**Календарно – тематическое планирование по Ритмики.**

**(подготовительная группа).**

 **Сентябрь.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца.**

Повторение изученного. Фигурная маршировка. Шаги по кругу, змейкой, цепочка. Построение в колонны, линии. Танец в парах. Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Положение рук на поясе, положение рук в паре, притоп одинарный, тройной.

 **Элементы классического танца.**

 Повторение изученного, позиции ног и рук в классическом танце.Dime plié по I,II позиции, battement tendu I, III поз.ног.

 **Балетная гимнастика.**

Упражнения для развития тела, физических данных

 **Танцевальные движения и  современные танцы.**

Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Октябрь.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца.**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Фигурная маршировка (квадрат, колонна.),виды фигур: круг в круге. Шаг с приставкой, шаг с подскоком, гармошка.

Подготовка к «Осеннему утреннику»

 Элементы классического танца.

Постановка стоп, позиции рук. Battement tendu et demi-plie I, III позициях .

 **Балетная гимнастика.** Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.**

Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Ноябрь.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца.**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Фигурная маршировка (квадрат, колонна.),виды фигур: круг в круге. Шаг с приставкой, шаг с подскоком, гармошка, «ковырялочка», присядка «мячик».

 **Элементы классического танца.**

Постановка корпуса, ног на середине в полу выворотных позициях. Наклон корпуса вперед, в сторону.

 **Балетная гимнастика.**  Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.**

Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Декабрь.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца .**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Прыжки: на обеих ногах, на одно (по два ,четыре, восемь на каждой, подскоки. Фигурная маршировка (шеренга, диагональ),виды фигур: «звездочка». Полу присядка с выносом ноги вперед и в сторону, шаг с полька. Подготовка Новогоднего утренника.

 **Элементы классического танца.**

Постановка стоп, позиции рук. Трамплинные прыжки .

  **Балетная гимнастика.**

Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.**

Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Январь.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца .**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Прыжки: прыжки с поворотом на 180 и обратно, подскоки. Фигурная маршировка (зигзаг, диагональ),виды фигур: «воротца». Шаг с пятки, приставной шаг.

Простейшие хлопушки.

 **Элементы классического танца.**

Por de bras- движение рук (подготовительное).Перегибы корпуса вперед.

  **Балетная гимнастика.**

Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.**

Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Февраль.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца.**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Вращение по точкам класса. Легкий бег с отбрасыванием ног назад виды фигур: «свечка», сужение и расширение круга. Припадание на месте, с поворотом. Подготовка утренника посвящённого Дню защитника отечества.

 **Элементы классического танца.**

Положение ноги на cou-de-pied. Позы классического танца Croisee.

  **Балетная гимнастика.**

Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.** Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Март.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца .**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Прыжки: «поджатые», подскоки. Маршевый шаг. Вращения. Индивидуальные занятия с девочками .Индивидуальные занятия с мальчиками. Упражнения на равновесия. Индивидуальная работа с девочками. Индивидуальная работа с мальчиками. Подготовка утренника к Международному женскому дню.

 **Элементы классического танца.**

Battement tendu gete в сторону. Поза классического танца. Effacee.

  **Балетная гимнастика.** Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.**

Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Апрель.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца .**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Прыжки: прыжки в высоту. Фигурная маршировка (дробление, слияние),виды фигур: «улитка». Простая веревочка. Разножка.

 **Элементы классического танца.**

I port de bras на четыре такта 4/4 .

  **Балетная гимнастика.**

Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.**

Импровизация.

Партерная гимнастика.

 **Май.**

 **Азбука музыкального движения. Элементы русского народного танца .**

Развитие отдельных групп мышц и подвижности суставов. Упражнения для головы, шеи и плечевого пояса. Упражнения для рук. Упражнения для корпуса. Упражнения для ног. Закрепление изученного. Фигурная маршировка (налево, направо в обход),

виды фигур: «до-за-до». Маятник. Подготовка утренника «До свидания детский сад».

 **Элементы классического танца.**

Закрепление изученного.

 **Балетная гимнастика.**

Упражнения для развития тела, физических данных.

 **Танцевальные движения и  современные танцы.** Импровизация.

Партерная гимнастика.