

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №2 комбинированного вида

**Утверждаю:
Заведующая МБДОУ
детский сад №2**

комбинированного вида

_____ **М.В. Сердитова**

Рабочая программа

по ритмике для детей 4-5 лет

«Смайлики»

Подготовила :

Иванченко А.А

г. Ногинск

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Данная программа предназначена для работы с детьми дошкольного возраста. Рассчитана программа на 2 года обучения детей в возрасте от 4 до 5 лет (средняя группа).

"Детская ритмическая гимнастика с элементами игрового стретчинга" – ритмопластика - это физкультурно-музыкальное занятие оздоровительной направленности, основными средствами которого являются комплексы оздоровительных и гимнастических упражнений, развивающие игры, различные по своему характеру, выполняемые под музыку и оформленные танцевальными движениями.

Ритмопластика базируется на огромном арсенале разнообразных движений и упражнений. Умение передать свои чувства и переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики без излишнего напряжения и составляет двигательную культуру человека. Основой ее является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий ритмопластикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения. Занимаясь ритмопластикой, дети получают представление о разнообразном мире движений, который, особенно на первых порах, является для них новым и необычным. В данной программе используются не только музыкально-ритмические и имитационные движения, но и разнообразные упражнения, растяжки, игры. Веселая музыка занятий, высокая двигательная активность детей создают радостное, приподнятое настроение, заряжают положительной жизненной энергией. Каждое занятие - это путешествие в сказку, это игры и перевоплощения в различные образы.

Опыт проведения ритмопластики показал, её привлекательность и доступность. Основу для ритмических композиций составляют простые движения, направленные на развитие у детей музыкальности, двигательных качеств и умений, чувства ритма, творческих способностей, нравственно-эстетических качеств. Одной из основных направленностей ритмопластики является психологическое раскрепощение ребенка, а разнообразие используемой на занятиях музыки дарит детям мгновения чудесного самовыражения, развивает творческие способности, совершенствуют коммуникативные навыки и обогащают эмоциональную сферу.

Занятия ритмопластикой способствуют выработке устойчивой правильной осанки; укреплению и развитию различных групп мышц; укреплению иммунитета; улучшению координации движений; воспитанию в детях чувства внутренней свободы; уверенности в себе; развитию умения правильно и красиво двигаться; развитию творческих способностей, воображения; развитию чувства ритма, музыкального слуха и вкуса; речевому развитию; умения чувствовать и передавать характер музыки.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

Содействие всестороннему развитию личности дошкольника, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребёнка, совершенствование двигательных умений и навыков средствами музыки и ритмических движений.

ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:

1. РАЗВИТИЕ МУЗЫКАЛЬНОСТИ:

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

2. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ И УМЕНИЙ:

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;

- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

3. РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ, ПОТРЕБНОСТИ САМОВЫРАЖЕНИЯ В ДВИЖЕНИИ ПОД МУЗЫКУ:

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

4. РАЗВИТИЕ И ТРЕНИРОВКА ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ:

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомиме;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

5. РАЗВИТИЕ ПРАВСТВЕННО – КОММУНИКАТИВНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ:

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ - Учебный год: с 01.10.18г. по 31.05.19г.

НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ - Музыкально-физкультурное.

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ – обучение детей проходит на специально организованной деятельности во второй половине дня по окончании основных режимных моментов. Продолжительность занятий: 20-35 минут.

СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ – группа, количественный состав до 15 человек.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

1. Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
2. Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.
3. Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.
4. Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.

ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Структура занятия по ритмопластике – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

I. *Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (*танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы*); танцевально-ритмическая гимнастика.

II. *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические танцы, пластика, креативная гимнастика.

III. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводится итог, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в

увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ:

Раздел «Ритмика» является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу. В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. Виды упражнений - хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки», «капельки»); акцентированная ходьба; движения руками в различном темпе; хлопки или удары ногой на каждый счёт, через счёт; сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт; выполнение ходьбы, бега, движений туловища в различном темпе; акцентированная ходьба махом руками вниз на сильную долю такта; поднимание и опускание рук на 4 счёта, на 2счёта, на каждый счёт; поочередное поднимание и опускание рук по линиям.

Раздел «Гимнастика» служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят - строевые упражнения (виды упражнений: построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты прыжком; построение из одной шеренги в две; ходьба и бег «змейкой»; ходьба и бег враспынную; перестроение в три или четыре колонны по ориентирам; ходьба и бег в колонне по диагонали зала; ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по команде воспитателя; перестроение в две колонны расхождением через одного через центр зала; ходьба с перестроением парами; ходьба с перестроением тройками), - общеразвивающие упражнения (с предметами – ленточками, обручами, флажками, мячами и др. и без предметов), а также задания

на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения (виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа («орешек», «брёвнышко»); равновесие на носках («балерина»); равновесие, стоя на одной ноге («петушок», «цапля», «ласточка»); равновесие в упоре сидя («самолёт»); на гибкость («мостик», «кольцо», «шпагат», «берёзка», «птица», «книжка»); на формирование осанки («стрела», «ракета», «веточка», «змея») и другие).

Раздел «Танцы» направлен на формирование у детей танцевальных движений. Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, бального, современного и ритмического. Виды упражнений: шаг с носка, на носках; приставной шаг в сторону с приседанием, с хлопком; шаг с подскоком; скрестный шаг; русский хороводный; шаг с поворотом на 180*, на 360*; галоп прямой и боковой; шаг с притопом; русский шаг-«припадание»; «гармошка»; «ковырялочка»; тройной шаг с притопом; комбинации из танцевальных шагов.

Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика» направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершённость. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

Раздел «Пластика» - «Игровой стретчинг» основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

Раздел «Пальчиковая гимнастика» и служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения обогащают внутренний мир ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

Раздел «Игровой самомассаж» направлен на закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Варианты упражнений: «Носом - вдох, а выдох – ртом»; «Вороны»; «У меня спина прямая»; «Разотру ладошки сильно»; «Руки к солнцу поднимаю»; «Я лежу на воде, как медуза на спине»; «Шалтай – Болтай сидит на стене»; «Нырание»; «Подуем на плечо, подуем на другое»; «Руки кверху поднимаем»; «Воздух мягко набираем, шарик красный надуваем»; «Один, два, три, четыре, пять, все умеем мы считать», «Ветер дует нам в лицо»; «Ладочки, ладочки, утюжки-недотрожки»; «Вот встречаются зайчата, как погреться нам ребята»; «Ручки разотру, тепло сохраню».

Раздел «Музыкально – подвижные игры» является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Варианты игр: «Найди своё место»; «Нитка – иголка»; «Мы – весёлые ребята»; «Совушка»; «Цапля и лягушки»; «У медведя во бору»; «Море волнуется»; «Ровным кругом»; «Карлики и великаны»; «Два мороза»; «Космонавты»;

«Музыкальные стулья»; «Музыкальные змейки»; «Волк во рву»; «Запев – припев»; «Горелки»; «Эхо»; «Мы пойдём сначала вправо»; «Магазин игрушек»; «Мяч по кругу»; «Давайте все делать как я»; «Лавота»; «Ну-ка повторай» «Это что за маскарад».

Раздел «Игры – путешествия» (*сюжетные занятия*) включают в себя все виды подвижной деятельности. Служит основой для закрепления умений и навыков, приобретённых ранее, помогает сплотить ребят, побывать, где захочешь и увидеть, что хочешь, стать, кем мечтаешь.

Раздел «Креативная гимнастика» способствует развитию выдумки, творческой инициативы. Здесь создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощения. Раздел включает в себя музыкально-творческие игры и специальные задания.

Перспективное планирование занятий по ритмопластике в средней группе

<u>Старшая группа</u>		Ритмика	Танец	Танцевально-ритмическая гимнастика	Музыкально-подвижная игра	Хореографические Упражнения, Танцевальные шаги	Элементы игрового стретчинга	Креативная гимнастика, Пальчиковая гимнастика, игромассаж
октябрь	Занятие 1-4	<p>Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт</p> <p>Передвижение в обход, шаг и бег, по кругу и змейкой.</p>	<p>«Всё мы делим пополам» В.Шаинский</p> <p>«Старый жук» (Найди себе пару)</p> <p>«Танцуйте сидя» Б. Савельев</p>	<p>«Всадник» Т.и С.Никитины</p> <p>«Цыплята»</p>	<p>«Погода»</p> <p>«Космонавты»</p>	<p>Выставление ноги на носок вперёд, в сторону, назад, в сторону – крестом.</p> <p>Тройной шаг с притопом</p>	<p>“Домик”, “Звездочка”, “Ракета”, “самолет”</p>	<p>Самомассаж: «Трём рукой – мочалкой»</p> <p>Пальч. Гимнастика «Кораблик»</p>

	Занятия 5-8	<p>Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт</p> <p>Передвижение в обход, шаг и бег, по кругу и змейкой.</p>	«Волшебный цветок» Ю. Чичиков, «Всё мы делим пополам»	«Зарядка» (песня «День рождения» В. Шаинский), «Всадник»	«Птички и ворона» (муз. А. Кравцова) «Поезд», «Игра по станциям»	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1 и 2 Русский шаг - припадание	“Домик”, “лошадка”, “кошечка”, “ласточка”	Упражнение на расслабление «Подуем на плечо» Игровой самомассаж, «Оса»
ноябрь	Занятия 9-12	<p>Равновесие на одной ноге с опорой и без неё</p> <p>Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится</p>	«полька» (Йоксу-полька), «Волшебный цветок» «Макарена»	«Четыре таракана и сверчок», «Зарядка»	«Эхо» «Музыкальные стулья»	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1 и 2, выставление ноги на носок «крестом» Тройной переменный шаг	“Маятник”, «Замок» “Дощечка”, “Зернышко”	Пальчиковая гимнастика «Серенький комок сидит» «Творческая импровизация»

	Занятие 13-16	<p>Перестроение в две колонны. Размыкание по ориентирам.</p> <p>Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямиться</p>	«Модный рок» (любая современная), «Полька»	Упражнение с двумя лентами («Облака» В.Шаинский), «Четыре таракана и сверчок»	«Козочки и волк» (музыка из к/ф «Звуки музыки») «Усни-трава»	«Открывание» рук во 2 поз., ногу в сторону на носок, наклон корпуса в сторону Комбинация из выученных шагов	«Ёжик», «Слон» “Собачка” “Змея”	Упражнение на расслабление «Руки кверху поднимаем»
декабрь	Занятие 17-20	<p>Бег по кругу с ноги на ногу.</p> <p>Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер 3/4</p>	Бальный танец «Падеграс» («Маленькая страна»), «Модный рок»	«Бег по кругу» (Кремена), упражнение с двумя лентами «Ну, погоди!» (песня «Расскажи, снегурочка» Г.Гладков, Ю.Энтин) «Часики»	«Игра с мячом» (Берлинская Полька) «Карлики и великаны»,	«Открывание» рук из подготовительной поз. в 1и 2, выставление ноги на носок «крестом», Шаг, шаг, тройной притоп	«Страус», «Птица» “Морская звезда” “Рыбка”	Пальчиковая гимнастика: «Сидит белка на тележке»

	Занятие 21-24	<p>Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер $\frac{3}{4}$</p>	<p>«Макарена», «Падеграс»</p>	<p>«Приходи сказка» (песня «Приходи сказка»), «Бег по кругу»</p> <p>Танец снеговиков</p>	<p>«Пятнашки» (песня «Тик-тико») «Волк во рву»</p>	<p>«Открытие» рук в сторону и на пояс «Припадание» в сторону, «припадание с поворотом,</p>	<p>«Медведь», «Цапля», «Кошечка», “Ежик”</p>	<p>Дыхательная гимнастика «Воздух мягко набираем»</p>
--	----------------------	---	-----------------------------------	--	--	--	--	---

январь	Занятия 25-28	<p>Построение в шеренгу по звуковому сигналу.</p> <p>Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх</p>	<p>Русский оровод (любая русская народная песня), «Макарена»</p> <p>Три поросёнка»</p>	«Чёрный кот» (Ю.Энтин), «Приходи сказка»	«Волшебный весёлый бубен» «Козочки и волк»	«Открытие» рук в сторону и на пояс, Выставление ноги «носок – пятка» вперёд и в сторону	“Шпагат” “Качели”, “месяц”, “ручеек”	Пальчиковая гимнастика «Вот помощники мои»
--------	---------------	---	--	--	---	--	---	--

	<p style="text-align: center;">Занятия 29-32</p>	<p>Построение в шеренгу по звуковому сигналу.</p> <p>Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх</p>	<p>Танец «Кик» (музыка в стиле диско), «Русский народный»</p>	<p>«Марш» (военный марш Г.Свиридов), «Чёрный кот»</p>	<p>«Шеренга – колонна – круг»</p> <p>«Игра – импровизация»</p>	<p>Подъём ноги через выставление на носок вперёд и в сторону</p> <p>Скрестный шаг в сторону, выставить ногу на пятку, руки открыть в стороны</p> <p style="text-align: center;">«ёлочка»</p>	<p>“Смешной клоун”, “Неваляшка”, “Колобок”, “Карусель”</p> <p>Упражнение на расслабление «Один, два, три, четыре, пять!»</p> <p>Пальч. Гимнастика «Жук»</p>
--	---	---	---	---	--	--	---

февраль	Занятие 33-36	<p>Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом</p> <p>Ходьба с препятствиями</p>	<p>«Давай танцуй» (музыка в стиле диско) «Кик»</p>	<p>Упражнения с флажками (песня «Настоящий друг» Б.Савельев, М.Пляцковский) «Марш»</p>	<p>«Музыкальные змейки» «Ловля обезьян»</p>	<p>Прыжки из 1 позиции во 2</p> <p>Прямой галоп, галоп в сторону</p>	<p>“Рыбка”, “змея”, “Елка”, “окошко”</p>	<p>Самомассаж: «Трём рукой – мочалкой»</p> <p>Пальч. Гимнастика «Птички прилетели»</p>
	Занятие 37-40	<p>Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом</p> <p>Ходьба с увеличением темпа.</p>	<p>«Современник» (музыка в стиле диско) «Давай танцуй»</p>	<p>«Три поросёнка» (песня «Никола, ни двора»), упражнения с флажками</p>	<p>«Капканы» Найди предмет. «К своим флажкам»</p>	<p>Прыжки из 1 позиции во 2</p> <p>Шаг польки</p>	<p>“Скамейка”, “кустик”, “бабочка”, “Неваляшка”</p>	<p>Пальчиковая гимнастика «Я в руках флажок держу»</p> <p>Дыхательные упражнения</p>

март	Занятия 41-44	<p>1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю</p> <p>Перестроение из одной колонны в три.</p>	«Артековская полька» (дубая полька), «Современ-ник»	«Белочка» упражнение с мячами (песня Рождественская, В.Шаинский), «Три поросёнка»	«Запев-припев» «Музыкальные змейки»	Шаг польки	“Шпагат” “Ласточка” “Пенек”, “Солнышко”	<p>Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене»</p> <p>Пальчиковая гимнастика «Воздушный шар»</p>
	Занятия 45-48	<p>1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю</p> <p>Перестроение из одной колонны в три.</p>	«Танец с хлопками» (музыка в стиле диско), «Артековская полька»	«По секрету всему свету» - танцевально-беговое упражнение В.Шаинский, «Белочка» Хореограф-ия упр-ия. «Вальс цветов»	«Гонка мяча по кругу» «Гулливер и лилипуты»	Прыжки с вынесением ноги на носок вперёд	“Дуб”, “пушка”, “Стрела”, “вафелька”	<p>Пальчиковая гимнастика «Колокольчик всё звенит»</p>

апрель	Занятие 49-52	<p>На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс</p> <p>Построение по кругу в парах.</p>	<p>«Полька тройками» (любая полька), «Танец с хлопками»</p>	<p>«Антошка» В.Шаинский, «По секрету всему свету»</p>	<p>«Нам не страшен серый волк»</p>	<p>Исходное положение – 1 позиция, руки вниз, плie – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в подгот. позицию, на носках переступаниями, повернуться во 2 точку класса и т.д.</p> <p>Тройной шаг с притопом</p>	<p>“Кузнечик”, «Черепаша» “Гусеница” “Паучок”</p>	<p>Музыкально-творческая игра «Займи место»</p>
	Занятие 53-58	<p>На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс</p> <p>Построение по кругу в парах.</p>	<p>«Московский рок» (музыка в стиле диско), «Полька тройками»</p>	<p>«Вместе весело шагать», «Антошка» В.Шаинский</p>	<p>«Игра с мячом» (Берлинская полька)</p>	<p>Исходное положение – 1 позиция, руки вниз, плie – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в подгот. позицию, на носках переступаниями, повернуться во 2 точку класса и т.д.</p> <p>Тройной шаг с притопом</p>	<p>“Страус”, “ласточка”, “Шпагат”, “Смешной клоун”</p>	<p>Музыкально-творческая игра «Повтори за мной»</p>

май	Занятие 59-62	<p>Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 4 хлопка</p> <p>Перестроение из одной колонны в три.</p>	«Круговая кадиль» (муз. размер 2/4), «Московский рок»	«Кукла» В.Шаинский, «Вместе весело шагать»	«Птички и ворона» (музыка А.Кравцович)	<p>Поворот вправо, влево из 3 позиции ног</p> <p>Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков</p>	“Лошадка”, “Пирожок”, “Волк”, “цветок”	Творческая игра «Море волнуется»
-----	---------------	--	---	--	--	---	--	----------------------------------

	<p style="text-align: center;">Занятие 63-66</p>	<p>Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 2 хлопка, на половинные – руки на пояс</p> <p>Построение по кругу в парах.</p>	<p>Ритмический танец «Спенк»(музыка в стиле диско), «Круговая кадрили»</p>	<p>«Аэробика» Музыка Ю. Чичкова</p>	<p>«Музыкальные змейки»</p>	<p>Повторение: позиции ног, позиции рук, точки класса</p> <p>Работа со спорт. атрибутом.</p> <p>Партерная гимнастика.</p> <p>Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков</p>	<p>“Ванька-встанька”, “Ласточка”, “Шпагат”, “карусель”</p>	<p>Игровой самомассаж «Разотру ладошки сильно»</p> <p>сюжетное занятие «Приходи, сказка!»</p> <p>Подготовка к путешествию. Письмо от Бабы-Яги.</p> <p>«Королевство лилипутов»</p> <p>«Королевство Крокодила Гены»</p> <p>Прощание со сказочными героями.</p> <p>Подведение итога.</p>
--	--	--	--	-------------------------------------	-----------------------------	---	--	---

