Согласовано: Утверждаю:

ведущий специалист заведующий МДОУ

МУ «ИМЦО» ДС КВ №1 «Сказка» п.Джубга

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.М. Верёвкина \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.С. Саркисова

**ПРОГРАММА**

**по музыкально – ритмической пластике для детей дошкольного возраста**

**«МУЗЫКАЛЬНЫЙ СЕРПАНТИН»**

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**детский сад комбинированного вида №1 «Сказка» п. Джубга**

**муниципального образования Туапсинский район**

**Автор:**

**ТЕРЗЬЯН НАДЕЖДА МАТЕВОСОВНА**

**музыкальный руководитель МДОУ**

**ДС КВ №1 «Сказка» п.Джубга**

**2011г.**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Возможно, самое лучшее, самое совершенное и радостное,

что есть в жизни – это свободное движение под музыку.

И научиться этому можно у ребенка.

А.И.Буренина.

Дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого ребёнка. Именно в эти годы закладываются основы здоровья, гармоничного умственного, нравственного и физического развития ребёнка, формируется личность ребёнка.

В период от трёх до семи лет ребёнок интенсивно растёт и развивается, движения становятся его потребностью, поэтому физическое воспитание особенно важно в этот возрастной период.

В последнее время в дошкольных учреждениях всё чаще стали применять нетрадиционные средства физического воспитания детей: упражнения ритмической гимнастики, игрового стретчинга, танцев и другие. Существует много направлений в музыкально – ритмической деятельности, и одно из наиболее доступных, эффективных и эмоциональных – это ритмопластика.

Что дают занятия ритмопластикой?

Ритмопластика – это передача музыки через движения, это эмоциональный отклик на музыку, выполнение простых танцевальных упражнений под музыку. Она доступна детям, начиная с раннего возраста.

Ритмопластика не только даёт выход повышенной двигательной энергии ребёнка, но и способствует развитию у него многих полезных качеств. Красивые движения, усвоенные на занятии, ребёнок с радостью и интересом будет выполнять дома. Сколько приятных волнений для маленького человека и его родных доставляют его показательные выступления на праздничном концерте!

Ритмичные упражнения содействуют физическому воспитанию и укреплению детского организма. В процессе работы над движениями под музыку, формируется художественный вкус детей, развиваются их творческие способности. Таким образом, занятия ритмопластикой оказывают разностороннее влияние на детей, способствуя воспитанию гармонично развитой личности, вызывают у детей яркие эмоциональные импульсы, разнообразные двигательные реакции, усиливают радость и удовольствие от движения. Дети чрезвычайно чувствительны к музыкальному ритму и с радостью реагируют на него.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Программа по ритмике рассчитана на четыре года обучения и направлена на всестороннее, гармоничное и целостное развитие личности детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы: ритмика, гимнастика, танец.

В нетрадиционные виды упражнений входят разделы: пластика, пальчиковая гимнастика, музыкально-подвижные игры. В креативную гимнастику входят разделы: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Игровой метод придаёт учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоения упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребёнка.

Программа рассчитана на 68 учебных часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту детей.

***Продолжительность занятий для детей дошкольного возраста:***   
-  4-го года жизни – не более 15 минут,  
-  5-го года жизни – не более 20 минут,  
-  6-го года жизни – не более 25 минут,  
-  7-го года жизни – не более 30 минут.

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.

1. *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.
2. *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 и бальные танцы, пластика, креативная гимнастика.
3. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные и 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.

***Обязательная одежда и обувь для занятия:***

*Для девочек.* Гимнастический купальник. Юбочка шифоновая *(в тон цвету купальника).* Балетки белого цвета, носки или лосины. Волосы должны быть собраны в пучок.

*Для мальчиков.* Футболка белого цвета. Шорты темного цвета. Балетки белого или черного цвета.

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ**

**ЦЕЛЬ:** Всестороннее развитие ребенка, формирование творческих

способностей и развитие индивидуальных качеств ребёнка,

средствами музыки и ритмических движений.

**ЗАДАЧИ:**

**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 НРАВСТВЕННО – КОММУНИКАТИВНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ:**

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;

- воспитание умения вести себя в группе во время движения, формирование чувство такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**1 год обучения** *(младшая группа).* По окончании первого года обучения занимающиеся дети умеют ориентироваться в зале, строиться в шеренгу, выполняют ритмические танцы и комплексы упражнений первого года обучения под музыку. Владеют навыками ритмической ходьбы. Умеют хлопать и топать в такт музыки, в музыкально-подвижной игре представить различные образы *(зверей, птиц, растений и т.д.) .* Если дети выполняют разнообразные движения, соответствующие темпу, ритму и форме музыкального произведения, то это свидетельствует о высоком уровне музыкального и физического развития.

**2 год обучения** *(средняя группа).* После второго года обучения занимающиеся дети знают о назначении отдельных упражнений музыкально – ритмической пластики. Умеют выполнять простейшие построения и перестроения, ритмично двигаться в различных музыкальных темпах и передавать хлопками и притопами простейший ритмический рисунок. Исполняют ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений второго года обучения под музыку. Способны запоминать и исполнять танцевальные композиции самостоятельно. Знают основные танцевальные позиции рук и ног. Умеют выполнять простейшие двигательные задания по креативной гимнастике *(творческие игры, специальные задания),* используют разнообразные движения в импровизации под музыку этого года обучения.

**3 год обучения** *(старшая группа).* По окончании третьего года обучения занимающиеся дети знают правила безопасности при занятиях физическими упражнениями с предметами и без предметов. Владеют навыками по различным видам передвижений по залу и приобретают определённый «запас» движений в общеобразовательных и танцевальных упражнениях. Могут передавать характер музыкального произведения в движении*.* Владеют основными хореографическими упражнениями по программе этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения.

**4 год обучения** *(подготовительная группа).* После четвёртого года обучения занимающиеся дети могут хорошо ориентироваться в зале при проведении музыкально – подвижных игр. Умеют выполнять самостоятельно специальные упражнения для согласования движения с музыкой, владеют основами хореографических упражнений этого года обучения. Умеют исполнять ритмические, бальные танцы и комплексы упражнений под музыку, а также двигательные задания по креативной гимнастике этого года обучения. Выразительно исполняют движения под музыку, могут передать свой опыт младшим детям, организовать игровое общение с другими детьми. Способны к импровизации с использованием оригинальных и разнообразных движений.

**КОМПЛЕКСИРОВАНИЕ ПРОГРАММ ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ**

Данная программа основывается на следующих парциальных программах:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование программы | Авторы | Выходные данные | Гриф |
| 1 | СА – Фи – Дансе | Фирилёва Ж.Е.,  Сайкина Е.Г., | Санкт – Петербург 2001 | Рекомендована отделом дошкольного образования Экспертного совета Комитета по образованию администрации Санкт – Петербурга |
| 2 | Ритмическая мозаика | Буренина А.И. | Санкт – Петербург 2000 | Рекомендована Министерством образования и науки РФ  в качестве программы воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста |
| 3 | Этот удивительный ритм | Каплунова И.М  Новоскольцева И.А. | Санкт – Петербург  2005 | Рекомендована Министерством образования и науки РФ |

**СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ**

**ПО МУЗЫКАЛЬНО – ТАНЦЕВАЛЬНОЙ ПЛАСТИКЕ.**

**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.

**Раздел «Гимнастика»** служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят строевые, общеразвивающие, а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные.

**Раздел «Танцы»** направленна 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.

**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»** основывается на нетрадиционной методике

развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

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

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»** является ведущим

видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

**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.

**МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ.**

В совершенстве овладеть огромным разнообразием движений, комбинаций и целых комплексов упражнений, входящих в программу, возможно лишь при условии правильной методики обучения.

Целостный процесс обучения можно условно разделить на три этапа:

* Начальный этап – обучение упражнению *(отдельному движению)*;
* Этап углубленного разучивания упражнений;
* Этап закрепления и совершенствования упражнения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Начальный этап** | **Этап углубленного разучивания** | **Этап закрепления и совершенствования** |
| - название упражнения;  - показ;  - объяснение техники;  - опробования упр-ний. | - уточнение двигательных действий;  - понимание закономерностей движения;  - усовершенствование ритма;  -свободное и слитное выполнение упражнения. | - закрепление двигательного навыка;  - выполнение упр-ний более высокого уровня;  - использование упр. в комбинации с другими упражнениями;  - формирование индивидуального стиля. |

Первостепенную роль на занятиях по ритмике играет музыкальное сопровождение. Музыкальные произведения, используемые для сопровождения занятия очень разнообразны: по жанру, стилю, форме, размеру, темпу и т.д. Но при всем этом, музыкальные произведения доступны пониманию детей, музыкальны, выразительны, пробуждают у детей фантазию и воображение. Все это позволяет сформировать у детей наиболее полное представление о разнообразии музыкальных произведений, обогатить их эмоциональными и эстетическими переживаниями, помогает в воспитании музыкального вкуса.

Чтобы учебный процесс у детей 3-7 лет был эффективным, на занятиях по ритмике, максимально используется ведущий вид деятельности ребенка-дошкольника – игра. Используя игровые упражнения, имитационные движения, сюжетно-творческие зарисовки усиливают эмоциональное восприятие музыки детьми и помогают полнее и всестороннее решить поставленные задачи.

Отдельные игровые упражнения могут быть использованы на занятиях в качестве динамических пауз – физкультминуток – в том случае, если достаточно большая часть занятия проводится сидя на стульях; или же наоборот – для отдыха – если всё занятие проводится в достаточно большом темпе и подразумевает много движений.

Комплексы игровых упражнений включаются в различные части занятия: в разминку или в занятие целиком. Комплексы объединяются сюжетом, темой или предметом – атрибутом, с которым выполняются движения.

В работе над выразительностью движений, над пластикой, над эмоциональной насыщенностью образа, включаются на занятиях имитационные движения, которые очень ценны для дошкольного возраста.

Занятия музыкально – ритмической пластикой способствуют развитию у детей музыкального восприятия, эмоциональности и образности, совершенствованию мелодического и гармонического слуха, музыкальной памяти, чувства ритма, культуры движений, умению творчески воплощать музыкально-двигательный образ. Формируется эстетический вкус, помогая тем самым приводить в гармонию внутренний мир ребёнка. Движения под музыку рассматриваются как важнейшее средство развития телесного опыта ребенка и, следовательно, развития его личности в целом.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ**

**ПО МУЗЫКАЛЬНО – РИТМИЧЕСКОЙ ПЛАСТИКЕ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы программы** | **Год обучения***(возрастная группа)* | | | |
| **1**  *(младшая)* | **2**  *(средняя)* | **3**  *(старшая)* | **4**  *(подгот.)* |
| 1. | Ритмика | В течение года | | | |
| 2. | Гимнастика | 14 | 10 | 10 | 14 |
| 3. | Танец | В течение года | | | |
| 4. | Танцевально – ритмическая гимнастика | 48 | 52 | 50 | 47 |
| 5. | Пластика | По плану занятий | | | |
| 6. | Пальчиковая гимнастика | По плану занятий | | | |
| 7. | Музыкально – подвижные игры | По плану занятий | | | |
| 8. | Игры – путешествия | 6 | 6 | 8 | 7 |
| 9. | Креативная гимнастика | По плану занятий | | | |
|  | **Всего часов** | **68** | **68** | **68** | **68** |

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ КРУЖКА**

**«МУЗЫКАЛЬНЫЙ СЕРПАНТИН»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дни недели** | **Год обучения** *(возрастная группа)* | | | |
| **1**  *(младшая)* | **2**  *(средняя)* | **3**  *(старшая)* | **4**  *(подгот.)* |
| **Понедельник** |  | **16.10 – 16.30** | **16.35 – 17.00** |  |
| **Вторник** | **16.20 – 16.35** |  |  |  |
| **Среда** |  |  |  | **16.20 – 16.50** |
| **Четверг** | **15.45 – 16.00** | **16.10 – 16.30** | **16.35 – 17.00** |  |
| **Пятница** |  |  |  | **16.20 – 16.50** |

**Основные педагогические принципы.**

***1.******Принцип постепенного и последовательного повышения нагрузок.*** Постепенное повышение требований, предъявляемых организму в процессе тренировок. Однако, для улучшения возможностей необходим « отдых». Сочетание адекватной нагрузки и полноценного восстановления дает наилучшие результаты

***2.******Систематичность.*** Все занятия происходят регулярно. Повышение возможностей организма происходит только при повторных нагрузках, которые углубляют эти изменения и способствуют более важным перестройкам в организме.

***3.******Вариативность.*** Варьируются: интенсивность и продолжительность нагрузки, разносторонность нагрузки, физическое и психическое напряжение. Варьирование необходимо для предотвращения травм. Оно улучшает не только психическое, но и психологическое состояние человека.

***4.******Наглядность.*** Это показ руководителем определенных упражнений и использование различных шапочек и спортивного инвентаря.

***5.******Доступность.*** Упражнения разучиваются от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности ребенка.

***6.******Закрепление навыков.*** Это выполнение упражнений на повторных занятиях и в домашних условиях.

**7.** ***Индивидуализация.*** Индивидуальный учет способностей каждого ребенка.

1. ***Взаимодействие.*** Применение новейших современных зарубежных педагогических идей: «фьюжена» *(сплава нескольких видов пластических направлений)*, «тьютерства» *(практического «сотворчества» педагога и учеников – «нога в ногу», «рука в руку», не «над учениками», а «вместе, рядом с ними»).*

**УСЛОВИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

Для эффективной реализации программы необходимы следующие условия:

* Личностное общение педагога с ребенком;
* Наличие специально оборудованного кабинета;
* Правильное покрытие пола – деревянное либо ковровое покрытие;
* На каждого ребёнка должно быть отведено 4 метра площади;
* Избегать употребление жвачки во время занятия;
* Иметь свободный доступ к воде.
* Каждый ребенок должен иметь обязательную одежду и обувь для занятия;
* Широкое использование технических средств обучения *(видео, аудио техника);*
* Атрибуты, наглядные пособия;
* Зал предварительно проветривать и проводить влажную уборку;
* Иметь: расписание занятий, методический материал, календарный план, результативность каждого занимающегося по итогам года.

**ВОЗРАСТНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ**

**3 – 4 года.**

Дети младшего дошкольного возраста непосредственны и эмоциональны. Движение, особенно под музыку, доставляет им большую радость. Однако возрастные особенности строения тела, протекания нервных процессов и их зрелости, сформированности сказываются на двигательных возможностях. Движения малышей еще недостаточно точные и координированные, плохо развито чувство равновесия, поэтому объем и разнообразие двигательных упражнений невелик, и все они носят, как правило, игровой характер.

Задача педагога воспитывать интерес, потребность в движение под музыку. Побуждать детей выполнять движения в соответствии с характером и темпоритмом музыки. Развивать слуховое внимание, умение осмысленно использовать выразительные движения в соответствии с музыкально – игровым образом.

**4 – 5 лет.**

В этом возрасте у детей появляется возможность выполнять более сложные по координации движения. Возрастает способность к восприятию тонких оттенков музыкального образа, средств музыкальной выразительности.

Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для поиска характерных особенностей пластики персонажей, деталей их поведения. Выразительность исполнения образных движений, воссоздавая образ в целом. В основном это мир природы, окружающей нас, игрушки, добрые сказочные персонажи. Детям предлагаются этюды, небольшие по содержанию рассказы, яркие короткие музыкальные произведения для освоения образа, задания для импровизации танцевальных движений, игры с импровизациями.

**5 – 6 лет.**

Возрастные особенности детей позволяют усложнить материал. Психологические особенности позволяют ребенку лучше координировать свои действия с партнером, у детей возрастает способность к сочинению, фантазии, комбинации различных движений. Поэтому основным направлением в работе с детьми старшего возраста становится взаимодействие нескольких персонажей, комбинации нескольких движений и перестроений.

Задачей педагога является формирование способов отношений с несколькими персонажами, развитие умений понимать их, передавать один и тот же образ в разных настроениях, в разном характере, формировать способы комбинации различных танцевальных движений и перестроений.

Детям предлагаются более сложные композиции, яркие, контрастные музыкальные произведения для восприятия и передачи музыкального образа, предлагаются более сложные схемы перестроений, комбинации танцевальных движений.

**6 – 7 лет.**

Возрастные особенности детей позволяют осваивать сложные по координации движения, понимать сложные перестроения, чувствовать партнера и взаимодействовать друг с другом, при этом контролировать качество исполнение движения. Психологические особенности позволяют самостоятельно придумывать новые образы, интерпретировать знакомые образы, передавать их взаимодействие. Дети подготовительной группы способны к самостоятельному сочинению небольших танцевальных композиций с перестроением и комбинацией танцевальных движений.

Задачей педагога на данном этапе остается формирование способов отношений между партнерами, восприятия и передачи музыкальных образов с оттенками их настроения и характера, образно-пластического взаимодействия между несколькими партнерами. На данном этапе педагог создает детям как можно больше условий для самостоятельного творчества.

Интенсивность нагрузки зависит от темпа музыкального произведения и от подбора движений. Наиболее нагрузочным является темп 150-160 акцентов в минуту, которому соответствуют быстрый бег, прыжки, подскоки, галопы, приседания.

Для подбора упражнений соответствующие темпу музыке предлагаются следующие критерии:

* Быстрый бег – 160 акцентов в минуту;
* Подскоки, галоп – 120-150 акцентов в минуту;
* Маховые движения – 80-90 акцентов в минуту;
* Наклоны – 70 акцентов в минуту;
* Повороты, наклоны головы, растягивания – 40-60 акцентов в минуту.

Определение сложности и доступности музыкально-ритмических композиций для детей, безусловно, относительно. Необходимо соотносить все характеристики с индивидуальными возможностями конкретного ребёнка. Но важно также ориентироваться на средние показатели уровня развития детей в группе.

**Список литературы**

1. Бекина С.И. и др. Музыка и движение: Упражнения, игры и пляски для детей 5-6 лет. – М., 1983.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. Санкт-Петербург, 2000.
3. Васильева Т.К. Секрет танца. – СПб, 1997.
4. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Праздник каждый день»

«Композитор» - Санкт- Петербург, 2007.

1. Каплунова И.М. и Новоскольцева И.А «Этот удивительный ритм»

«Композитор» - Санкт- Петербург, 2005.

1. Кряж В.Н. и др. Гимнастика. Ритм. Пластика. – Минск, 1987.
2. Лисицкая Т. Пластика, ритм. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
3. Лифиц И.В. Ритмика: Учебное пособие. – М.: Академия, 1999.
4. Нестерюк Т.В. Гимнастика маленьких волшебников. – «ДТД», 1993.
5. Ротэрс Т.Т. Музыкально – ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.: Просвещение, 1989.
6. Руднева С., Фиш Э. Ритмика. Музыкальное движение. – М.: 1972.
7. Тюрин Аверкий. Самомассаж. – СПб.: Москва, Минск, Харьков, 1997.
8. Шукшина З. Ритмика. – М., 1976.
9. Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Танцевально-игровая гимнастика для детей. – СПб; «Детство –ПРЕСС», 2000.
10. Цвынтарный В.В. Играем пальчиками и развиваем речь. – СПб., 1996.
11. Шевченко Ю.С. Музыкотерапия детей и подростков // Психокоррекция: теория и практика. – М., 1995.

**ПЕРСПЕКТИВНО – КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН**

**ПО МУЗЫКАЛЬНО – РИТМИЧЕСКОЙ ПЛАСТИКЕ**

1. **год *(младшая группа)***

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **1 – 2** | **3 – 4** | **5 – 6** | **7 – 8** |
| **Ритмика** | Хлопки в такт музыки  *(«горошинки»)* | | | |
| **Гимнастика** | Построение в шеренгу и колонну по команде *(солдатики)*, врассыпную. Упражнения прямыми и согнутыми руками и ногами под музыку. | Построение в шеренгу и колонну передвижение в сцеплении за руки *(«гусеница»),*  врассыпную.  Основные движения туловищем и головой. | Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом – «Хоровод»; ориентиры вправо, влево, к центру, от центра.  «Рыбак» М. Старокадомский  Упражнения на расслабление мышц. | |
| **Танцы** | Шаг с носка на носок. | | | Полуприсед на одной ноге, другую - вперёд на пятку; подъёмы на носки; |
| **Пальчиковая гимнастика** | «Прилетели гули» | | «Шаловливые пальчики» | |
| **Муз.-под. игра** | «Найди своё место» | | «Нитка – иголочка» | |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **9 – 10** | **11 – 12** | **13 – 14** | **15 – 16** | **17** |
| **Ритмика** | Хлопки в такт музыки  *(«горошинки»)* | | | Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле. | |
| **Гимнастика** | Построение в шеренгу и круг по команде *(солдатики)*,  Бег врассыпную.  «Рыбак» М. Старокадомский  Упражнения на расслабление мышц. | Перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам *(«шишки», «желуди», «орехи»)*  Упражнения с предметами.  Упражнения на расслабление мышц.  *(расслабление с выдохом)* | Перестроение из одной шеренги в несколько по распоряжению и ориентирам *(«шишки», «желуди», «орехи»)*  Упражнения с предметами.  Упражнения на расслабление мышц.  *(укрепление осанки)* | Построение в шеренгу и круг.  Упражнения на расслабление мышц.  *(укрепление осанки)* | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Танцы** | Стойка руки на поясе и за спину.  «Танцуйте сидя» Б.Савельева | Стойка руки на поясе и за спину.  Свободные, плавные движения руками.  «Танцуйте сидя» Б.Савельева Приставной шаг в сторону. | «Кузнечик» В.Шаинского | Приставной шаг в сторону.  Шаг с небольшим подскоком.  «Кузнечик» В.Шаинского |  |
| **Танцевально- ритмическая гимнастика** |  |  |  | Упражнения с погремушками, султанчиками «Большой олень» фр.н.п. | |
| **Пластика** | «Весёлые путешественники» М. Старокадомский | | | | |
| **Пальч.гимн.** | «Ботиночки на пальчиках» | | «Деревья» | «Осенние листочки» | |
| **Музыкально-подвижная игра** | «Найди своё место» | «Цапля и лягушки» | | |  |
| **Креативная гимнастика** |  |  |  |  | Творческая игра «Кто я?» |
|  | | | | |  |

**Ноябрь**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **18** | **19 – 20** | **21 – 22** | **23 – 24** | **25 – 26** |
| **Ритмика** |  | Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, стоя. | Акцентированная ходьба с выделением сильной доли такта ударом ноги или хлопком, сидя на стуле. | Акцентированная ходьба с махами руками вниз на сильную долю такта. | |
| **Гимнастика** | Перестроение в шеренгу. Различные передвижения шагом, прыжками, с махами руками по сюжету. | Построение врассыпную.  Упражнения на расслабление мышц.  *(«палочка», «столбик»)* | Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях.  Упражнения на расслабление мышц.  *(«палочка», «столбик»)* | Передвижение по кругу за педагогом .  «Полька», «Горошинки»  Упражнения на расслабление мышц.  *(поза спящего)* | Упражнения на расслабление мышц.  *(поза спящего)* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Танцы** | «Кузнечик» В.Шаинского | «Плюшевый медвежонок» В.Кривцова | Приставной шаг в сторону.  Шаг с небольшим подскоком.  «Кузнечик» В.Шаинского  Полуприседы, подъём на носки.  Свободные, плавные движения руками. | «Если весело живётся» | |
| **Танцевально- ритмическая гимнастика** |  | Упражнения с погремушками, султанчиками «Большой олень» фр.н.п | | «На крутом бережку» А.Хайта | |
| **Пластика** |  |  |  | «Змея» «Ёжик» | |
| **Пальч. гимн.** |  | «Осы» | | «Ёжик» | |
| **Музыкально-подвижная игра** | «Цапля и лягушки»  «У медведя во бору» | «У медведя во бору» | | «Быстро по местам!» |  |
| **Игры - путешествия** | «На лесной опушке» |  |  |  |  |

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **27 – 28** | **29 – 30** | **31 – 32** | |
| **Ритмика** | Различать динамику звука «громко – тихо» | | Поднимание и опускание рук на 4, на 2 и на каждый счёт. | |
| **Гимнастика** | Построение в круг  Упражнения на расслабление мышц.  *(воробушки полетели)* | | Построение в круг. | |
| **Танцы** | Комбинация из танцевальных шагов.  «Если весело живётся»  «Белочка» В. Шаинский | | Комбинация из танцевальных шагов.  «Йоксу-полька» | |
| **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «На крутом бережку» А.Хайта | |  | |
| **Пластика** |  |  | Морские фигуры. | |
| **Пальчиковая гимнастика** | «Наша бабушка» | «Зима» | | |
| **Муз.-подв. игра** |  | «Эхо» |  | |
| **Креативная гимнастика** |  | Импровизация под любую песню. | «Море волнуется» | |
|  | | | |

**Январь**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **33** | **34 – 35** | **36 – 37** | **38** |
| **Ритмика** | Различать динамику звука «громко – тихо» | | |  |
| **Гимнастика** | Построение в круг.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания.  *(насос)* | Построение в круг. | | Построение в круг и прохождение препятствий.  Упражнение на расслабление «Я на солнышке лежу» |
| **Танцы** | Комбинация из танцевальных шагов. | «Йоксу-полька» | Хореографические упр-ия.  «Йоксу-полька» | «Йоксу-полька» |
| **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «На крутом бережку» А.Хайта  «Большой олень» | Построение врассыпную.  «Песенка Муренка» | | |
| **Пластика** |  | Морские фигуры. | | «Парус», «Волны шипят», «Морская звезда», «Плавание брасом», «Кальмар», «Медуза»,«Альбатрос». |
| **Пальч. гимн.** | «Зимняя прогулка» | «Лодка» | «Рыбка» | «Пароход» |
| **Муз.-подв.игра** | «Эхо» |  | «Найди своё место» | «Водяной» |
| **Игры - путешествия** |  |  |  | «Путешествие в Морское царство» |
| **Креативная гимнастика** | Импровизация под любую песню. | «Море волнуется» |  | «Море волнуется» |
|  | | | | |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **39** | **40 – 41** | **42 – 43** | **44 – 45** |
| **Ритмика** | Различать динамику звука «громко – тихо» | | | |
| **Гимнастика** | Движение «паровозиком» в разных направлениях.  Выполнение общеразвив-их упр. под речитатив. Построение в короткие шеренги. | Построение в круг. | Построение в круг и передвижение по кругу в сцеплении. | |
| **Танцы** | «Едем к бабушке» | «Поросята» | «Танец утят» фр.н.п. | |
| **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «На крутом бережку» А.Хайта | Перестроения из одной шеренги в несколько.  «На крутом бережку» А.Хайта  «Песенка Муренка» |  | «Хоровод»  *песня «Улыбка»* |
| **Пластика** |  | Морские фигуры. |  |  |
| **Пальч. гимн.** | «Зимняя разогревалочка» | | «Семья» | «Флажок» |
| **Музык.-подв. игра** |  | «Водяной» | «Отгадай, чей голосок?» | |
| **Игры - путешествия** | «Весёлый экспресс» |  |  |  |
| **Креативная гимн.** |  | «Создай образ» |  |  |
|  | | | | |

**Март**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **46 - 47** | **48 – 49** | **50 – 51** | **52** |
| **Ритмика** | Различать динамику звука «громко – тихо» | | |  |
| **Гимнастика** | Построение в круг, передвижение по кругу.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | Построение в шеренгу и колонну.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | | Построение в колонну.  Выполнение общеразвив-их упр. «Я на солнышке лежу» |
| **Танцы** | «Танец утят» фр.н.п. | «Разноцветная игра» |  |  |
| **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «Хоровод»  *песня «Улыбка»* | Перестроения из одной шеренги в несколько.  «На крутом бережку» А.Хайта  «Песенка Муренка»  «Хоровод» *песня «Улыбка»* | | «Хоровод»  *песня «Улыбка»* |
| **Пластика** | «Неваляшки» | «Птичка» «Ку-Ко-Ша» 2ч. | | Комплекс по теме. |
| **Пальчиковая гимнастика** | «Мы платочки постираем» | «Пришла весна» | «Птенчики в гнезде» | |
| **Музыкально-подвижная игра** | «Попрыгунчики – воробушки» | | «Мы – весёлые ребята» | «Иголка – нитка»  «Попрыгунчики – воробушки»  «Ленточки – хвосты» |
| **Игры - путешествия** |  |  |  | «Поход в зоопарк» |
| **Креативная гимн.** |  |  | «Создай образ» |  |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **53 – 54** | **55 – 56** | **57 – 58** | **59 – 60** | **61** |
| **Ритмика** | Выполнение упр-ий с акцентом на сильную долю. | | Выполнение упр-ий руками в различном темпе. | Выполнение упр-ий под музыку. Хлопком выделить наиболее сильный акцент музыки. |  |
| **Гимнастика** | Построение врассыпную.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | | | Построение в круг.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | Построение в круг и прохождение препятствий. |
| **Танцы** | «Мы пойдём сначала вправо» | | | «Лавота»  «Каравай» | «Мы пойдём сначала вправо» |
| **Танц.- ритм. гимн.** | «Чебурашка» | | | «Я танцую» | «Чебурашка» |
| **Пластика** | «Самолётик» Т. Морозова | | Комплекс упр. |  | Комплекс упр. |
| **Пальч. гимн.** | «Непоседа» | «Шарик» | «Солнце» | «Скачет зайчик» |  |
| **Музыкально-подвижная игра** | «Мы – мы весёлые ребята» | «Совушка» | | «Найди предмет» | «Совушка» |
| **Игры - путешествия** |  |  |  |  | «В гости к Чебурашке» |

**Май**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **62 – 63** | **64 – 65** | | **66 – 67** |
| **Ритмика** |  | Выполнение упр. с притопами. | | |
| **Гимнастика** | Построение в круг.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | Построение в две шеренги по распоряжению и ориентирам.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | | Построение в круг. |
| **Танцы** | «Каравай»  Хореограф-ие упр. | «Каравай»  «Лавота» | | «Лавота»  «Йоксу-полька» |
| **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «Я танцую» | | | |
| **Пластика** | «Белые кораблики» В. Шаинский | |  | |
| **Пальч. гимнастика** | «Вертолёты» | «Жук» | | «Прятки» |
| **Муз.-подв. игра** | «Найди предмет» | «Эхо» | | |
| **68 сюжетное занятие «КОНКУРС ТАНЦА»**  **Задачи:** Повторить материал по ритмическим танцам. Побуждать детей импровизировать под музыку. Содействовать развитию танцевальности, музыкальности и координации движений, чувства ритма.  **Ход занятия:** 1. Конкурс «Разминка»  2. Конкурс на лучшее исполнение танца.  3. Конкурс «Повтори за мной»  4. Конкурс на лучшее танцевальное движение.  5. Весёлый конкурс.  6. Подведение итогов.  **ПЕРСПЕКТИВНО – КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН**  **ПО МУЗЫКАЛЬНО – РИТМИЧЕСКОЙ ПЛАСТИКЕ**   1. **год *(средняя группа)***   **Сентябрь**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **1 – 2** | **3 – 4** | | **5 – 6** | **7 – 8** | | **Ритмика** | Хлопки на каждый счёт и через счёт. | Удары ногой на каждый счёт и через счёт. | Шаг на каждый счёт и через счёт. | | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу и колонну. Ходьба *(«кошечка, «цыплята»)*, по кругу. Упр. прямыми  и согнутыми руками. Упр. на расслабл-ие мышц. | Передвижение в обход, шаг и бег, по кругу и змейкой.  «Лошадки машут головами».  Упражнения на расслабление мышц. | | | | | **Танцы** | Танцевальные позиции ног и рук. Приставной и скрестный шаг в сторону.  «Полька –хлопушка» | Танцевальные позиции ног и рук. Приставной и скрестный шаг в сторону.  «Полька – хлопушка»  «Матушка – Россия» | | | Приставной и скрестный шаг в сторону.  «Матушка – Россия» | | **Танц.- ритмич. гимн.** |  |  | | | «Часики» | | **Пальчиковая гимнастика** | «Прилетели гули» | | | «Шаловливые пальчики» | | | **Музык.-подв. игра** | «Музыкальное эхо» | | | «Космонавты» |  |   **Октябрь**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **9** | **10 – 11** | | **12 – 13** | **14 – 15** | **16 – 17** | | **Ритмика** |  | Хлопки с паузами. | | Притопы с паузами. | Притопы и хлопки с паузами. |  | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу.  Комплекс упр. | Построение в шеренгу, перестроения в круг.  Упражнения на расслабление мышц. | | | | Построение в шеренгу и колонну.  Упражнения на расслабление мышц. | | **Танцы** | «Полька – хлопушка»  «Матушка – Россия» | «Старый жук» *(Найди себе пару)*  «Танцуйте сидя» Б. Савельев | | | | «Автостоп» | | **Танц.- ритм. гимнастика** |  | «Часики» | | | «Карусельные лошадки» | | | **Пластика** | Комплекс упр. | «Вместе весело шагать» | | | Комплекс упр. |  | | **Пальч. гимн.** |  | «Тик – так» | «Раз, два…» | | «Деревья» | «Осенние листочки» | | **Музыкально-подвижная игра** | «Парашютисты»  «Космонавты» | «Поезд» | | | | «Конники – спортсмены» | | **Игры - путешествия** | «Космическое путешествие на Марс» |  | |  |  | |   **Ноябрь**   |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **17 – 18** | **19 – 20** | **21** | **22 – 23** | **24 - 25** | | **Ритмика** |  |  |  | На каждый счёт поднимать руки. | На каждый счёт хлопают в ладоши. | | **Гимнастика** | Бег по кругу и ориентирам.  Упражнения на расслабление мышц. | | Построение в шеренгу. Ходьба в разных направлениях. | Построение в круг. | | | **Танцы** | «Автостоп».  Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону. | | «Автостоп»  «Антошка» | Мягкий высокий шаг на носках. Хор-ие упр. | | | **Танц.- ритм. гимнастика** | «Карусельные лошадки» | «Часики»  «Карусельные лошадки» | «Карусельные лошадки»  «На крутом бережку» А.Хайта  «Песенка Муренка» | «Песня Короля» | | | **Пластика** |  | Комплекс упр. |  |  |  | | **Пальч. гимн.** | «Капуста» |  |  | «Ёжик» |  | | **Муз.-подв. игра** | «Конники – спортсмены» | | | «Найди предмет» | | | **Игры - путешествия** |  |  | «На выручку карусельных лошадок» |  | |   **Декабрь**     |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **26 – 27** | **28 – 29** | | **30 – 31** | | **32** | | | **Ритмика** | На каждый счёт поднимать руки. | Воспроизведение динамики звука. | | Движения руками в разном темпе. | |  | | | **Гимнастика** | Построение в круг. Передвижение шагом и бегом.  Упражнения на расслабление мышц. | | | Построение в шеренгу. | | Перестроение в колонну по три.  ОРУ | | | **Танцы** | «Большая стирка». | | | Хореограф-ие упр.  Комбинация из танцевальных шагов. | | «Большая стирка» | | | **Танцевально- ритмическая гимнастика** |  | «Часики»  «Карусельные лошадки»  «Песня Короля» | | «Воробьиная дискотека» | | «Часики»  «Песня Короля» | | | **Пластика** |  |  | | Упр-ия на гибкость. | |  | | | **Пальчиковая гимнастика** | «Зима» | | «Снежок» | | |  | | | **Муз.-подв. игра** | «Музыкальные стулья» | | «Два Мороза» | | | «Автомобили»  «Музыкальные стулья» | | | **Игры - путешествия** |  | | | | | «Путешествие в Кукляндию» | | |  | | | | |  | |   **Январь**   |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **33 – 34** | **35 – 36** | | **37 – 38** | | **Ритмика** | Движения руками в разном темпе. |  | Движения руками в разном темпе. | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу, сцепление за руки.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | Построение врассыпную.  ОРУ без предметов.  Упражнения на расслабление мышц, дыхания. | Построение в шеренгу, сцепление за руки. | | | **Танцы** |  | Прыжки с ноги на ногу.  «Большая прогулка» | | «Большая прогулка» | | **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «Воробьиная дискотека» |  | «Воробьиная дискотека» | | | **Пластика** | Комплекс упр. |  |  | | | **Пальч. гимн.** | «Зимняя прогулка» | «Птички в гнёздах» | | | | **Муз.-подв.игра** | «Автомобили» | «Воробышки» | | | | **Февраль**   |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **39 – 40** | **41 – 42** | | **43 – 44** | | **45 - 46** | | | **Ритмика** |  | Движения руками в разном темпе. | | | | | | | **Гимнастика** | Закрепление навыков построения в колонну, шеренгу и круг. | Построение в шеренгу, сцепление за руки.  Упражнения на расслабление мышц | | Построение в круг.  Упражнения на расслабление мышц | | | | | **Танцы** | «Большая прогулка». | Приставной и скрестный шаг в сторону. | | | | Комбинации из изученных  танц-ых шагов. | | | **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «Часики»  «Карусельные лошадки»  «Песня Короля»  «Воробьиная дискотека» | «Ну, погоди!»» | | | |  | | | **Пластика** |  | «Волшебный цветок» Ю. Чичков | | | | | | | **Пальч. гимн.** | «Зимняя разогревалочка» | «Шарики» | | | | «Флажок» | | | **Муз.-подв. игра** |  | «Усни – трава» | | | |  | | | **Креативная гимнастика** | «Художественная галерея» |  | «Магазин игрушек» | | | «Выставка картин» | | |  | | | | |  | | | | | | |   **Март**   |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **47** | **48 – 49** | | **50 – 51** | | **52 – 53** | | | **Ритмика** |  | Движения руками в разном темпе. | | | | | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу.  ОРУ под речитатив. | Построение круг.  Упражнения на расслабление мышц | | | | Построение в шеренгу.  Упражнения на расслабление мышц. | | | **Танцы** | «Большая прогулка». | Комбинации из изученных  танц-ых шагов. Хореографические элементы. | | | | Повторить на выбор танец. | | | **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «Воробьиная дискотека» | «Воробьиная дискотека» ,  «Ну, погоди!» | «Сосулька» | | | | | | **Пластика** | «Упражнения с цветами» Г. Гладков | | «Птичка» «Ку-Ко-Ша» | | | Компл. упр. | | | **Пальч. гимн.** |  | «Пришла весна» | «Два ежа» | | | «Мы платочки постираем» | | | **Муз.-подв. игра** | «Найди своё место»  «День – ночь»  «Усни – трава» |  | «Козочки и волк» | | | «Птица без гнезда» | | | **Игры - путешествия** | «Лесные приключения» |  |  | | |  | | | **Креативная гимнастика** |  | «Выставка картин» |  | | |  | | |  | | | | |  | |   **Апрель**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **54 – 55** | **56 – 57** | **58 – 59** | | **60 – 61** | | | **Ритмика** | Движения руками в разном темпе. | |  | |  | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу. | Построение в две шеренги.  ОРУ с платочками. | Закрепление навыков построения в колонну, шеренгу и круг.  ОРУ с платочками.  Упражнения на расслабление мышц | | | | | **Танцы** | Танец на выбор. | «Вару – вару» | | | | | | **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «Чунга – чанга»  В. Шаинский |  | «Упражнение с платочками». | | | | | **Пластика** | «Самолётик»  Т. Морозова | | «Танец Кукол и Мишки» | | | | | **Пальч. гимн.** | «Вертолёт» | «Непоседа» | | | «Замок» | | | **Муз.-подв. игра** | «Птица без гнезда» «День – ночь» | «Козочки и волк» | | | | | |  | | | |  | |   **Май**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **62** | **63 – 64** | **65 – 66** | | **67** | | | **Ритмика** |  | | Движения руками в разном темпе. | | | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу. ОРУ  Бег и прыжки. | Построение в круг.  Упражнения на расслабление мышц. | | | Закрепление навыков построения. | | | **Танцы** | «Автостоп» | «Матушка – Россия» | Хореог. элементы. | | «Матушка – Россия» | | | **Танцевально- ритмическая гимнастика** | «Ну, погоди!»  «Сосулька»  «С платочками» | Повторить все комплексы упр-ий. | | |  | | | **Пластика** |  |  |  | |  | | | **Пальч. гимн.** |  | «Солнышко» | «Жук» | | «Прятки» | | | **Муз.-подв. игра** | «Погода» | «Карлики и великаны» | | |  | | | **Игры - путешествия** | «Времена года» |  |  | |  | | | **Креативная гимнастика** |  |  | «Ай, да я!» | | «Творческая импр.» | | |  | | | |  | |   **68 сюжетное занятие «В МИРЕ МУЗЫКИ И ТАНЦА»**  **Задача:** Способствовать развитию творческих способностей занимающихся детей при использовании знакомых движений в танцевальных композициях и импровизациях. Закрепить умение ритмично и выразительно двигаться в танце. Содействовать развитию музыкальности, танцевальности и координации движений.  **Ход занятия:**  1. Движение. Танец «Большая прогулка» 4. Конкурс «Полька»  2. Разминка перед конкурсом. 5. Конкурс «Народные танцы»  3. Конкурс «Бальные танцы» 6. Конкурс «Ай, да я!»  7. Подведение итога.  **ПЕРСПЕКТИВНО – КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН**  **ПО МУЗЫКАЛЬНО – РИТМИЧЕСКОЙ ПЛАСТИКЕ**   1. **год *(старшая группа)***   **Сентябрь**   |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **1 – 2** | **3 – 4** | | **5 – 6** | | **7 – 8** | | | **Ритмика** | Ходьба на каждый счёт и через счёт. *(с хлопками в ладоши).* Построение по ориентирам. | | | | | | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу и колонну по сигналу.  ОРУ без предметов.  Упражнения на расслабление мышц. | | | | | Построение в шеренгу.  Перестроение в несколько уступов по ориентирам.  Упражнения на расслабление мышц. | | | **Танцы** | «Полька» | Хореографические элементы. Шаг галопа вперёд и в сторону.  «Полька» | | | | | | | **Танц.- ритм. гимнастика** |  |  |  | | | «Зарядка» | | | **Пластика** | Комплекс упр-ий. | | «Упражнения с осенними листьями» | | | | | | **Пальч. гимн.** | «Здравствуйте» | | «Козочка и козлята» | | | | | | **Муз.-подв. игра** | «На закрепление строевых действий и приёмов» | «Пятнашки» | «Козочки и волк» | | |  | | |  | | | | |  | |   **Октябрь**   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид деятельности** | **9 – 10** | **11 – 12** | | **13 – 14** | | | **15 – 16** | | **17** | | | **Ритмика** | Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. | | | | | | | |  | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу. Повороты по распоряжению.  Упражнения на расслабление мышц. | | | | Построение в шеренгу и колонну по сигналу.  Повороты по распоряжению.  Упражнения на расслабление мышц | | | | Построение в шеренгу. Перестроение в три шеренги. ОРУ с речитативом. | | | **Танцы** | Шаг галопа вперёд и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком.  «Полька»  Хореог-ие упр. | | | | | | | | «Полька» | | | **Танц.- ритм. гимнастика** | «Зарядка» | | «Всадник» | | | | | | «Зарядка» | | | **Пластика** |  | «Маляры» | | | | |  | |  | | | **Пальч. гимн.** | «Волк и лиса» |  | «Сидит белка» | | | |  | |  | | | **Муз.-подв. игра** | «Козочки и волк» | «Группа, смирно!» | | | | | | | «Пограничники, смирно!»  «День и ночь»  «Козочки и волк» | | | **Игры - путешествия** |  |  |  | | | |  | | «Пограничники» | | |  | | | | | |  | |  | |   **Ноябрь**   |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **18 - 19** | **20 - 21** | **22** | | **23 – 24** | | **25** | | | **Ритмика** | Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт и наоборот. | |  | | Сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт и наоборот. | | | | | **Гимнастика** | Построение в шеренгу. Повороты по распоряжению. Перестроения в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. | | Построение в шеренгу, перестроения в колонну по два.  ОРУ на скамейке | | Построение в шеренгу. Повороты по распоряжению. Перестроения в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. | | | | | **Танцы** | Хореог-ие упр.  «Модный рок» | | «Полька»  «Модный рок» | | Хореог-ие упр.  Пружинистые движения ногами на полуприседе. «Падеграс» | | | | | **Танц.- ритм. гимнастика** | «Зарядка» | «Ванечка – пастух» | «Ну, погоди!» | | «Ванечка – пастух» | | «Зарядка» | | | **Пластика** | «Птичий двор» | |  | |  | |  | | | **Пальч. гимн.** | «Пальцы как лошадки» | «Флажок», «Пароход», «Грабли», «Колокольчик» |  | | «Сидит белка»  «Пальцы как лошадки» | | «Флажок», «Пароход», «Грабли», «Колокольчик» | | | **Муз.-подв. игра** |  |  | «Северный ветер и южный ветер»  «Белые медведи» | | «Пятнашки» | | | | | **Игры - путешествия** |  |  | «Путешествие на Северный полюс» | |  | |  | | |  | | | |  | |  | |   **Декабрь**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **26 – 27** | **28 – 29** | | **30** | **31 - 32** | | | **Ритмика** | Гимнастическое дирижирование. | |  | | Ходьба по кругу на каждый счёт и через счёт. | | | **Гимнастика** | Перестроения в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение в две колонны. Размыкание по ориентирам.  Упражнения на расслабление мышц. | | | Построение в шеренгу. Ходьба с различной маршировкой. Перестроения в три шеренги. ОРУ. | Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчёту и ориентирам.  ОРУ с лентами. | | | **Танцы** | Русский попеременный. Шаг с притопом. Русский шаг «припаданием».  «Падеграс» | Русский попеременный. Шаг с притопом. Русский шаг «припаданием».  «Макарена» | «Падеграс»  «Модный рок» | | «Русский хоровод» | | | **Танц.- ритм. гимнастика** | «Четыре таракана и сверчок» | | | «Аэробика» | |  | | **Пластика** |  | Комплекс упр-ий. | |  |  | | | **Пальч. гимн.** | «Апельсин» |  | |  | «Целый день» | | | **Муз.-подв. игра** | «Козочки и волк» | «Группа, смирно!» | | «Пятнашки» | | | | **Игры - путешествия** |  |  | | «Путешествие в Спортландию» |  | |   **Январь**   |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **33 – 34** | **35** | | **36 – 37** | **38** | | | **Ритмика** | Бег по кругу с ноги на ногу. |  | Движение туловищем в различном темпе. | | | | | **Гимнастика** | Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчёту и ориентирам.  ОРУ с лентами.  Упражнения на расслабление мышц. | Построение в шеренгу. Упражнения в ходьбе. | | Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчёту и ориентирам.  ОРУ с лентами.  Упражнения на расслабление мышц. | Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентрирам. | | | **Танцы** | «Русский хоровод» | «Макарена» | «Травушка-муравушка» | | | | | **Танц.- ритм. гимнастика** | «Облака» | «Воробьиная дискотека» | | «Облака» | | Повтор пройденного материала. | | **Пластика** |  | Комплекс упр-ий. | | Комплекс упр-ий. |  | | | **Пальч. гимн.** | «Зайкины ушки» |  | | «Дружат в нашей группе» | | | | **Муз.-подв. игра** | «Пятнашки» | «Ловля обезьян» | | «Пятнашки» | | | | **Игры - путешествия** |  | «Маугли» | |  |  | | | | | | | |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **39 – 40** | **41** | **42 – 43** | **44 – 45** | |
| **Ритмика** |  |  | Гимнастическое дирижирование. | |  |
| **Гимнастика** | Построение в шеренгу по звуковому сигналу.  Упражнения на расслабление мышц. | Построение в шеренгу. | Построение в шеренгу.  Упражнения на расслабление мышц. | Перестроение в круг.  Упражнения на расслабление мышц. | |
| **Танцы** | Хореог-ие упр-ия. Комбинации на изученных танцевальных шагах. «Кик» | «Танец утят» | Хореог-ие упр-ия.  «Давай танцуй» | | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Кремена». | «Всадник»  «Автомобиль»  «Облака» «Чебурашка» | «Кремена». | | Повтор пройденного материала. |
| **Пластика** | Комплекс упр-ий. |  | «Воздушная кукуруза» | | |
| **Пальч. гимн.** | «Кулачки» |  | «Ириска от киски» | | |
| **Муз.-подв. игра** | «Игра – импровизация» | «Ловля обезьян»  «Весёлый бубен» | «Определить динамику муз. произ-ия» | | «Определить характер  муз. произ-ия» |
| **Игры - путешествия** |  | «Цветик - семицветик» |  |  | |

**Март**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **46** | **47 – 48** | | **49 – 50** | **51 – 52** | |
| **Ритмика** |  |  | |  | | Ходьба по кругу на каждый счёт и через счёт. |
| **Гимнастика** | Построение в шеренгу.  ОРУ с речитативом.  Ходьба с препятствиями. | Перестроения в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной колонны в три. ОРУ без предметов.  Упражнения на расслабление мышц. | | | | |
| **Танцы** | «Давай танцуй!» | Хореогр-ие упр-ия.  «Современник» | | «Современник» | | «Полька» |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Кремена» |  | | «Приходи, сказка!» | | |
| **Пластика** |  | «Упражнения с цветами» | | | «Кукла» | |
| **Пальч. гимн.** |  | «Птички прилетели» | «В гости к другу» | | «Мышка», «Кошка», «Зайка», «Зайка и барабан»,  «Петушок», «Жук». | |
| **Муз.-подв. игра** | Найди предмет. | «К своим флажкам» | | | | |
| **Игры - путешествия** | «Искатели клада» |  | |  |  | |
| **Креативная гимнастика** |  |  | | Музыкально – творческие игры. | | |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **53 – 54** | **55** | **56 – 57** | **58 – 59** | **60** |
| **Ритмика** | Ходьба на каждый счёт и через счёт. |  | Ходьба с увеличением темпа. |  | Ходьба с увеличением темпа. |
| **Гимнастика** | Перестроение в несколько кругов на шаге и беге.  Перестроение из одной колонны в три.  Упражнения на расслабление. | Построение в шеренгу. | Построения в круг.  Упражнения на расслабление мышц. | Построение в шеренгу.  Упражнения на расслабление мышц. | Построения в круг.  Упражнения на расслабление мышц. |
| **Танцы** | «Полька» | | «Русский хоровод» | Танец «Кик»  «Рус. хоровод» | «Падеграс»  «Давай танцуй!» |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Приходи, сказка!» | «Ванечка – пастух» | «Чёрный кот» | | |
| **Пластика** |  | «Велосипед» | Комплекс упр-ий. | | |
| **Пальч. гимн.** | «Кошечка» |  | «Дождик» | «10 маленьких утят» | |
| **Муз.-подв. игра** | «К своим флажкам» | «К своим  флажкам»  «Автомобили» | Закрепление навыков построения. | «Гулливер и лилипуты» | |
| **Игры - путешествия** |  | «Клуб весёлых человечков» |  |  |  |
| **Креативная гимнастика** |  | «Бег по кругу. |  |  |  |

**Май**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **61 – 62** | **63 – 64** | **65 – 66** | | **67** |
| **Ритмика** |  |  |  | |  |
| **Гимнастика** | Перестроение из одной колонны в три.  Упражнения на расслабление. | | | | Построение по кругу в парах. |
| **Танцы** |  |  |  | | «Падеграс»  «Давай танцуй!» |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | Повторить знакомые комплексы упр-ий. | | | | |
| **Пластика** | «Пластический этюд» | | «Песенка о лете» | | |
| **Пальч. гимн.** |  | «Кто живёт в моей квартире» | | |  |
| **Муз.-подв. игра** | «Музыкальные змейки» | | |  | |
| **Игры - путешествия** |  |  |  | |  |
| **Креативная гимнастика** |  |  | «Танцевальный вечер» | |  |

**68 сюжетное занятие «Приходи, сказка!»**

**Задачи:** Повторить изученный материал по музыкально – ритмической пластике. Содействовать развитию ритмичности, музыкальности и выразительности движений. Способствовать развитию внимания и ориентировки в пространстве.

**Ход занятия:** 1. Подготовка к путешествию. 4. Письмо от Бабы-Яги.

2. «Королевство Крокодила Гены» 5. Прощание со сказочными героями.

3. «Королевство лилипутов» 6. Подведение итога.

**ПЕРСПЕКТИВНО – КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН**

**ПО МУЗЫКАЛЬНО – РИТМИЧЕСКОЙ ПЛАСТИКЕ**

1. **год *(подготовительная группа)***

**Сентябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **1 – 2** | **3 – 4** | | **5 – 6** | | **7 – 8** | |
| **Ритмика** | Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. | | Хлопки и удары ногой на сильную долю такта. | | | | |
| **Гимнастика** | Строевые приёмы. Строевой шаг, походный шаг в передвижении.  Перестроения и размыкания по ориентирам.  ОРУ без предметов.  Упражнения на расслабление. | | | | | | |
| **Танцы** | «Танец с хлопками»  Поочерёдное пружинное движение ногами. | | «Слонёнок» | | | | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** |  |  |  | | |  | |
| **Пластика** | «Упражнения с осенними листьями» | | Комплекс упр-ий. | | | | |
| **Пальч. гимн.** | «Здравствуйте» | | «Мама» | | | | |
| **Муз.-подв. игра** | «Дирижёр – оркестр» | «Трансформеры» | «Дирижёр – оркестр» | | | «Трансформеры» | |
|  | | | | |  | |

**Октябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **9** | **10** | | **11 – 12** | | **13 – 14** | | **15 – 16** | |
| **Ритмика** |  |  | Дирижирование. | | | Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. | | Дирижирование. | |
| **Гимнастика** | Построение в шеренгу. ОРУ. | Строевые приёмы. Строевой шаг, походный шаг в передвижении.  ОРУ.  Упр. на рассл. | Упражнения на расслабление. | | | Ходьба и бег. Перестроение из колонны по одному в колонну по три. ОРУ. | | Упражнения на расслабление. | |
| **Танцы** | «Слонёнок»  «Танец с хлопками» | Хореог-ие упр.  Поочерёдное пружинное движение ногами. | Хореог-ие упр.  Нога в сторону на пятку.  «Полька тройками» | | | «Полька тройками» | | Нога в сторону на пятку.  «Московский рок» | |
| **Танц.- ритм. гимн.** |  | «Марш» | | | |  | | «Упр. с флажками» | |
| **Пластика** |  | «Маляры» | Комплекс упр-ий. | | | | | «Маляры» | |
| **Пальч. гимн.** |  | «Волк и лиса» | | | | «Замок» | | | |
| **Муз.-подв. игра** | «Капканы»,  «Найди предмет»  «Колдуны» | «Круг и кружочки» | «Дирижёр – оркестр» | | | «Запев – припев» | | | |
| **Игры - путешествия** | «Охотники за приключениями» |  |  | | |  | |  | |
|  | | | | |  | |  | |

**Ноябрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **17 – 18** | | **19 – 20** | | | **21** | | **22 – 23** | | **24 – 25** | |
| **Ритмика** | Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. | | | | |  | |  | |  | |
| **Гимнастика** |  | | |  | | Разновидности ходьбы. Перестроения. | | Упражнения на расслабление. | |  | |
| **Танцы** | «Танец с хлопками»  «Ковырялочка», «Гармошка»  «Московский рок» | | «Танец с хлопками»  Комбинации из разученных упр.  «Московский рок» | | «Танец с хлопками»  «Московский рок» | | | Комбинации из разученных упр.  «Полька тройками» | | Хореог-ие упр.  Нога в сторону на пятку.  «Круговая кадриль» | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Марш» | | | |  | | | «Три поросёнка» | | | |
| **Пластика** | «Птичий двор» | Комплекс упр-ий. | | |  | | | Комплекс упр. | |  | |
| **Пальч. гимн.** | «В гости» | | | |  | | |  | | «Киселёк» | |
| **Муз.-подв. игра** | «Круг и кружочки» | |  | | «Товарищи матросы» | | |  | | «Грелки» | |
| **Игры - путешествия** |  | |  | | «Морские учения» | | |  | |  | |
| **Креативная гимнастика** |  | |  | |  | | | «Займи место» | |  | |
|  | | | | | | |  | |  | |

**Декабрь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **26 – 27** | **28** | | **29 – 30** | | **31 – 32** | |
| **Ритмика** |  |  |  | | | Хлопки и удары ногой на сильную долю такта. | |
| **Гимнастика** | Упражнения на расслабление. | Построение в шеренгу. ОРУ. | Ходьба и бег. ОРУ.  Упражнения на расслабление. | | | Упражнения на расслабление. | |
| **Танцы** | Хореог-ие упр.  Нога в сторону на пятку.  «Круговая кадриль» | «Круговая кадриль»  «Полька тройками»  «Русский хоровод» | «Спенк» | | | | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Три поросёнка» | «Матушка – Россия» |  | | | «Белочка» | |
| **Пластика** | Комплекс упр. |  |  | | |  | |
| **Пальч. гимн.** | «Гномы» |  | «Моталочка» | | | «Целый день» | |
| **Муз.-подв. игра** |  | «Грелки» | «Гонка мяча» | | | «День – ночь» | |
| **Игры - путешествия** |  | «Россия – Родина моя!» |  | | |  | |
| **Креативная гимнастика** | «Делай как я, делай лучше меня!» |  |  | | | «Делай как я, делай лучше меня!» | |
|  | | | | |  | |

**Январь**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **33 – 34** | **35** | | | **36** | | **37 – 38** | |
| **Ритмика** |  | Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. | |  | | | Дирижирование. | |
| **Гимнастика** | Упражнения на расслабление. | | Построение в шеренгу. ОРУ. | | | | Упражнения на расслабление. | |
| **Танцы** | Хореог-ие упр.  «Спенк», «Тайм – степ» Движения Ча-ча-ча. | |  | | | | Хореог-ие упр.  Комбинации из разученных упр. | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Белочка» | | | | | | «По секрету всему свету» | |
| **Пластика** | Комплекс упр. |  | |  | | | Комплекс упр. | |
| **Пальч. гимн.** | «Зайкины ушки» | | |  | | | «Утро» | |
| **Муз.-подв. игра** | «День – ночь» | «Гонка мяча» | | «Чабан и овцы» | | | «День – ночь» | |
| **Игры - путешествия** |  |  | | «Королевство волшебных мячей» | | |  | |
|  | | | | | |  | |

**Февраль**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **39 – 40** | **41 – 42** | | **43 – 44** | | **45** | |
| **Ритмика** | Дирижирование. |  | Дирижирование. | | |  | |
| **Гимнастика** | Упражнения на расслабление. | Ходьба и бег. Перестроение из колонны по одному в колонну по три. ОРУ.  Упражнения на расслабление. | Упражнения на расслабление. | | | Ходьба и бег. Перестроение из колонны по одному в колонну по три. ОРУ. | |
| **Танцы** | Комбинации из разученных упр. | Движения «Полонеза»  «Полонез» | | | |  | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «По секрету всему свету» |  | «Упражнения с обручами» | | | «Белочки», «Марш»,  «Упр. с обручами»  «Упр. с флажками» | |
| **Пластика** |  | «Воздушная кукуруза» | | | |  | |
| **Пальч. гимн.** | «Мостик» | | «Ириска от киски» | | |  | |
| **Муз.-подв. Игра** | «Горелки» |  | «Горелки» | | |  | |
| **Игры - путешествия** |  |  |  | | | «Спортивный фестиваль» | |
| **Креативная гимнастика** |  |  | «Повтори за мной» | | |  | |
|  | | | | |  | |

**Март**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **46 – 47** | **48 – 49** | | **50 – 51** | | **52** | |
| **Ритмика** |  | Дирижирование. |  | | |  | |
| **Гимнастика** | Ходьба и бег. Построение в шеренгу.  Упражнения на расслабление. | Упражнения на расслабление. | Ходьба и бег.  Упражнения на расслабление. | | | Перестроения, передвижения в колонне шагом и бегом. | |
| **Танцы** | «Ча-ча-ча» | Хореог-ие упр.  «Тайм – степ»  «Ча-ча-ча» | Движения «Самба»  «Самба» | | | Хореог-ие упр.  «Спенк»  «Московский рок» «Самба»  «Ча-ча-ча» | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Упр. с обручами» | «Ванька – Встань-ка» | | | |  | |
| **Пластика** | Комплекс упр. | «Упражнения с цветами» | | | |  | |
| **Пальч. гимн.** | «В гости к другу» | | «Киселёк» | | |  | |
| **Муз.-подв. игра** | «Гонка мяча» | «Дети и медведь» | | | | | |
| **Игры - путешествия** |  |  | | | | «Путешествие в маленькую страну» | |
|  | | | | |  | |

**Апрель**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **53 – 54** | **55 – 56** | | **57 – 58** | | **59 – 60** | |
| **Ритмика** | Дирижирование. |  | Дирижирование. | | |  | |
| **Гимнастика** | Упражнения на расслабление. | | Перестроения и размыкания по ориентирам.  Упражнения на расслабление. | | |  | |
| **Танцы** | Движения «Самба»  «Самба» | «Божья коровка» | | | | | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Ванька – Встань-ка» | «Марш»  «Три поросёнка» | «Марш»  «Ванька – Встань-ка» | | | Повторить знакомые комплексы. | |
| **Пластика** | Комплекс упр. | «Кукла» | «Пластический этюд» | | | | |
| **Пальч. гимн.** | «Дождик» | «10 маленьких утят» | | | | «Летает – не летает» | |
| **Муз.-подв. игра** | «Запев – припев» | «Трансформеры» | «День – ночь» | | |  | |
|  | | | | |  | |

**Май**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Занятия**  **Вид**  **деятельности** | **61** | **62 – 63** | | **64 – 65** | | **66 – 67** | |
| **Ритмика** |  | Дирижирование. |  | | |  | |
| **Гимнастика** | Построение в шеренгу. | Упражнения на расслабление. | | | | | |
| **Танцы** | «Божья коровка» | Хореог-ие упр.  Поочерёдное пружинное движение ногами.  «Полька тройками» | | | |  | |
| **Танц.- ритм. гимнастика** | «Ванька – Встань-ка» | «Пластилиновая ворона» | | | | Повторить знакомые комплексы. | |
| **Пластика** | Комплекс упр. |  | «Песенка о лете» | | | | |
| **Пальч. гимн.** |  | «Кто живёт в моей квартире» | | | |  | |
| **Муз.-подв. игра** | «Запев – припев»  «День – ночь»  «Птички и ворона» | «Нам не страшен серый волк» | | | |  | |
| **Игры - путешествия** | «Путешествие в Играй – город» |  |  | | |  | |
|  | | | | |  | |

**68 сюжетное занятие «В ГОСТЯХ У ТРЁХ ПОРОСЯТ»**

**Задачи:** Совершенствовать правильное выполнение упражнений музыкально-ритмической пластики. Закрепить исполнение танцев. Содействовать развитию прыгучести, ловкости, ориентировки в пространстве.

**Ход занятия:** 1. Танцевально – ритмическая гимнастика. 4. Танцы.

2. ОРУ. 5. Подведение итога.

3. Эстафеты.

**ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ МУЗЫКАЛЬНОГО И ПСИХОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ.**

Педагогический анализ (диагностика) проводится 2 раза в год *(вводный – в сентябре, итоговый – в мае).*

**Цель диагностики**: выявление уровня музыкального и психомоторного развития детей (начального уровня и динамики развития), эффективности педагогического воздействия

**Метод диагностики**: наблюдение за детьми в процессе выполнения специально подобранных заданий.

**Музыкальность** — способность воспринимать и передавать в движении образ и основные средства выразительности, изменять движения в соответствии с фразами, темпом и ритмом. Оценивается соответствие исполнения движений музыке (в про­цессе самостоятельного исполнения — без показа педагога).

Для каждого возраста определяют разные критерии музыкальности в соответствии со средними возрастными показателями развития ребенка, ориенти­руясь на объем умений, раскрытый в задачах.

**Пример оценки детей 4-го года жизни:**

5 баллов — умение передавать характер мелодии, самостоятельно начинать и закан­чивать движение вместе с музыкой, менять движения на каждую часть музыки;

4-2 балла — в движениях выражается общий характер музыки, темп; начало и конец музыкального произведения совпадают не всегда;

0-1 балл — движения не отражают характер музыки и не совпадают с темпом, ритмом, а также с началом и концом произведения.

**Оценка детей 7-го года жизни:**

5 баллов — движения выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюан­сировкой, фразами;

4-2 балла — передают только общий характер, темп и метроритм;

0-1 балл — движения не совпадают с темпом, метроритмом музыки, ориентиро­ваны только на начало и конец звучания, а также на счет и показ взрослого.

**Эмоциональность** — 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, но и в слове. Эмоциональные дети часто подпевают во время движения, что -то приговаривают, после выполнения упражнения ждут от педагога оценки. У неэмоциональных детей мимика бедная, движения невыразительные. Оценивается этот показатель по вне­шним проявлениям (Э-1, Э—5).

По тому, какое место ребенок занимает в зале (если предлагается встать на любое место) и насколько этот выбор постоянен, можно оценивать проявление **экстраверсии** или **интроверсии.** Если ребенок постоянно встает поближе к педаго­гу, чтобы его было видно, то это характеризует его как экстраверта, и наоборот, если ребенок всегда старается спрятаться за спину других, то, скорее всего, его можно определить как интроверта. При сопоставлении этих наблюдений с другими проявлениями детей педагог может делать важные выводы о внутреннем мире ре­бенка (благополучии или наличии тревожности в эмоциональном фоне), о его со­стоянии на данный момент по типичности или нетипичности поведения и т.д.

Можно условно оценить проявление данных характерологических особеннос­тей детей: зрительно разделить пространство зала на 5 зон по степени удаленности от педагога и посмотреть, какое место выбирает ребенок на занятии.

*Примечание:* при подсчете баллов этот параметр не учитывается в среднем показателе. **Творческие проявления** — умение импровизировать под знакомую и незнако­мую музыку на основе освоенных на занятиях движений, а также придумывать соб­ственные, оригинальные "па". Оценка конкретизируется в зависимости от возраста и обученности ребенка. Творческая одаренность проявляется в особой выразитель­ности движений, нестандартности пластических средств и увлеченности ребенка самим процессом движения под музыку. Творчески одаренные дети способны выра­зить свое восприятие и понимание музыки не только в пластике, но также и в рисунке, в слове. Степень выразительности, оригинальности также оценивается пе­дагогом в процессе наблюдения.

**Внимание** — способность не отвлекаться от музыки и процесса движения. Если ребенок правильно выполняет ритмическую композицию от начала до конца само­стоятельно —- это высокий уровень, оценка — 5 баллов. Если выполняет с некоторы­ми подсказками, то от 4-х до 2-х баллов. В случае больших затруднений в исполнении композиции из-за рассеянности внимания — оценка 0-1 балл.

**Память** — способность запоминать музыку и движения. В данном виде деятель­ности проявляются разнообразные виды памяти: музыкальная, двигательная, зри­тельная. Как правило, детям необходимо 6-8 повторений композиции вместе с педа­гогом для запоминания последовательности упражнений. Это можно оценить как норму. Если ребенок запоминает с 3-5 исполнений по показу, то это высокий уро­вень развития памяти — оценка 5 баллов. Неспособность запомнить последователь­ность движений или потребность в большом количестве повторений (более 10 раз) оценивается в 2-0 баллов.

**Подвижность (лабильность) нервных процессов** проявляется в скорости двига­тельной реакции на изменение музыки. Норма, эталон — это соответствие исполнения упражнений музыке, умение подчинять движения темпу, ритму, динамике, форме и т.д.

Запаздывание, задержка и медлительность отмечаются как затор­моженность. Ускорение движений, переход от одного движения к последующему без четкой законченности предыдущего (перескакивание, торопливость) отмечаются как повышенная возбудимость.

Оценки выставляются следующим образом: N — норма (5 баллов); В (возбуди­мость), 3 (заторможенность) — от 1 до 4 баллов (В-1, В-2, 3-1, 3-2 и т.д. — в зависимости от степени выраженности данного качества).

**Координация, ловкость 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 (а также и в других общеразвивающих видах движений).

**Гибкость, пластичность** — мягкость, плавность и музыкальность движений рук, подвижность суставов, гибкость позвоночника, позволяющие исполнять несложные акробатические упражнения ("рыбка", "полушпагат" и др. — от 1 до 5 баллов).

В результате наблюдений и диагностики педагог может подсчитать средний сум­марный балл для общего сравнения динамики в развитии ребенка на протяжении опре­деленного периода времени, выстроить диаграмму или график показателей развития.

**КАРТА ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ МУЗЫКАЛЬНОГО И ПСИХОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Ф. И. ребенка | Музыкальность | | Эмоциональная сфера | | Проявление характерологических особенностей ребенка | | Творческие проявления | | Внимание | | Память | | Подвижность нервных процессов | | Пластичность гибкость | | Координация движений | |
|  | НГ | КГ | НГ | КГ | НГ | КГ | НГ | КГ | НГ | КГ | НГ | КГ | НГ | КГ | НГ | КГ | НГ | КГ |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**МОДЕЛЬ ПРОГРАММЫ «МУЗЫКАЛЬНЫЙ СЕРПАНТИН»**

**Танцевально – ритмическая Нетрадиционные виды**

**гимнастика упражнений**

**МУЗЫКАЛЬНО –**

**РИТМИЧЕСКАЯ**

**ПЛАСТИКА**