упражнения Хореографическое упражнение – русский поклон Ритмический танец – «Круговая кадрили» Игроритмика - ходьба с хлопками Ритмический танец «Модный рок»</p>	
59-60		<p>Строевые упражнения Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая Ритмический танец</p>	<p>Строевые упражнения Музыкально-подвижная игра «Гонка мячей в колоннах и шеренгах» Танцевально-ритмическая «Упражнение с обручем» Ритмический танец «Ча-ча-ча» Игровой самомассаж</p>	
61-62		<p>Креативная гимнастика Строевые упражнения Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая Ритмический танец</p>	<p>Креативная гимнастика - Строевые упражнения Музыкально-подвижная игра «Повтори за мной» Бальный танец «Полонез»</p>	
63-64		<p>Строевые упражнения «Солнышко» ОРУ с предметом (лента) Хореографическое упражнение – поклон и реверанс Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» -упражнение с двумя лентами Ритмический танец «Макарена»</p>	<p>Строевые упражнения «Солнышко» ОРУ с предметом (лента) Хореографическое упражнение – поклон и реверанс Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» -упражнение с двумя лентами Ритмический танец «Макарена»</p>	
65-66		<p>Сюжетная игра – «Путешествие в Игрой город»</p>	<p>Задачи. Уметь определять в музыкальном произведении – вступление, куплет, припев. Закрепить навык выполнения упражнения</p>	

			танцевально-ритмической гимнастики «Ванька-встанька» и танца «Божья коровка». Способствовать развитию пластичности, ловкости, музыкальности. 1. Построению в шеренгу 2. Станция «Игроритмика» Игра «Запев-припев» 3. Станция «Игротека» Игра «День-ночь» 4. Станция «Игропластика» «Ванька – встанька» 5. Станция «Игромассаж» 6. Подведение итогов	
67-68	М А Й	Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика Ритмический танец Игровой массаж	Музыкально-подвижная игра «Трансформеры» Танцевально-ритмическая гимнастика «Марш», «Три поросенка», «По секрету всему свету» Ритмический танец «Божья коровка» Игровой массаж Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	
69-70		Музыкально-подвижная игра Танцевально-ритмическая гимнастика Ритмический танец Игровой массаж	Музыкально-подвижная игра -«День-ночь» Танцевально-ритмическая гимнастика - «Марш», «Три поросенка», «По секрету всему свету анька-встанька» Ритмический танец «Божья коровка» Игровой массаж Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	«Лети коровка божья» «Мое русское Сердце» Т. Буланова
71-72		Музыкально-подвижная игра Хореографическое упражнение Акробатическое упражнение Танцевально-ритмическая гимнастика Ритмический танец Педагогический мониторинг	Музыкально-подвижная игра «Нам не страшен серый волк» (ловишки) Хореографическое упражнение – соединение изученных упражнений в законченную композицию. Перевод рук из одной позиции в другую на шаге. Акробатическое упражнение равновесие на одной ноге с опорой и без нее («ворона») Танцевально-ритмическая гимнастика «Пластилиновая ворона» Ритмический танец «Полька тройками» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Песня «А может быть ворона»

VI. Планируемые результаты

Первый год обучения (средняя группа)

К концу года дети могут иметь:

- соблюдать элементарные правила безопасности в ходе непрерывной образовательной деятельности;
- выполнять простейшие построения и перестроения, и построения;
- исполнять ритмические бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку;
- ритмично двигаться в различных музыкальных темпах;
- передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок;
- выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

Второй год обучения (старшая группа)

К концу года дети могут иметь:

- соблюдать правила безопасности в ходе непрерывной образовательной деятельности;
- передать характер музыкального произведения в движении (веселый, грустный, лирический, героический, т.д.);
- исполнять ритмические бальные танцы и комплексы упражнений третьего года обучения под музыку;
- выполнять задания по креативной гимнастике этого года обучения;
- владеть основным хореографическими упражнениями по программе этого года обучения.

Третий год обучения (подготовительная группа)

К концу года дети могут иметь:

- соблюдать правила безопасности и правила личной гигиены в ходе непрерывной образовательной деятельности;
- хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально-подвижных игр;
- выполнять специальные упражнения для согласования движения с музыкой;
- исполнять ритмические бальные танцы и комплексы упражнений четвертого года обучения под музыку;
- выполнять задания по креативной гимнастике этого года обучения;
- владеть основным хореографическими упражнениями по программе этого года обучения.

VII. Форма оценки планируемых результатов

Педагогический мониторинг достижения детьми планируемых результатов освоения программы проводится два раза в год методом наблюдения за детьми в процессе движения под музыку в условиях выполнения обычных и специально подобранных заданий на основе репертуара: вводный – в сентябре, где определяются стартовые возможности

детей, итоговый – в мае, где выявляется уровень сформированности умений и навыков, данные фиксируются.

Для контроля результативности обучения предусмотрены следующие мероприятия: проведение открытых компонентов непрерывной образовательной деятельности для родителей; проведение праздников, развлечений.