**Перспективный план**

**(Группа спортивного творчества «Непоседы»)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Месяц** | **Цель** |
| **Сентябрь****Октябрь****Ноябрь****Декабрь****Январь** **Февраль****Март****Апрель****Май** | Занятие №1 ОрганизационноеЦель. Познакомить детей с термином «Ритмическая гимнастика», «Художественная гимнастика». Дать детям сведения о пользе занятий гимнастикой. Вызвать желание заниматься физическими упражнениями.Занятие№2. ДиагностикаЦель. Проведение обследования уровня двигательной активности и физической подготовленности детей.Занятие №3-4Цель. Разучивание упражнений разминки под счет. Учить детей принимать правильное исходное положение всех частей тела. Занятие №5-6Тема. Разучивание ритмического танца под музыку из м/ф «Трям – здравствуйте» Облака. Цель. Познакомить детей с движениями ритмического танца; обучать базовым упражнениям. Показать правильное их выполнение.Занятие №7-8Цель. Упражнять детей в выполнении ритмического танца в целом, работа над трудными местами.Занятие №1-2Цель. Ознакомить с ритмической гимнастикой «Кузнечик» муз. В.Шайнского. Показать последовательность выполнения движений. Разучивание отдельных элементов ритмического комплекса. 1-2 части комплексаЗанятие №3Цель. Отработка двух частей комплекса, разучивание 3 части под счет.Занятие №4.Цель. Закрепление движений комплекса под музыку, работа над трудными местами. Учить детей эмоционально показывать характер героев в комплексе.Занятие №5.Цель. Выступление детей на спортивном развлечении «Осенняя пора»Занятие №6Цель. Ознакомить с групповыми упражнениями с лентами. Дать детям представление о структуре всей композиции, порядке выполнения упражнений, смены темпа выполнения.Занятие №7-8Цель. Разучивание отдельных элементов: змейка вертикальная, горизонтальная, «кольцо» над головой; ходьба с выполнением змейки лентой.Занятие №1Цель. Разучивание первой части комплекса под счет в медленном темпе. Работа над трудными местами.Занятие №2Цель. Закрепление движений первой части комплекса под музыку, работа над ритмическим рисунком комплекса.Занятие №3Цель. Совершенствовать движения первой части комплекса, разучивание второй части комплекса в медленном темпе под счет. Работа над трудными местами.Занятие №4Цель. Отработка движений первой части первой части комплекса под быструю музыку, закрепление движений второй части комплекса. Учить чувствовать движения и получать радость и удовлетворение от их выполнения.Занятие №5-7Цель. Соединение двух частей комплекса под музыку; работа над трудными местами. Отрабатывать синхронность выполнения движений группой. Занятие №8Цель. Выступление на физкультурном празднике.Занятие №1Цель. Ознакомление с ритмической гимнастикой под песню Красной Шапочки А. Рыбникова.Познакомить с отдельными упражнениями ритмической гимнастики. Показать детям правильное их выполнение.Занятие №2Цель. Разучивание первой части ритмического комплекса под счет. Отрабатывать трудные элементы комплекса.Занятие №3Цель. Закреплять первую часть ритмического комплекса; разучить вторую часть под счет.Занятие №4Цель. Выполнение комплекса ритмической гимнастики в целом под счет, учить эмоционально выполнять комплекс упражнений.Занятие №5Цель. Закрепление движений комплекса под музыку, работа над выразительностью выполнения движений комплекса.Занятие №6-8Цель. Повторить изученные комплексы ритмической гимнастики, групповое выполнение упражнений с лентами. Совершенствовать движения под музыку. Учить детей выполнять движения эмоционально, грациозно.Индивидуальная работа. Закрепление изученных комплексов. Разучивание упражнений с лентой – соло.Занятие №1Цель. Ознакомление с ритмической гимнастикой под музыку из кинофильма «Электронник».Познакомить детей с движениями ритмического танца; обучать базовым упражнениям. Показать правильное их выполнение. Занятие №2Цель. Разучивание первой части ритмического комплекса под счет. Отрабатывать трудные элементы комплекса.Занятие №3Цель. Закреплять первую часть ритмического комплекса; разучить движения припева под счет.Занятие №4Цель. Выполнение комплекса ритмической гимнастики в целом под счет, учить эмоционально выполнять комплекс упражнений.Занятие №5Цель. Закрепление движений комплекса под музыку, работа над выразительностью выполнения движений комплекса.Занятие №6Цель. Закрепление движений комплекса под музыку, работа над выразительностью выполнения движений комплекса.Занятие №7Цель. Ознакомить с групповыми упражнениями с обручами. Дать детям представление о структуре всей композиции, порядке выполнения упражнений, смены темпа выполнения.Занятие №8Цель. Разучивание отдельных элементов: подъем обруча с пола ногой, круговые вращения, «ласточка» с обручем. Занятие №1-2Цель. Разучивание первой части комплекса под счет в медленном темпе. Работа над трудными местами.Занятие №3Цель. Закрепление движений первой части комплекса под музыку, работа над ритмическим рисунком комплекса.Занятие №4Цель. Совершенствовать движения первой части комплекса, разучивание второй части комплекса в медленном темпе под счет. Работа над трудными местами.Занятие№5Цель. Совершенствование первой части комплекса под музыку, разучивание второй части комплекса в медленном темпе под счет. Занятие №6-8Цель. Отработка движений первой части первой части комплекса под быструю музыку, закрепление движений второй части комплекса. Учить чувствовать движения и получать радость и удовлетворение от их выполнения.Занятие №1-3Цель. Соединение двух частей комплекса под музыку; работа над трудными местами. Отрабатывать синхронность выполнения движений группой. Занятие №4Цель. Выполнение комплекса под музыку.Занятие №5Цель. Выступление детей на развлечении в младшей группе.Занятие №6Цель. Ознакомить с групповыми упражнениями с шарфами. Дать детям представление о структуре всей композиции, порядке выполнения упражнений, смены темпа выполнения.Занятие №7-8Цель. Разучивание отдельных элементов: взмахи, «восьмерка», выпады, скрестный шаг.Занятие №1.Цель. Разучивание первой части комплекса под счет в медленном темпе. Работа над трудными местами.Занятие №2Цель. Закрепление движений первой части комплекса под музыку, работа над ритмическим рисунком комплекса.Занятие №3Цель. Совершенствовать движения первой части комплекса, разучивание второй части комплекса в медленном темпе под счет. Работа над трудными местами.Занятие №4Цель. Отработка движений первой части первой части комплекса под быструю музыку, закрепление движений второй части комплекса. Учить чувствовать движения и получать радость и удовлетворение от их выполнения.Занятие №5-7Цель. Соединение двух частей комплекса под музыку; работа над трудными местами. Отрабатывать синхронность выполнения движений группой. Занятие №8. Выступление на физкультурном празднике. |