**Перспективный план**

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

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