

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МБДОУ
«Детский сад № 459»
_____ Е.И. Матвеева
Приказ №77/1-о.д. от 15.08.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная
общеразвивающая программа
«Ритмическая мозаика»**

**Возраст обучающихся: 5 - 6 лет
Срок реализации: 1 год**

Принята на заседании
Педагогического совета
от 15.08.2025 г. протокол №1

г. Нижний Новгород
2025 г.

Содержание

1.	Паспорт программы	3
2.	Пояснительная записка	4
3.	Цель и задачи программы	6
4.	Планируемые результаты освоения программы	6
5.	Содержание программы «Ритмическая мозаика»	7
6.	Организационно-педагогические условия реализации программы	10
7.	Учебно-тематический план	11
8.	Календарный учебный график	11
9.	Учебный план	12
10.	Перспективный план по программе «Ритмическая мозаика»	12
11.	Методические материалы	15
12.	Материально-техническое обеспечение программы	16
13.	Форма аттестации по программе	16
14.	Взаимодействие с семьей	18
15.	Приложения	18
	Приложение 1. Конспект открытого занятия для родителей	18
	Приложение 2. Календарно-тематическое планирование	22

**Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная
общеразвивающая программа
«Ритмическая мозаика»
имеет художественную направленность**

1. Паспорт программы

Наименование программы	Дополнительная образовательная программа по ритмике для детей дошкольного возраста (5 – 6 лет) «Ритмическая мозаика»
Заказчик программы	Родители воспитанников детей дошкольного возраста
Организация исполнитель программы	МБДОУ «Детский сад № 459»
Целевая группа	Воспитанники 5 - 6 лет
Составители программы	Матвеева Е.И. – заведующий Аверьянова Н.В. – заместитель заведующего Сягина Н.В. – старший воспитатель Карпова И.А. – музыкальный руководитель
Сроки реализации программы	1 год

2. Пояснительная записка

Программа «Ритмическая мозаика» разработана на основе парциальных программ:

- «Са – фи – дансе» Ж. Е. Фирилевой, Е. Г. Сайкиной (СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016. – 352с.);
- «Фитнес – данс» Ж. Е. Фирилевой, Е. Г. Сайкиной (СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2010. – 384с.);

Программы модифицированы, адаптированы к условиям дополнительного образования детей в дошкольном учреждении.

Срок реализации программы – 1 год. Занятия проводятся с детьми старшей группы во второй половине дня один раз в неделю в течение 8 месяцев учебного года (с октября по май). Всего – 32 занятия в год.

Нормативно – правовое обеспечение программы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Приказ министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 года №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Федеральный закон «О защите прав потребителей» от 07.02.1992 № 2300 -1 (в последней редакции Федерального закона 25.06.2012 №93 –ФЗ);
- Правила оказания платных образовательных услуг, утвержденные Постановлением Правительства РФ от 15 сентября 2020 года N 1441;
- Приказ Министерства образования РФ от 13.01.2014 г. № 8 «Об утверждении примерной формы договора об оказании платных образовательных услуг в сфере общего образования»;
- Постановление администрации города Нижнего Новгорода от 05.04.2013 г. № 1228 «Об утверждении методических рекомендаций по расчету тарифов на услуги муниципальных предприятий и учреждений»
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 г
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г.
- Устав МБДОУ «Детский сад № 459»

Актуальность программы заключается в том, что её реализация способствует музыкально - ритмическому, физическому, эстетическому и в целом психическому развитию ребенка, а также его социализации в

обществе. Формирует художественный вкус и способствует развитию творческих способностей.

Дошкольный возраст является сензитивным периодом для освоения, как ритмической культуры слова, так и ритма движения. Ритм биения сердца матери - первый метроритм воспринимаемый ребенком. И далее в жизни все вокруг нас и внутри нас подчинено ритму, начиная с физиологических механизмов и заканчивая великим искусством ритма (музыкой, поэзией, хореографией, живописью). Двигательный навык, заложенный и автоматизированный в дошкольном возрасте, остается в «базе движений» человека всю жизнь, даже если не используется впоследствии.

Движение и ритм – это жизнь. Музыка и движение обладают огромными возможностями для полноценного гармоничного физического и духовного развития ребенка.

Данная программа по ритмике - это система специальных комплексных занятий, на которых средствами музыки и специальных двигательных упражнений, происходит овладение двигательными навыками, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются такие важные для подготовки к школьному обучению личностные качества, как саморегуляция, произвольность движений и поведения.

Способность к восприятию и воспроизведению ритма является универсальной способностью, которая выступает в качестве базисной по отношению к различным сложным видам деятельности (предметной, речевой, письменной).

Музыкально - ритмические занятия помогают вовлекать детей, активизировать их, пробуждать у них интерес к деятельности вообще, активизируют мышление. Музыкально – двигательные игры снимают у дошкольников психоэмоциональное напряжение, воспитывают навыки группового поведения, т. е. помогают более успешной социализации детей. Организация движений с помощью музыкального ритма развивает у дошкольников внимание, память, внутреннюю собранность, способствует целенаправленной деятельности.

Таким образом, актуальность данной программы обусловлена ее практической значимостью.

Специфика программы

Специфика программы, её педагогическая целесообразность в том, что обучение детей ритмическим движениям рассматривается как базисный этап, закладывающий «школу движений», развивающий психофизические качества, укрепляющий их здоровье.

Педагогическая значимость освоения программы «Ритмическая мозаика» обусловлена тем, что овладение ритмическими, и ритмопластическими движениями под музыку теснейшим образом связано с речевым, интеллектуальным, физическим, эмоциональным и нравственным развитием личности.

3. Цель и задачи программы

Цель программы - содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами музыкально - ритмического движения.

Задачи:

Образовательные:

- способствовать формированию чувства музыкального темпа, размера, восприятия ритмического рисунка;
- развивать умение согласовать движения с музыкой, словом;
- способствовать формированию навыков выразительности, пластичности, грациозности танцевальных движений и танцев;
- развивать разные виды внимания, памяти, мышления.

Воспитательные:

- содействовать формированию имитационно-подражательных выразительных движений под музыку;
- развивать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- способствовать формированию способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов (мимика, пластика и т. д.)
- развивать лидерство, инициативу, коммуникативные навыки посредством выполнения совместных действий и движений, танцев.

Оздоровительные:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечнососудистой и нервной систем организма;
- способствовать гармоничному развитию осанки, мышечного корсета;
- содействовать профилактике плоскостопия.

4. Планируемые результаты освоения программы

2-й год обучения (старшая группа)

По окончании второго года обучения занимающиеся дети выразительно самостоятельно двигаются под музыку, умеют передавать несложный ритмический рисунок хлопками и притопами. Могут точно координировать движения с основными средствами музыкальной выразительности. Владеют навыками передвижения по залу.

Приобретают «базу движений» в танцевальных упражнениях. Выполняют танцевальные движения и шаги: реверанс и поклон, перенос веса тела с одной ноги на другую, «ковырялочка», хороводный шаг, приставной боковой шаг, боковой галоп, боковой галоп в паре, прыжки на одной ноге, прыжки на двух ногах, бег с захлестом голени, подскок, шаги бальной польки (на шагах прямого галопа).

5.Содержание программы «Ритмическая мозаика»

Программа состоит из 10 разделов: «Игроритмика», «Игрогимнастика», «Игротанцы», «Танцевально-ритмическая гимнастика», «Игропластика», «Пальчиковая гимнастика», «Игровой самомассаж», «Музыкально-подвижные игры», «Игры-путешествия», «Креативная гимнастика».

Характеристика разделов

Раздел «Игроритмика» - основа 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 «Игροгимнастика» - основа для освоения ребенком различных видов движений, обеспечивающих эффективное формирование умений и навыков, необходимых при дальнейшей работе по программе «Са – Фи – Дансе». В раздел входят строевые, общеразвивающие, акробатические упражнения, а также на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Раздел «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.

Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика» - знакомит детей с образно-танцевальными композициями, 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 «Пальчиковая гимнастика» - основа для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребенка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Раздел «Игровой самомассаж» - основа закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Данные упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Раздел «Музыкально – подвижные игры» - 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.

Раздел «Игры – путешествия» (или сюжетные занятия) - включает все виды подвижной деятельности, используя средства предыдущих разделов программы. 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.

Содержание разделов программы «Ритмическая мозаика» Второй год обучения (старшая группа, 5-6 лет)

1. ИГРОРИТМИКА.

Специальные упражнения для согласования движений с музыкой.

Хлопки и удары ногой на каждый счет и через счет, только на первый счет. Выполнение простейших движений руками в различном темпе.

2. ИГРОГИМНАСТИКА.

а). Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну. Повороты переступанием по команде. Перестроение в круг. Бег по кругу и по ориентирам («змейкой»). Перестроение из одной шеренги в несколько по образному расчету и указанию педагога. Передвижение в обход шагом и бегом.

б). Общеразвивающие упражнения:

- Упражнения без предмета.

Ходьба на носках и с высоким подниманием бедра. Сочетание основных движений прямыми или согнутыми руками. Стойка на прямых и согнутых ногах в сочетании с другими движениями. Основные движения головой. Сочетание упоров с движениями ногами.

- Упражнения с предметами.

Упражнения с платочками, шарфиками, косынками.

в). Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки.

Потряхивание кистями и предплечьями. Раскачивание руками из различных исходных положений. Контрастное движение руками на напряжение и расслабление. Расслабление рук в положении лежа на спине. Посегментное свободное расслабление рук в положении лежа на спине, потряхивание ногами из положения лежа на спине. Лежа на спине при напряжении мышц — выдох; при расслаблении мышц — вдох. Упражнения на осанку в стойке; руки за спину с захватом локтей. Имитационные, образные упражнения.

г). Акробатические упражнения.

Группировка в положениях лежа и сидя, перекаты в ней вперед — назад. Из упора присев переход в положение лежа на спине. Сед ноги врозь широко. Равновесие на одной ноге с опорой и без опоры. Комбинации акробатических упражнений в образно-двигательных действиях.

3. ИГРОТАНЦЫ.

а). Хореографические упражнения.

Танцевальные позиции ног: первая, вторая, третья. Танцевальные позиции рук: подготовительная, первая, вторая, третья. Выставление ноги в сторону на носок, стоя лицом к опоре. Повороты направо-налево, переступая на носках, держась за опору. Полуприседы, стоя боком к опоре. Комбинации хореографических упражнений.

б). Танцевальные шаги.

Мягкий, высокий, высокий на носках, приставной, скрестный в сторону, переменный и русский хороводный шаги. Прыжки с ноги на ногу, другую ногу сгибая назад, то же с поворотом на 360 на шагах. Комбинации из изученных танцевальных шагов.

в). Ритмические и балльные танцы:

«Автостоп», «Большая прогулка», «Вару-вару», полька «Старый Жук», «Большая стирка», «Полька-хлопушка», «Матушка-Россия».

4.ТАНЦЕВАЛЬНО — РИТМИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА.

Специальные композиции и комплексы упражнений «Часики», «Карусельные лошадки», «Песня короля», «Воробьиная дискотека», «Ну, погоди!», «Сосулька», «Упражнение с платочками».

5.ИГРОПЛАСТИКА.

Специальные упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Комплексы упражнений.

6.ПАЛЬЧИКОВАЯ ГИМНАСТИКА.

Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях: поочередное сгибание и разгибание пальцев, работа одним пальцем, круговые движения кистью и пальцами, выставление одного, двух и т. д. пальцев, «сцепление», соединение большого пальца с другими, касание пальцев одной руки с другой рукой («здороваются»), движение пальцев по различным частям тела и поверхности стола. Упражнения пальчиками с речетативом.

7.ИГРОВОЙ САМОМАССАЖ.

Поглаживание отдельных частей тела в определенном порядке в образно-игровой форме.

8.МУЗЫКАЛЬНО — ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ:

«Карлики и великаны», «Найди предмет», «Два Мороза», «Птица без гнезда», «Автомобили», «Воробушек», «Космонавты», «Усни-трав», «Поезд», «Музыкальные стулья»; музыкально-подвижные игры по ритмике и с использованием строевых и общеразвивающих упражнений.

9.ИГРЫ — ПУТЕШЕСТВИЯ:

«Лесные приключения», «Времена года», «На выручку карусельных лошадок», «Путешествие в Кукляндию», «Космическое путешествие на Марс», «В мире музыки и танца».

10. КРЕАТИВНАЯ ГИМНАСТИКА.

Музыкально-творческие игры «Ай да я!», «Творческая импровизация». Специальные задания «Художественная галерея», «Выставка картин».

6. Организационно-педагогические условия реализации программы

Форма обучения – очная.

Форма организация образовательной деятельности - групповая

Форма организации образовательной деятельности - занятие.

Наполняемость группы – 14 человек.

Продолжительность одного занятия соответствует программным требованиям и возрасту детей:

- 6-й год жизни (старшая группа) – 25 минут (1 академический час);

Режим занятий: 1 раз в неделю во 2-й половине дня.

Срок реализации программы: 8 месяцев

Объем: 32 академических часа

Принципы построения программы:

- принцип непрерывности процесса обучения (преемственности между целями, задачами и содержанием разделов программы);
- принцип интеграции основного и дополнительного образования, адаптации в социокультурной среде;
- принцип личностно – ориентированного характера обучения;
- принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок;
- принцип систематичности;
- принцип вариативности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности.

7. Учебно-тематический план старшая группа (5-6 лет)

№ п/п	Раздел программы	Всего	Теорети ч.	Прак тич.	Форма промежуточной аттестации
1	Игроритмика	3	-	3	Педагогическое наблюдение
2	Игрогимнастика	2	-	2	Педагогическое наблюдение
3	Игротанцы	3	-	3	Педагогическое наблюдение
4	Танцевально-ритмическая гимнастика	15	-	15	Педагогическое наблюдение
5	Игропластика	2	-	2	Педагогическое наблюдение
6	Пальчиковая гимнастика	1	-	1	Педагогическое наблюдение
7	Игровой самомассаж	1	-	1	Педагогическое наблюдение
8	Музыкально – подвижные игры	2	-	2	Педагогическое наблюдение
9	Игры - путешествия	2	-	2	Педагогическое наблюдение
10	Креативная гимнастика	1	-	1	Педагогическое наблюдение
Всего часов:		32		32	

8. Календарный учебный график

Календарный учебный график разработан в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СП 2.4.3648-20» Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 г

СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г.

Календарный учебный график

Начало занятий	1 октября
Окончание занятий	31 мая
Количество занятий в неделю	1
Количество занятий в месяц	4
Период реализации программы	8 месяцев
Количество занятий в год	32
Время проведения занятий	Вторая половина дня
Нерабочие дни	Суббота, воскресенье, государственные праздники
Каникулы	С 29.12.2025 по 11.01.2026

	01.06.2026 -31.08.2026
Педагогическое наблюдение (мониторинг)	
январь, май	
Продолжительность занятий	
25 минут	

9. Учебный план

по дополнительным общеобразовательным программам –
дополнительным общеразвивающим программам на 2025-2026 учебный
год

Название программы	Вид занятий	Возраст обучающихся	Количество занятий в неделю	Количество занятий в месяц	Количество занятий в год	Продолжительность занятий (мин)
«Ритмическая мозаика»	групповые	5-6 лет	1	4	32	25

10. Перспективный план по программе «Ритмическая мозаика»

Старшая группа (5 – 6 лет)

№ недели	Тема	Количество часов
	ОКТАБРЬ	
1	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета Игропластика «Укрепи животик», «Укрепи спинку» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	1
2	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	1
3	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика «Ходьба на счёт и через счёт» Общеразвивающие упражнения без предмета Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	1
4	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика «Ходьба на счёт и через счёт» Музыкально – подвижная игра «Музыкальные стулья»	1
	НОЯБРЬ	
1	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	1

2	Танцевальные шаги «Шаг галопа в сторону и вперёд» Строевые упражнения «Цапля» Игроритмика «Весёлые ладошки» Игровой самомассаж «Ладшки»	1
3	Строевые упражнения «Змейка» Бальный танец «Конькобежцы» Музыкально – подвижная игра «Волк во рву»	1
4	Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Игровой самомассаж «Гусеница»	1
	ДЕКАБРЬ	
1	Хореографические упражнения – поклон для мальчиков, реверанс для девочек Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка» Танцевальные шаги: приставной и скрестный шаг в сторону Акробатические упражнения	1
2	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Хлопки и притопы» Танцевальные шаги: шаг с подскоком Ритмический танец «Полька» Игровой самомассаж	1
3	Сюжетная игра «Путешествие на северный полюс»	1
4	Строевые упражнения – построение в шеренгу, перестроение в круг по сигналу Ритмический танец «Полька» Игроритмика – притопы Танцевально ритмическая гимнастика «Зарядка»	1
	ЯНВАРЬ	
1	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники» Креативная гимнастика «Снежинка» Акробатические упражнения «Гимнасты» Музыкально - подвижная игра «Пятнашки»	1
2	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг - волшебник» Ритмический танец «Модный рок», «В ритме польки» Подвижная игра «Стрекоза»	1
3	Пальчиковая гимнастика «Белка» Танцевально - ритмическая гимнастика «Всадник» Креативная гимнастика «Дружба» Бальный танец «Падеграс» Подвижная игра «Конники - спортсмены»	1
4	Сюжетная игра – путешествие «Пограничники»	1
	ФЕВРАЛЬ	
1	Строевые упражнения «Быстро по местам!» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Скакалка»	1
2	Танцевально - ритмическая гимнастика «Ванечка - пастух» Игропластика «Игра по станциям»	1
	Строевые упражнения «Передвижение шагом и бегом»	

3	Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Весёлые поросята» Бальный танец «Падеграс»	1
4	Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Семья» Танцевально – ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» Музыкально – подвижная игра «Пятнашки»	1
МАРТ		
1	Сюжетная игра – путешествие «Путешествие в Спортландию»	1
2	Строевые упражнения «Построение в шеренгу» Танцевальные шаги: русский попеременный, шаг с притопом, шаг с припаданием Ритмический танец «Макарена»	1
3	Креативная гимнастика «Художественная галерея...» Танцевально - ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» Игропластика «Цирк»	1
4	Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Дирижёр» Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек»	1
АПРЕЛЬ		
1	Музыкально – подвижная игра «Звездочёт» Танцевально - ритмическая гимнастика «Облака», «Ванечка - пастух» Креативная гимнастика «Выставка картин»	1
2	Сюжетная игра «Маугли»	1
3	Пальчиковая гимнастика «Белка» Танцевально - ритмическая гимнастика «Всадник» Креативная гимнастика «Дружба» Бальный танец «Падеграс» Подвижная игра «Конники - спортсмены»	1
4	Строевое упражнение «Солнышко». Хореографические упражнения – поклон и реверанс Танцевально - ритмическая гимнастика «Облака» Ритмический танец «Макарена»	1
МАЙ		
1	Ритмический танец «Русский хоровод» Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» Танцевально – ритмическая гимнастика «Травушка - муравушка» Упражнение на дыхание «Цветок»	1
2	Пальчиковая гимнастика «Человечки», «Игра на рояле» Игропластика «Хитрая лиса» Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка», «Четыре таракана и сверчок», «Облака» Креативная гимнастика «Ай, да я!»	1
3	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники» Креативная гимнастика «Одуванчик»	1

	Акробатические упражнения «Гимнасты»	
4	Открытое занятие для родителей «Приходи, сказка!»	1
ИТОГО:		32 занятия 800 мин. 13час.30мин.

Периодичность занятий – 1 раз в неделю

Продолжительность занятия – 25 минут

11. Методические материалы

Методы и приёмы, используемые в реализации программы: игровой (основной метод); наглядный, словесный, практический.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

I этап - обучение упражнению (*название упражнения, показ, объяснение техники, опробование упражнения*);

II этап - углубленное разучивание упражнения (*уточнение двигательных действий, понимание закономерностей движения, усовершенствование ритма, свободное и слитное выполнение упражнения*);

III этап - закрепление и совершенствование упражнения (*закрепление двигательного навыка, выполнение упражнения более высокого уровня, использование упражнений в комбинации с другими упражнениями, формирование индивидуального стиля*).

Первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение. Используемые музыкальные произведения разнообразны по жанру, стилю, форме, размеру, темпу, но при всем при этом доступны пониманию детей, выразительны, пробуждают фантазию и воображение.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений.

Структура занятия – общепринятая. Каждое состоит из трех частей.

I часть – подготовительная.

Занимает 5-15 % общего времени занятия. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребенка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (строевые, разминочные упражнения, ритмические упражнения и задания, музыкально - подвижные игры, танцевальные шаги).

II часть – основная.

Занимает 70-85% общего времени занятия. В этой части решаются основные задачи, идет работа над развитием двигательных способностей, дается большой объем знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические композиции, танцы, фитбол – аэробика, гимнастика, музыкально-подвижные игры, этюды, психогимнастика.

III часть – заключительная.

Эта часть занятия длится от 3 до 7% общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные, на растягивание мышц, пассивная релаксация.

Каждое занятие – это единое целое, где все элементы взаимосвязаны между собой. Занятия составлены в соответствии с возрастными особенностями детей.

Программно – методическое обеспечение

№	Автор	Название методического пособия
1	Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г.	«СА – ФИ – ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2016. – 352с.
2	Фирилёва Ж.Е., Сайкина Е.Г.	Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС». Учебное пособие – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2010. – 384 с.
Педагогические технологии		
1	Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н	Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 5 – 6 лет): Из опыта работы муз. руководителей дет. садов – М.: Просвещение, 1983. – 238с.
2	Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н	Музыка и движение: (Упражнения, игры и пляски для детей 6 – 7 лет): Из опыта работы муз. руководителей дет. садов – М.: Просвещение, 1984. – 288с.

12. Материально-техническое обеспечение программы

Занятия проводятся в музыкальном зале.

1. ТСО: Пианино «Лирика», Ноутбук HP 255, Музыкальный центр LG, Музыкальный центр Филипс, Магнитофон PANASONIC, Телевизор LENTEL, DVD плеер BVK
2. Мебель: Тумба для оргтехники, Столик под телевизор, Стол квадратный Осень, Зеркало, Стеллаж, Кресло красное, Стульчики детские
3. Шапочки: Кошка, Медведь, Заяц, Волк, Белый медведь, Ёжик
4. Костюмы: Конфетки, Лиса, Белочка, Гимнастерка, пилотка, Матрос, Принц, Волшебник, Платочек в руку, Сарафан Забава, Косоворотка, Юбка детская в горох, Платье в горох эстрадное, Рубашка атласная, Рубашка Забава, Косоворотка, Юбка Снежинка, Пчелка, Юбка атласная на сетке, Рубашки Стиляги, Брюки детские, Подтяжки, Платье Каприз
5. Расходные материалы: диски, флэш-карта
6. Атрибуты: ленты, флажки, султанчики, зонтики

13. Форма аттестации по программе «Ритмическая мозаика»

Аттестация по программе «Ритмическая мозаика» проходит в форме промежуточной и итоговой аттестации.

Промежуточная аттестация проводится 1 раз в январе в форме педагогического наблюдения (мониторинга) за детьми на занятии и заносится в Карту диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребёнка, представленную в **Оценочных материалах**.

Итоговая аттестация проводится в мае в формах:

1. Педагогического наблюдения (мониторинга) за детьми на занятии и заносится в «Карту диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребёнка», представленную в **Оценочных материалах**.
2. Отчетного открытого занятия для родителей, конспект которого представлен в Приложении 1.

Оценочные материалы

«Карта диагностики уровня музыкального и психомоторного развития ребёнка»

Ф.И. ребёнка _____

Год рождения _____

Параметры	январь	май
1. Музыкальность (способность к отражению в движении характера музыки и основных средств выразительности).		
2. Эмоциональная сфера (выразительность мимики и пантомимики, умение передавать в мимике, позе, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции (страх, радость, удивление, настороженность, восторг, тревогу и т.д.), умение выразить свои чувства не только в движении).		
3. Проявление некоторых характерологических особенностей ребенка (скованность-общительность, экстраверсия-интроверсия).		
4. Творческие проявления в движениях – умение импровизировать под знакомую и незнакомую музыку на основе освоенных на занятиях движений. Творческая одаренность проявляется в особой выразительности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку.		
5. Пластичность, гибкость – мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения.		
6. Координация движений – точность, ловкость движений, координация рук и ног при выполнении упражнений (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях); правильное сочетание движений рук и ног при ходьбе.		
7. Внимание – способность не отвлекаться от музыки и процесса движения.		
8. Память – способность запоминать музыку и движения.		

14. Взаимодействие с семьёй

Направления работы:

Консультации (индивидуальные и групповые)

- Беседы

Выступление на родительских собраниях, круглых столах (ознакомить родителей с задачами музыкально – ритмического развития дошкольников, кратко и доступно раскрыть суть программы по ритмике.)

- Фото - и видеоотчеты с занятий ритмикой.

- Выступление детей на праздниках в ДОУ

- Отчетные показательные занятия в конце года для родителей и законных представителей

Приложения

Приложение 1

Конспект открытого занятия для родителей старшей группы «Приходи, сказка!»

Задачи:

- Повторить изученный материал по танцевальной ритмике.
- Содействовать развитию ритмичности, музыкальности и выразительности движений.
- Способствовать развитию внимания и ориентировки в пространстве

Атрибуты:

1. Письмо Бабы-Яги
2. Черный кот (кукла би-ба-бо)
3. Картинки: Гулливера и лилипутов, кота Леопольда, Бременских музыкантов, лисы Алисы и кота Базилио
4. Эмблемы 3-х королевств

Ход занятия:

Дети входят в зал под песню «В мире много сказок» муз. В. Шаинского, сл. Ю. Энтина)

Педагог:

Ребята, сегодня у нас необычное занятие, волшебное. На с вами ждут интересные встречи и приключения. Мы будем путешествовать по волшебным сказкам. Но прежде, чем отправиться в путь, надо разбиться на три сказочных королевства, которые будут соревноваться друг с другом.

Дети перестраиваются в три шеренги

Проводится музыкально-подвижная игра

«Музыкальные королевства»

(по принципу игры «Музыкальные змейки»)

Дети делятся на три колонны (королевства). Каждая колонна выбирает себе определённую мелодию:

- **«Королевство Бременских музыкантов»** (песня «Ничего на свете лучше нету» муз. Г. Гладкова, сл. Ю. Энтина)

- **Королевство Тарабарского короля»** (песня «Поле чудес», муз. А. Рыбникова, сл. Ю. Энтина)

- **Королевство кота Леопольда»** (песня «В доме 8/1», муз. Б. Савельева, сл. А. Хайта).

Как только зазвучит одна из мелодий, колонна, выбравшая её, двигается по залу в любом направлении за впереди стоящим. Но вдруг звучит другая мелодия, так же действует другая колонна, а первая останавливается в основной стойке или принимает упор присев. Третья колонна действует аналогично. Но вот звучит музыка никем не выбранная и звучит команда: «На свои места!» все дети бегут и строятся в колонны на свои первоначальные места.

По окончании игры проводится подведение итогов.

Педагог:

Итак, ребята, мы с вами отправились в путь.

(Звучит вступление к сказке «В мире много сказок», муз. В. Шаинского, сл. Ю. Энтина)

И первое королевство, которое открывает нам свои двери – это **«Королевство Крокодила Гены».**

Исполняется танцевально-ритмическое упражнение

«Зарядка»

*(песня «Пусть бегут неуклюже» (муз. В. Шаинского, сл. А. Тимофеева)
(Фирилёва Ж.Е. «Са-фи-дансе», с.157)*

Педагог:

Наше путешествие продолжается.

Проводится музыкально-подвижная игра

«Музыкальные королевства»

(по принципу игры «Музыкальные змейки»)

Педагог:

Ребята, а сейчас мы попали в **«Королевство лилипутов»**

Проводится игра на внимание «Гулливер и лилипуты»

(Фирилёва Ж.Е. «Са-фи-дансе», с.220)

Все дети стоят в шеренге. Педагог читает детям любой коротенький отрывок из книги Д. Свифта «Путешествие Гулливера». Как только звучат слова «Гулливер» или «Человек-Гора», все дети встают на носки и поднимают руки вверх, а если звучат слова «лилипуты» или «человечки», все быстро принимают упор присев.

*Звучит отрывок песни «Лукоморье» (аудиокассета «Песни Лукоморья»)
Появляется кукла би-ба-бо черный кот.*

Кот:

Здравствуйтесь, ребята! Рад приветствовать вас в королевстве «Лукоморье»! И предлагаю вам вместе со мной станцевать

Исполняется танцевально-ритмическое упражнение

«Черный кот»

(«Песня черного кота» муз. Г. Гладкова, сл. Ю. Энтина)

(Фирилёва Ж.Е. «Са-фи-дансе», с.218)

Кот:

Ребята, меня просили передать вам письмо! *(Отдает письмо)*

Педагог:

От кого оно? Такое странное!

Кот:

Не скажу, когда его прочитаете, сами узнаете, а мне пора, до свидания!

Педагог *(читает письмо):*

«Я Баба-Яга – костяная нога! Здравствуйтесь, ребята! Как вам наша страна чудес нравится? С непроходимыми лесами, с дикими болотами, с птице невиданной, со зверьём неслыханным? Ох, и поводила бы я вас по моему лесу, ох, и чудес бы вам показала, да поссорилась я шибко с Кощеем Бессмертным, сижу я взаперти. Задумал он погубить вас, превратив вас всех в тараканов и сверчков. Ничем помочь не смогу, только подскажу вам, что от любого злого колдовства всегда помогает песня, танец и доброе отношение друг к другу. А вы как думаете? С лесным приветом Бабка-Ёжка!»

Давайте, ребята, станцуем веселый танец и колдовство Кощеево развеется.

Исполняется танец

«Четыре таракана и сверчок»

(Фирилёва Ж.Е. «Са-фи-дансе», с.181)

Педагог:

Сказка не кончается, наше волшебное путешествие продолжается.

Проводится музыкально-подвижная игра

«Музыкальные королевства»

(по принципу игры «Музыкальные змейки»)

Педагог:

Вот и подошло к концу наше путешествие по сказкам, давайте попрощаемся с ними.

Исполняется танцевально – ритмическое упражнение

«Приходи, сказка!»

(Фирилёва Ж.Е. «Са-фи-дансе», с.2091)

Подведение итогов, выявляется самое лучшее и дружное королевство, детям вручаются призы и поощрения.

Дети организованно выходят из зала под песню «В мире много сказок» (муз. В. Шаинского, сл. Ю. Энтина)

**Календарно-тематическое планирование работы с детьми по дополнительной общеобразовательной программе
по развитию музыкально-ритмических движений
«Ритмическая мозаика»**

Второй год обучения - старшая группа (5-6 лет)

Итого: 4 занятия в месяц

32 занятия в год

Второй год обучения – старшая группа (5 – 6 лет)

№ занятия	Месяц	Тема	Содержание образовательной деятельности	Репертуар
1	Октябрь	Педагогический мониторинг		
		Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета Игропластика «Укрепи животик», «Укрепи спинку» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета. Комбинированные упражнения в стойках. Различные движения ногами в упоре стоя, согнувшись и упоре присев. Игропластика «Укрепи животик», «Укрепи спинку». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Посегментное расслабление руками на различное количество счетов.	Песня «День рождения», муз.В. Шаинского, сл. А. Тимофеева
2		Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 155) Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!» Общеразвивающие упражнения без предмета Различные движения ногами в упоре стоя, согнувшись и упоре присев. Музыкально-подвижная игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное раскачивание рук при поворотах туловища.	Песня «День рождения», В. Шаинского, А. Тимофеева
3		Строевые упражнения «Становись!»,	Строевые упражнения «Становись!», «Разойдись!»	Песня «День

		«Разойдись!» Игроритмика «Ходьба на счёт и через счёт» Акробатические упражнения. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Игроритмика «Ходьба на счёт и через счёт». 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. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	рождения», муз.В. Шаинского, сл.А. Тимофеева
4		Строевые упражнение «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика «Ходьба на счёт и через счёт» Музыкально – подвижная игра «Музыкальные стулья» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 114)	Строевые упражнение «Становись!», «Разойдись!» Игроритмика «Ходьба на счёт и через счёт». Музыкально – подвижная игра «Музыкальные стулья». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Посегментное расслабление руками на различное количество счетов. Музыкальная игра на определение характера музыкального произведения.	Песня «День рождения», муз.В. Шаинского, сл.А. Тимофеева

1	Ноябрь	Строевые упражнения – построение в шеренгу и колонну по сигналу Игроритмика «Хлопки и притопы» Музыкально – подвижная игра «Волк во рву» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 156) Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Игроритмика «Хлопки и притопы». Музыкально – подвижная игра «Волк во рву». Игропластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное раскачивание рук при поворотах туловища.	
2		Танцевальные шаги «Шаг галопа в сторону и вперёд» Строевые упражнения «Цапля» Игроритмика «Весёлые ладошки» Игровой самомассаж «Ладочки»	Танцевальные шаги «Шаг галопа в сторону и вперёд». Строевые упражнения «Цапля». Акробатические упражнения. Переход из седа в упор стоя на коленях. Игроритмика «Весёлые ладошки». Игровой самомассаж «Ладочки».	
3		Строевые упражнение «Змейка» Бальный танец «Конькобежцы» (Ж.	Строевые упражнение «Змейка». Бальный танец «Конькобежцы».	Музыка любой польки

		<i>Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 152)</i> Музыкально – подвижная игра «Волк во рву» (<i>Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 156)</i>	Музыкально – подвижная игра «Волк во рву». Игропластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы в образных двигательных действиях в заданиях.	
4		Акробатические упражнения «Группировка» Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Игровой самомассаж «Гусеница»	Акробатические упражнения «Группировка». Игроритмика. Ходьба на каждый счет и через счет. Построение по ориентирам. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Посегментное расслабление руками на различное количество счетов. Игровой самомассаж «Гусеница».	
1	Декабрь	Хореографические упражнения – поклон для мальчиков, реверанс для девочек Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка» (<i>Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 157)</i> Танцевальные шаги: приставной и скрестный шаг в сторону Акробатические упражнения	Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Танцевально – ритмическая гимнастика «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. Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рук. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	
2		Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Хлопки и притопы» Танцевальные шаги: шаг с подскоком Ритмический танец «Полька» (<i>Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 148)</i> Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Хлопки и притопы». Танцевальные шаги: шаг с подскоком. Ритмический танец «Полька». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	
3		Сюжетная игра «Путешествие на северный полюс» (<i>Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 160)</i>	Сюжетная игра «Путешествие на северный полюс» Задачи. Закрепить выполнение танца «Конькобежцы». Способствовать развитию ловкости, быстроты и ориентировки в пространстве. Содействовать развитию	

			внимания и равновесия. 1. Построение в шеренгу «Проверка физической подготовки»: «выбегание по трапу» — ходьба по скамейке с различным положением рук; «лазание по реям» — лазание по скамейке в упоре стоя на коленях. 2. «Подготовка к отплытию». Комплекс общеразвивающих упражнений на скамейке (имитация движений гребли, лазания), а также использовать движения танца сидя. 3. «Прибытие на Северный полюс». Игра «Северный ветер и южный ветер» (по типу игры «Пятнашки»). 4. «Исследование новой земли». Перестроение парами. Танец «Конькобежцы». (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 152) 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 Организованный выход из зала под песню «Полный вперед».	Песня «Полный вперед», муз.Г. Гладкова, «Морская песенка», муз..Гладкова
4		Строевые упражнения – построение в шеренгу, перестроение в круг по сигналу. Ритмический танец «Полька» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 162) Игроритмика – притопы Танцевально ритмическая гимнастика «Зарядка» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 157)	Строевые упражнения. Построение в шеренгу, повороты. налево, направо по распоряжению. Перестроение в круг по сигналу. Ритмический танец «Полька». Игроритмика – притопы. Музыкально-подвижная игра «Волк во рву». Танцевально-ритмическая гимнастика «Зарядка». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях.	Музыка «Йоксу-полька»
1	Январь	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники»	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники». Игроритмика. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками	

		Креативная гимнастика «Снежинка» Акробатические упражнения «Гимнасты» Музыкально - подвижная игра «Пятнашки»	через счет и наоборот. Креативная гимнастика «Снежинка». Акробатические упражнения «Гимнасты». Музыкально - подвижная игра «Пятнашки».	
2		Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг - волшебник» Ритмический танец «Модный рок» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 93) 168), «В ритме польки» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 93) Подвижная игра «Стрекоза»	Строевые упражнения «Группа, смирно!» Игроритмика «Маг - волшебник». Ритмический танец «Модный рок», «В ритме польки». Подвижная игра «Пчелка». Пальчиковая гимнастика. Общеразвивающие упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях со стихами и речитативами. В конце занятия потряхивание пальцами рук.	
3		Пальчиковая гимнастика «Белка» Танцевально ритмическая гимнастика «Всадник» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 165) Креативная гимнастика «Дружба» Бальный танец «Падеграс» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 176)) Подвижная игра «Конники - спортсмены» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 105)	Игроритмика. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Пальчиковая гимнастика «Белка». Танцевально - ритмическая гимнастика «Всадник». Креативная гимнастика «Дружба». Бальный танец «Па-де-грас». Подвижная игра «Конники - спортсмены».	
4		Сюжетная игра «Пограничники» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 169)	Сюжетная игра «Пограничники» Задачи. Совершенствовать выполнение 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 (в три отделения). ОРУ	«Кукушка», муз. А. Варламова, аудиокассета «Веселая

			4. «Утренний осмотр». Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Зарядка». 5. «Проверка внимания». Игра «Пограничники, смирно!» («Группа, смирно!»). 6. «Преследование нарушителя». Игра «День и ночь». 7. «Поимка нарушителя». Игра по типу игры «Волк во рву». 8. «Веселый досуг». Исполняется танец «В ритме польки». 9. Подведение итогов. Награждение отличительными значками. Организованный выход под музыку.	дискотека»
1	Февраль	Строевые упражнения «Быстро по местам!» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Скакалка»	Строевые упражнения «Быстро по местам!» Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге по ориентирам. Игроритмика «Ходьба наоборот». Танцевальные шаги. Пружинистые движения ногами на полуприседе. «Кик» движение. Ритмический танец «Скакалка».	
2		Танцевально - ритмическая гимнастика «Ванечка - пастух» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 173) Игропластика «Игра по станциям»	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Танцевально - ритмическая гимнастика «Ванечка - пастух» упражнение для пальчиков в образно-танцевальной форме. Игропластика «Игра по станциям» Пальчиковая гимнастика упражнения и игры пальчиками в двигательных и образных действиях со стихами и речитативами. В конце урока потряхивание пальцами рук.	Песня «Ваня-пастушок», сл Ю. Мориц, муз.С. Никитина
3		Строевые упражнения «Передвижение шагом и бегом» Игроритмика «Ходьба наоборот» Ритмический танец «Весёлые поросята» Бальный танец «Па-де-грас»	Строевые упражнения «Передвижение шагом и бегом». Игроритмика «Ходьба наоборот». Ритмический танец «Весёлые поросята». Бальный танец «Падеграс».	Песня «Маленькая страна», (муз. И. Николаева)
4		Игропластика «Змея» Пальчиковая гимнастика «Семья» Танцевально – ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» (Ж. Фирилёва «Са-фи-	Строевые упражнения Построение в шеренгу. Повороты направо, налево . Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге по ориентирам. Игропластика «Змея».	

		дансе», с. 181) Музыкально – подвижная игра «Пятнашки»	Пальчиковая гимнастика «Семья». Танцевально – ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» - танцевально-беговое упражнение. Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» (салки) — с «замораживанием».	
1	Март	Сюжетная игра - путешествие «Путешествие в Спортландию» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 178)	Сюжетная игра – путешествие «Путешествие в Спортландию» Задачи: Ознакомить ребят с Олимпийскими играми. Закрепить выполнение танцев «Падеграс» и «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. Дать названия командам, выбрать капитанов. 3. «Тренировка». Перед тем, как начать соревноваться, выполняют разминку. Выполнение общеразвивающих упражнений под песню Подведение итогов. 4. «Клятва олимпийцев». 5. «Открытие игр». Зажжение олимпийского огня и подъем олимпийского флага. Показательные выступления Танец «Падеграс» 6. Знакомство с олимпийскими видами спорта. «Легкая атлетика». Игра «Пятнашки» Водящие — капитаны команд. 7. «Гимнастика». Выполнение изученных акробатических упражнений: виды группировок, перекатов, равновесия. 8. «Спортивные танцы». Танец «Модный рок». (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 168) 9. «Награждение и финал». Подведение итогов.	«Олимпийский марш», муз. А. Пахмутовой, песня «Богатырская сила», муз. С. Намина
2		Строевые упражнения «Построение в шеренгу» Танцевальные шаги: русский попеременный, шаг с притопом, шаг	Строевые упражнения «Построение в шеренгу» Танцевальные шаги: русский попеременный, шаг с притопом, шаг с припаданием. Игроритмика. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками	«Макарена», одноименная музыка

		с припаданием Ритмический танец «Макарена» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 183)	через счет и наоборот. Ритмический танец «Макарена». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Потряхивание ногами в положении стоя.	
3		Креативная гимнастика «Художественная галерея...» Танцевально - ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 184) Игропластика «Цирк»	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Игроритмика. Гимнастическое дирижирование — тактирование на музыкальный размер 2/4. Креативная гимнастика «Художественная галерея...» Танцевально - ритмическая гимнастика «Четыре таракана и сверчок» — танцевально-беговое упражнение. Игропластика «Цирк».	Итальянская народная песня, Ю. Батецкий, пер. М. Виккерса
4		Строевые упражнения «Солдатики» Игроритмика «Дирижёр» Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» Креативная гимнастика «Магазин игрушек»	Строевые упражнения «Солдатики». Игроритмика «Дирижёр». Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» (салки) — с «домиками». Креативная гимнастика «Магазин игрушек». Игровой самомассаж. Поглаживание и растирание ладоней, предплечья и плеча в положении сидя в образно- игровой форме. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Потряхивание ногами в положении стоя.	
1	Апрель	Музыкально – подвижная игра «Звездочёт» Танцевально - ритмическая гимнастика «Облака», «Ванечка - пастух» Креативная гимнастика «Выставка картин»	Музыкально – подвижная игра «Звездочёт». Танцевально - ритмическая гимнастика «Облака», «Ванечка - пастух». Креативная гимнастика «Выставка картин». Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободный вис на гимнастической стенке.	
2		Сюжетная игра «Маугли» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 185)	Сюжетная игра «Маугли» Задачи: Ознакомить детей с героями книги Редьяра Киплинга «Маугли». Совершенствовать выполнение разученных	

			танцевальных композиций. Содействовать развитию ритмичности, музыкальности. Способствовать развитию силы, ловкости, гибкости. Вход в зал под песню «Маугли» Построение в шеренгу. Упражнения в ходьбе: «раздвигаем руками ветви деревьев» — руки в стороны; «рубим лианы» — ходьба с наклоном вперед; «перешагивание через кочки» — ходьба с высоким подниманием бедра; «перелезание через валуны» (скамейку). Упражнение танцевально-ритмической гимнастики «Воробьиная дискотека». Игра «Ловля обезьян» по типу игры «Пятнашки». Танец «Макарена». Игропластика. Задания мишки Балуга: упражнения для развития силы мышц, упражнения для развития гибкости. Подведение итогов урока. Организованный выход из зала под песню «Маугли».	Песня «Маугли», исполняет Р. Газманов
3		Пальчиковая гимнастика «Белка» Танцевально - ритмическая гимнастика «Всадник» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 165) Креативная гимнастика «Дружба» Бальный танец «Падеграс» Подвижная игра «Конники - спортсмены» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 105)	Общеразвивающие упражнения с предметом. Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками. Пальчиковая гимнастика «Белка». Танцевально - ритмическая гимнастика «Всадник». Креативная гимнастика «Дружба». Бальный танец «Па-де-грас». Подвижная игра «Конники - спортсмены».	
4		Строевое упражнение «Солнышко» Хореографические упражнения – поклон и реверанс Танцевально - ритмическая гимнастика «Облака» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 189) Ритмический танец «Макарена» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 183)	Строевое упражнение «Солнышко». Хореографические упражнения – поклон и реверанс. Общеразвивающие упражнения с предметом. Основные положения и движения в упражнениях с лентой (элементы классификационных групп). Танцевально-ритмическая гимнастика «Облака» — упражнение с двумя лентами. Ритмический танец «Макарена».	«Облака», муз. В. Шаинского, сл. С. Козлова
1	Ма й	Ритмический танец «Русский хоровод» (Ж. Фирилёва «Са-фи-	Ритмический танец «Русский хоровод». Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» (салки) —	«Русский лирический», муз.

		<i>дансе», с. 188)</i> Музыкально – подвижная игра «Пятнашки» Танцевально – ритмическая гимнастика «Травушка - муравушка» Упражнение на дыхание «Цветок»	«парами». Танцевально – ритмическая гимнастика «Травушка - муравушка». Музыкальный размер 2/4. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Свободный вис на гимнастической стенке. Упражнение на дыхание «Цветок».	Б. Карамышева «Травушка - муравушка», р. н. п.
2		Пальчиковая гимнастика «Человечки», «Игра на рояле» Игропластика «Хитрая лиса» Танцевально – ритмическая гимнастика «Зарядка», «Четыре таракана и сверчок», «Облака» Креативная гимнастика «Ай, да я!»	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.	«Облака», муз. В. Шаинского, сл.С. Козлова
3		Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки» Строевые упражнения «Лыжники» Креативная гимнастика «Одуванчик» Акробатические упражнения «Гимнасты»	Пальчиковая гимнастика «Мальчики и девочки». Строевые упражнения «Лыжники». Креативная гимнастика «Одуванчик». Игроритмика. Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет — небольшими прыжками с ноги на ногу («по кочкам») Акробатические упражнения «Гимнасты».	
4		Открытое занятие для родителей «Приходи, сказка!»: (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 225)	Открытое занятие для родителей «Приходи, сказка!»: Задачи: Повторить изученный материал по ритмике. Содействовать развитию ритмичности, музыкальности и выразительности движений. Способствовать развитию внимания и ориентировки в пространстве. 1.Вход (деление на 3 королевства) 2.Музыкально-подвижная игра «Музыкальные змейки» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 226) 3.Танцевально-ритмическое упражнение «Зарядка» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 157) 4.Игра на внимание «Гулливвер и лилипуты» (Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 220) 5.Танцевально-ритмическое упражнение «Зарядка» (Ж.	Песни: - «В мире много сказок», муз.В. Шаинского, сл. Ю. Энтина - «Ничего на свете лучше нету», муз. Г. Гладкова, сл. Ю. Энтина - «Поле чудес», муз. А. Рыбникова сл.Ю. Энтина - «В доме 8/1»,

			<i>Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 157)</i> 6. Танцевльно-ритмическое упражнение «Четыре таракана и сверчок» (<i>Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 181)</i> 7. Танцевльно-ритмическое упражнение «Приходи, сказка!» (<i>Ж. Фирилёва «Са-фи-дансе», с. 209)</i>	муз. Б. Савельева сл. А. Хайта - «Черный еот», муз. Г. Гладкова сл. Ю. Эткина - «Четыре таракана и сверчок» муз. Ю. Батецкого, перевод М. Виккерса - к/ф «Девочка на шаре», песня «Приходи, сказка»
		Педагогический мониторинг		

Итого: 4 занятия в месяц

32 занятия в год