

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
протокол № 1  
от «30» августа 2024г.

**УТВЕРЖДЕНО**

приказ № 99-ОД  
от «30» августа 2024 года  
Заведующий МАДОУ № 30  
\_\_\_\_\_ Т.Ю. Ульшина

***ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«СТУДИЯ ИГРОВОЙ СПОРТИВНОЙ ГИМНАСТИКИ»***

Возраст: 4-7 лет

Педагог: А.В. Куренина

Армавир, 2024г.

Содержание:		стр.
Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1	Пояснительная записка	4
1.2.	Цели и задачи программы	5
1.3	Содержание программы	6
1.4.	Планируемые результаты	9
Раздел №2. Комплекс организованно-педагогических условий		
2.1.	Календарный учебный график	43
2.2.	Условия реализации программы	44
2.3.	Методические материалы	46
2.4.	Список использованной литературы	57

## Паспорт программы

1	Полное название	Игровая спортивная гимнастика
2	Характеристика программы	Программа предусматривает: - Ритмопластика (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве); - Спортивная азбука (разучивание спортивного инвентаря и упражнений с ними); - Разучивание танца с инвентарем (композиция); -Игровой спортивный танец; Музыкально – двигательный этюд.
3	Направление деятельности	Физкультурно-спортивное
4	Сроки реализации	3 года
5	Возраст дошкольников	4-7 лет
6	Цель программы	Содействие всестороннему развитию личности дошкольника, средствами игровой гимнастики. Развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки у детей дошкольного возраста.
7	Краткое содержание программы	1. Отбор и начальная подготовка 2. Начальная специализированная подготовка. 3. Совершенствование и творческое самовыражение.
8	Прогнозируемые результаты	Повышение уровня физического здоровья детей, нормализация статистических и динамических функций организма, общей и мелкой моторики, положительный результат темпов прироста физических качеств.
9	Перспективы развития	Участие в проведении тематических флешмобов.

### 1.1. Пояснительная записка.

На современном этапе развития общества выявлена тенденция к ухудшению состояния здоровья детей. Известно, что здоровье ребенка формируется под воздействием целого комплекса факторов: биологических, экологических и др. Среди многообразных факторов, влияющих на состояние здоровья и работоспособность растущего организма, большое значение имеет двигательная активность - естественная потребность в движении, которая оказывает благоприятное воздействие на формирование организма. При недостатке ее возникает целый ряд негативных для ребенка последствий: происходит нарушение функций и структуры ряда органов, регуляции обмена веществ и энергии, снижается сопротивляемость организма к изменяющимся внешним условиям. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, чёткость и быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство коллективизма. Оптимальный объем развития двигательных качеств — одно из условий сохранения и укрепления здоровья детей младшего возраста. Базовыми двигательными качествами детей являются: ловкость, меткость, точность, подвижность, равновесие, ритмичность, быстрота реакции. Игровая гимнастика- это гимнастика с оздоровительной направленностью, основным средством которой являются комплексы гимнастических упражнений, различные по своему характеру, выполняемые под ритмичную музыку и оформленные танцевальными движениями. Достоинства игровой, спортивной гимнастики известны как средства воздействия на психическое и физическое состояние ребенка. Такие занятия воздействуют на сердечно-сосудистую, нервно-мышечную, эндокринную системы организма.

Игровая спортивная гимнастика базируется на огромном арсенале разнообразных движений и упражнений. Умение передать свои чувства и переживания с помощью красивых жестов, движений, поз, мимики без излишнего напряжения и составляет двигательную культуру человека. Основой ее является мышечное чувство, которое и вырабатывается в ходе занятий игровой спортивной гимнастикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения. Занимаясь игровой спортивной гимнастикой, дети получают представление о разнообразном мире движений, который, особенно на первых порах, является для них новым и необычным. В данной программе используются не только музыкально-ритмические движения, но и акробатические упражнения. В процессе обучения акробатическим упражнениям каждый ребёнок прогибается в меру своих физических возможностей, без посторонней помощи, но при систематических упражнениях, наглядности и поощрениях повышает свои возможности. 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. В танцевально-ритмическую гимнастику входят разделы:

игроритмика, игрогимнастика, игротанец. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и флешмобами, квест-играми, элементы черлидинга.

Раздел креативной гимнастики включает музыкально-творческие игры и специальные задания по типу флешмоб, черлидинг.

Возрастная группа	Периодичность в неделю	Время проведения занятия	Количество часов в год	Количество часов, запланированных программой
1	2	3	4	5
Средняя группа	1	20 минут	46/47	46/47
Старшая группа	1	25 минут	46	46
Подготовительная к школе группа	1	30 минут	42	42

## 1.2. Цели и задачи программы.

Содействие всестороннему развитию личности дошкольника, игровой спортивной гимнастики. Тренировка и развитие сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата, выработка культуры движений и навыков координации, воспитание музыкальности и чувства ритма

Игровая спортивная гимнастика предусматривает решение следующих задач:

1. Укрепление здоровья:
  - способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата.
  - формировать правильную осанку.
  - помочь детям познать своё тело посредством выполнения акробатических упражнений, в соответствии с возрастными особенностями.
  - содействовать профилактике плоскостопия.
  - содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной систем организма.
2. Совершенствование психомоторных способностей дошкольников:
  - развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, координационные способности.
  - развивать гибкость каждого ребёнка, посредством прогибания во время выполнения акробатических упражнений, в меру своих физических возможностей.
  - развивать чувство самостраховки.
  - содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой.

-формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности.

3. Развитие творческих способностей занимающихся:

- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, используя различное спортивное оборудование.
- воспитывать умения эмоционального выражения и творчества в движениях.
- развитие творческих и созидательных способностей: развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор, формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку, воспитывать умение эмоционального выражения движений под музыку, воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.

План совместной деятельности по игровой спортивной гимнастике:

1. Вводная (разминка) - разогревание организма.
2. Основная (упражнения в исходном положении стоя) - последовательная «проработка» мышц шеи, рук, рук туловища, ног.
3. Бег и прыжки - максимальная нагрузка.
4. Упражнения в исходных положениях сидя и лёжа - комплексная проработка всех групп мышц.
5. Заключительная - восстановление, упражнения на гибкость и расслабление.

### 1.3 Содержание программы

#### Тематическое планирование

№ п/п	Содержание работы	Количество часов	
		теория	практика
1 год			
1	Ритмопластика (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве)	1	4
2	Спортивная азбука (знакомство и разучивании спортивного оборудования и предметов для работы в гимнастике)	1	6
3	Театральная-двигательная игра	1	6
4	Разучивание спортивной композиции с предметами (композиция)	1	6
5	Игровой-спортивный танец	1	6
6	Музыкально – двигательный этюд	1	6
7	Организация мини-концертов черлидингу, флешмобов уровень 1	1	6
8	Итого на год:	7	40
		47	
2 год			
1	Ритмопластика вторая ступень (разминка, упражнения на	1	4

	развитие ориентировки в пространстве усложненная по нагрузке для старшего возраста)		
2	Спортивная азбука вторая ступень (знакомство и разучивании спортивного оборудования и предметов для работы в гимнастике)	1	6
3	Театральная-двигательная игра второго уровня сложности.	1	6
4	Разучивание спортивной композиции с предметами уровень сложности 2(композиция)	1	6
5	Игровой спортивный танец Знакомство с черлиденгом	1	6
6	Музыкально – двигательный этюд уровень сложности 2	1	5
7	Организация мини-концертов черлидингу, флешмобов.уровень 2	1	6
8	Итого на год:	7	39
			46
3 год			
1	Ритмопластика-ступень три (разминка, упражнения на развитие ориентировки в пространстве усложненная по нагрузке для подготовительного возраста )	1	4
2	Спортивная азбука (знакомство и разучивании спортивного оборудования и предметов для работы в гимнастике) уровень сложности 3	1	6
3	Театральная-двигательная игра уровень сложности 3	1	6
4	Разучивание спортивной композиции с предметами уровень сложности 3(композиция)	1	6
5	Игровой спортивный танец. черлиденг	1	6
6	Музыкально – двигательный этюд уровень сложности 3	1	3
7	Организация мини-концертов черлидингу, флешмобов уровень 3	1	4
8	Итого на год:	7	33
			42

Структура комплекса игровой спортивной гимнастики и направленность каждой из его частей:

- подготовительная часть, или разминка, обеспечивает разогревание организма, подготовку его к основной физической нагрузке. Вводную часть составляют упражнения, непосредственно воздействующие на весь организм ребёнка. Это движения динамического характера: ходьба, бег, прыжки, упражнения на коррекцию свода стопы, общеразвивающие упражнения.

- в начале основной части следует серия упражнений различного характера: поднятие рук вверх, в стороны, упражнения для мышц шеи. Следующая серия упражнений – нагрузочная. Здесь предлагаются упражнения интенсивного характера: различные наклоны, раскачивания туловища, выпады, приседания. Подбираются они с таким расчётом, чтобы равномерно «нагрузить» все части тела. Эта серия упражнений проходит в быстром темпе, используется спортивное оборудование (мячи, фитболы, гимнастические палки, гантели, помпоны болельщиков, ленты, флажки, степы, скакалки обручи).

- заканчивается основная часть танцевально-беговой серией упражнений. Она проходит в интенсивном темпе, одно упражнение быстро сменяется другим. Здесь не предусмотрено, какие виды прыжков вы будете делать. Главное – добиться высокой интенсивности в этой части комплекса. Затем предусмотрены 1-2 дыхательных упражнения, позволяющих немного отдохнуть и восстановить свои силы.

- затем следует партерная серия из исходных положений лёжа и сидя. Эта группа упражнений предназначена для развития гибкости позвоночника, укрепления мышц спины и брюшного пресса, мышц ног. Все упражнения рекомендуется выполнять в умеренном темпе, так как они требуют наибольшей затраты энергии. Заканчивается комплекс упражнениями на дыхание, расслабление, гибкость, выполняемыми в медленном темпе. Упражнения на гибкость очень эффективны в конце комплекса, так как хорошо разогретые мышцы наиболее эластичны.

- завершается игровая спортивная гимнастика упражнениями на расслабление. Цель которых – обеспечить максимальный отдых детей в короткий промежуток времени. Это могут быть упражнения из исходных положений стоя, сидя, лёжа. Они способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

#### Этапы работы

1 этап - отбор и начальная подготовка.

Основные задачи:

Изучение задатков и способностей детей. Общая физическая подготовка. Привитие навыков гимнастической школы. Воспитание устойчивого интереса и любви к занятиям.

На начальном этапе применяются разнообразные ОРУ с целью развития опорно-двигательного аппарата занимающихся. Используются подвижные игры с элементами бега, прыжков, метания, лазанья. Постепенно вводятся элементы на точность и координацию движений. Закладывается фундамент технической подготовки – осваиваются элементы ритмопластики.

2 этап - начальная специализированная подготовка.

Основные задачи:

Всесторонняя физическая подготовка.

Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность).

Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.

Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.

Для этого этапа характерно углубленное освоение гимнастической школы.

Специализированная подготовка связана с большим объемом впервые осваиваемых элементов. Базовые элементы формируются в базовые комбинации. Широко используются средства специальной и общефизической подготовки с целью воспитания основных двигательных качеств. Для преимущественного развития того или иного качества (быстроты, гибкости, выносливости и др.) используются специальные подготовительные и подводящие упражнения.

3 этап - совершенствование и творческое самовыражение.

Основные задачи:

Развитие специальных физических качеств.

Стабилизация и совершенствование техники упражнений.

Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.

Совершенствование подготовленности, "школы" движений, выработка выразительности и артистичности.

Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.

Приобретение опыта выступлений на праздниках.

**Форма обучения.**

Обучение детей проходит на специально организованной деятельности во второй половине дня.

Способ организации – группа,  
количественный состав до 15 человек.

Деятельность проводится 1 раз в неделю продолжительностью:

20 минут-средняя группа,

25 минут –старшая группа,

30 мин-подготовительная группа.

#### **1.4.Планируемые результаты .**

Основные показатели развития детей прошедших программу «Игровая, спортивная гимнастика»:

1. Повышение физической выносливости.
2. Улучшение осанки, гибкости суставов.
3. Совершенствование чувства ритма, музыкальности, двигательной культуры.
4. Развитие чувства самостраховки.

5. Повышение уровня физического здоровья детей.
6. нормализация статистических и динамических функций организма общей и мелкой моторики.
7. положительный результат темпов прироста физических качеств.

**Годовой календарно-учебный план  
Первый год обучения.  
средняя группа (от 4 до 5 лет).**

Задачи:

1. Учить детей в умеренном и быстром темпе работая с предметами переключаться с одного движения на другое в соответствии с музыкой.
2. Учить перестраиваться из круга в рассыпную и обратно, не теряя предметы.
3. Совершенствовать умение выполнять образные движения.
4. Развивать зрительную память, наблюдательность, мышечную силу, гибкость, выносливость, координацию.
5. Формировать умение понимать настроение и характер музыки, повышать эмоциональный настрой детей.
6. Воспитывать силу воли, самостоятельность.

Условные обозначения : **Р**-упражнения выполняются детьми по показу преподавателя без муз. Сопровождения в медленном темпе;

**У**-уточнение отдельных элементов из комплекса в целом под муз.сопровождение;

**З**-закрепление комплекса упражнений;

**С**-хорошо изученный комплекс упражнений усложняется за счет увеличения дозировки и совершенствования исполнения.

№ п/п	месяц	Тема занятия	Задачи	Содержание
1	сентябрь	Вводная (разминка)	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки);	Общеразвивающие упражнения без предм., Строевые упражнения . Построение в колону, ширенгу, круг. Муз.-подвижн.игра «найди свое место»
2	сентябрь	«Страна Мульти-пульти»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки),формирование двигательных навыков,	Музыкальная композиция «Сюрприз», Музыкальная композиц. «Чебурашка»,Игровое задание «Забавный чебурашка»

			умению координировать свое тело.	Подвижная игра «мой веселый звонкий мяч»
3	сентябрь	«Страна Мульти-пульти»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция «Сюрприз», Музыкальная композиц. «Чебурашка», Игровое задание «Праздник». подвиж. игра «Солнышко и дождик» Двиг. упражнение «Мы шагаем».
4	сентябрь	«страна Мульти-пульти»	формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Праздник». Подвижная игра «Солнышко и дождик», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
5	октябрь	«страна Мульти-пульти»	развития опорно-двигательного аппарата. Заложить фундамент технической подготовки – освоить элементы ритмопластики.	Музыкальная композиция №1-З, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «Дружные ребята». Подвижная игра «Парами на прогулку», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
6	октябрь	«Страна Мульти-пульти»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-З, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «Дружные ребята». Подвижная игра «Парами на прогулку», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
7	октябрь	«Страна Мульти-пульти»	развития опорно-двигательного аппарата. Заложить фундамент технической подготовки – освоить элементы ритмопластики	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-У Музыкальная композиция №5-Р Игровые задания «На полянке». Подвижная игра «Поезд», Двигательное упражнение «Топ, топ»
8	октябрь	«Страна Мульти-пульти»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков,	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-У Музыкальная композиция №5-Р

			умению координировать свое тело.	Игровые задания «На полянке»., Подвижная игра «Поезд», Двигательное упражнение «Топ, топ»
9	ноябрь	«Страна Мульти-пульти»	Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-У Музыкальная композиция №6-Р Игровые задания «Путешествие»., Подвижная игра «Карусель», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
10	ноябрь	«Страна Мульти-пульти»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-У Музыкальная композиция №6-Р Игровые задания «Путешествие»., Подвижная игра «Карусель», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
11	ноябрь	«Антошка и компания»	Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р  Игровые задания «Прогулка»., Подвижная игра «Солнышко и дождик», Двигательное упражнение «Мы шагаем» Игровой самомассаж «Солнышко»
12	ноябрь	«Антошка и компания»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р  Игровые задания «Прогулка»., Подвижная игра «Солнышко и дождик», Двигательное упражнение «Мы шагаем» Игровой самомассаж «Солнышко»

13	декабрь	«Антошка и компания»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Утиные бега», Подвижная игра «Утка и собачка», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
14	декабрь	«Антошка и компания»	Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Утиные бега», Подвижная игра «Утка и собачка», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
15	декабрь	«Антошка и компания»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-3, Музыкальная композиция №2-3 Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «Малыши-крепьши», Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч», Двигательное упражнение «Мы шагаем» Игровой самомассаж «Веселый мячик»
16	декабрь	«Антошка и компания»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-3, Музыкальная композиция №2-3 Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «Малыши-крепьши», Подвижная игра «Мой веселый звонкий мяч», Двигательное упражнение «Мы шагаем» Игровой самомассаж «Веселый мячик»
17	январь	«Антошка и компания»	развитие эмоциональности;	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-3 Музыкальная композиция №4-У

			психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №5-Р Игровые задания «Огород»., Подвижная игра «Карусели», Двигательное упражнение «Дружба»
18	январь	«Антошка и компания»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-З Музыкальная композиция №4-У Музыкальная композиция №5-Р  Игровые задания «Огород»., Подвижная игра «Карусели», Двигательное упражнение «Дружба»
19	январь	«Волк и семеро козлят».	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Динамическое упражнение «Прогулка в лес» Музыкальная композиция №1-Р, Игровые задания «Веселые козлята»., Подвижная игра «Найди свой домик», Музыкальная игра «Тишина»
20	февраль	«Волк и семеро козлят».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Динамическое упражнение «Прогулка в лес» Музыкальная композиция №1-Р, Игровые задания «Веселые козлята»., Подвижная игра «Найди свой домик», Музыкальная игра «Тишина»
21	февраль	«Волк и семеро козлят».	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Динамическое упражнение «Прогулка в лес» Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-Р Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Козлята дома одни»., Подвижная игра «Найди свое место», Дыхательное упражнение «Дышим глубоко»
22	февраль	«Волк и семеро козлят».	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений.	Динамическое упражнение «Прогулка в лес» Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-Р Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Козлята дома одни»., Подвижная игра «Найди свое место», Дыхательное упражнение «Дышим глубоко»
23	февраль	«Волк и семеро козлят».	Развитие специальных физических качеств.	Динамическое упражнение «Зимняя прогулка» Музыкальная композиция №1-З, Музыкальная композиция №2-У

			Стабилизация и совершенствование техники упражнений.	Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Козлята дома одни», Подвижная игра «Волк и козлята», Пальчиковая гимнастика «Два козленка»
24	март	«Волк и семеро козлят».	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Динамическое упражнение «Зимняя прогулка» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-Р Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «Козлята дома одни», Подвижная игра «Волк и козлята», Пальчиковая гимнастика «Два козленка» Дыхательная гимнастика «Волк»
25	март	«Волк и семеро козлят».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Динамическое упражнение «Зимняя прогулка» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-Р Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «Козлята дома одни», Подвижная игра «Волк и козлята», Пальчиковая гимнастика «Два козленка» Дыхательная гимнастика «Волк»
26	март	«Волк и семеро козлят».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Динамическое упражнение «Зимняя прогулка» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-Р Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «Козлята дома одни», Подвижная игра «Волк и козлята», Пальчиковая гимнастика «Два козленка» Дыхательная гимнастика «Волк»
27	март	«Волк и семеро козлят».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Динамическое упражнение «Шагают наши ножки» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-З Музыкальная композиция №4-У Игровые задания «К Петепетушку», Музыкальная игра «Кто так кричит?» Подвижная игра «Волк и козлята», Пальчиковая гимнастика «Два козленка» Дыхательная гимнастика «Волк»

28	апрель	«Волк и семеро козлят».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Динамическое упражнение «Шагают наши ножки» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-З Музыкальная композиция №4-У Игровые задания «К Петепетушку»., Музыкальная игра «Кто так кричит?» Подвижная игра «Волк и козлята», Пальчиковая гимнастика «Два козленка»
29	апрель	«Волк и семеро козлят».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Динамическое упражнение «В путь» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Игровые задания «Возвращение к избушке»., Музыкальная композиция №5-У Подвижная игра «Не опаздывай», Пальчиковая гимнастика «Два козленка», Дыхательная гимнастика «Подуем на живот».
30	апрель	«Волк и семеро козлят».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Динамическое упражнение «В путь» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Игровые задания «Возвращение к избушке»., Музыкальная композиция №5-У Подвижная игра «Не опаздывай», Пальчиковая гимнастика «Два козленка», Дыхательная гимнастика «Подуем на живот».
31	апрель	«Волк и семеро козлят».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Динамическое упражнение «Ходим-бегаем» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-У Музыкальная композиция №7-Р Игровые задания «Мама ищет козлят»., Подвижная игра «Коза рогатая», Пальчиковая гимнастика «Замок»,

				Дыхательная гимнастика «Подуем на живот».
32	апрель	«Волк и семеро козлят».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Динамическое упражнение «Ходим-бегаем» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-У Музыкальная композиция №7-Р Игровые задания «Мама ищет козлят»., Подвижная игра «Коза рогатая», Пальчиковая гимнастика «Замок», Дыхательная гимнастика «Подуем на живот».
33	май	«Волк и семеро козлят».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Динамическое упражнение «Ходим-бегаем»-3 Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-3 Музыкальная композиция №7-У Игровые задания «В лес»., Подвижная игра «Козлята в огороде», Пальчиковая гимнастика «Замок», Дыхательная гимнастика «Подуем на живот».
34	май	«Волк и семеро козлят».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Динамическое упражнение «Ходим-бегаем»-3 Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-3 Музыкальная композиция №7-У Игровые задания «В лес»., Подвижная игра «Козлята в огороде», Пальчиковая гимнастика «Замок», Дыхательная гимнастика «Подуем на живот».
35	май	«Волк и семеро козлят».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Динамическое упражнение «В поход» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С

				Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-3 Игровые задания «Концерт»., Подвижная игра «Мы веселые козлята», Пальчиковая гимнастика «Замок», Дыхательная гимнастика «Паровоз».
36	май	«Волк и семеро козлят».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Динамическое упражнение «В поход» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-3 Игровые задания «Концерт»., Подвижная игра «Мы веселые козлята», Пальчиковая гимнастика «Замок», Дыхательная гимнастика «Паровоз».
37	июнь	«Три поросенка»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Праздник».,Подвижная игра «Солнышко и дождик»,Двигательное упражнение «Мы шагаем»
38	июнь	«Три поросенка»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Праздник».,Подвижная игра «Солнышко и дождик»,Двигательное упражнение «Мы шагаем»
39	июнь	«Три поросенка»	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Праздник».,Подвижная игра «Солнышко и дождик»,Двигательное упражнение «Мы шагаем»
40	июнь	«Три поросенка»	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Праздник».,Подвижная игра «Солнышко и

				дождик», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
41	июль	«Три поросенка»	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Праздник», Подвижная игра «Солнышко и дождик», Двигательное упражнение «Мы шагаем»
42	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «Ребятки-козлятки», Подвижная игра «Убеги от волка» Динамическое упражнение «Паровоз».
43	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «Ребятки-козлятки», Подвижная игра «Убеги от волка» Динамическое упражнение «Паровоз».
44	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «Ребятки-козлятки», Подвижная игра «Мышеловка» Динамическое упражнение «шарик».

45	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «Ребятки-козлятки», Подвижная игра «солнышко» Динамическое упражнение «автомобили».
46	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «Ребятки-козлятки», Подвижная игра «Лесные салки» Динамическое упражнение «Паровоз».
47	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие  Игровые задания «Ребятки-козлятки», Подвижная игра «Хитрая лиса» Динамическое упражнение «карусель».

**Годовой календарно-учебный план  
Второй год обучения.  
старшая группа (от 5 до 6 лет).**

**Задачи:**

Условные обозначения : Р-упражнения выполняются детьми по показу преподавателя без муз. Сопровождения в медленном темпе;

У-уточнение отдельных элементов из комплекса в целом под муз.сопровождение;

З-закрепление комплекса упражнений;

С-хорошо изученный комплекс упражнений усложняется за счет увеличения дозировки и совершенствования исполнения.

№ п/п нед	месяц	Тема занятия	Задачи	Содержание
1	сентябрь	Вводная (разминка)	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки);	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Игровые задания «Веселые мыши»., Подвижная игра «Смелые мышки», Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
2	сентябрь	«Страна Мульти-пульти», «Кот Леопольд»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Игровые задания «Веселые мыши»., Подвижная игра «Смелые мышки», Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
3	сентябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Игровые задания «Мышинные игры»., Подвижная игра «Мышеловка», Музыкальная игра «Мышки- мышки» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
4	сентябрь	«страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Игровые задания «Мышинные игры»., Подвижная игра «Мышеловка», Музыкальная игра «Мышки- мышки» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
5	октябрь	«страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	развития опорно-двигательного аппарата. Заложить фундамент технической подготовки – освоить элементы ритмопластики.	Музыкальная композиция №1-З, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Рыбалка»., Подвижная игра «Удочка», Музыкальная игра «Угадай на ощупь» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
6	октябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-З, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Рыбалка»., Подвижная игра «Удочка», Музыкальная игра «Угадай на ощупь» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»

7	октябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	развития опорно-двигательного аппарата. Заложить фундамент технической подготовки – освоить элементы ритмопластики	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «На поляне», Подвижная игра «Кошки-мышка», Музыкальная игра «Как живешь?» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
8	октябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «На поляне», Подвижная игра «Кошки-мышка», Музыкальная игра «Как живешь?» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
9	ноябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-Р  Игровые задания «В лесу», Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши», Музыкальная игра «Где мы были –мы не скажем»
10	ноябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-Р  Игровые задания «В лесу», Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши», Музыкальная игра «Где мы были –мы не скажем»

11	ноябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	<p>Всесторонняя физическая подготовка.</p> <p>Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность).</p> <p>Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.</p> <p>развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.</p>	<p>Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-с Музыкальная композиция №6-Р Музыкальная композиция №7-Р</p> <p>Игровые задания «В лесу»., Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши», Музыкальная игра «Где мы были –мы не скажем»</p>
12	ноябрь	«Страна Мульти-пульти» «Кот Леопольд»	<p>Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.</p> <p>развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.</p>	<p>Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С</p> <p>Игровые задания «В лесу»., Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши»,</p>
13	декабрь	«Приключения Буратино»	<p>Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.</p> <p>развитие эмоциональности;</p>	<p>Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р</p> <p>Игровые задания «Буратино идет в школу»., Подвижная игра «Пятнашки», Релаксация «Волшебный сон»</p>

			психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	
14	декабрь	«Приключения Буратино»	<p>Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации</p>	<p>Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-3, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Выступление в кукольном театре», Подвижная игра «Мы веселые ребята», Релаксация «Волшебный сон»</p>
15	декабрь	«Приключения Буратино»	<p>Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.</p>	<p>Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р</p> <p>Игровые задания «Выступление в кукольном театре», Подвижная игра «Ловишки», Муз.игра «У кого мяч?»</p>
16	декабрь	«Приключения Буратино»	<p>Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать. развитие эмоциональности;</p>	<p>Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-З Музыкальная композиция №4-У Музыкальная композиция №5-Р</p>

			психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Игровые задания «В страну дураков»., Подвижная игра «Хитрая лиса», Самомассаж «Лиса»
17	январь	«Приключения Буратино»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий»  Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-3 Музыкальная композиция №5-У Музыкальная композиция №6-Р  Игровые задания «Погоня»., Подвижная игра «Хитрая лиса», Самомассаж «Лиса»
18	январь	«Приключения Буратино»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-3 Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р  Игровые задания «На болоте»., Подвижная игра «Лягушки на болоте», Самомассаж «Черепашка»
19	январь	«Приключения Буратино»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-3 Музыкальная композиция №6-У Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р Музыкальная композиция №9-Р  Игровые задания «В новом театре»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
20	февраль	«Приключения Буратино»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-3 Музыкальная композиция №7-3 Музыкальная композиция №8-3

				Музыкальная композиция №9-Р Игровые задания «В новом театре»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
21	февраль	«Приключения Буратино»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-3 Игровые задания «В новом театре»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
22	февраль	«Бременские музыканты».	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Игровые задания «Праздник»., Подвижная игра «Кто скорее до флажка», Релаксация «Тишина»
23	февраль	«Бременские музыканты».	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-3, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «В лесу»., Подвижная игра «Невод», Релаксация «Волшебный сон»
24	март	«Бременские музыканты».	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-3 Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р  Игровые задания «На разведку»., Подвижная игра «Горелки», Муз.игра «Подкрадись неслышно»
25	март	«Бременские музыканты».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения	Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-3

			самостоятельно работать.	Музыкальная композиция №4-У Музыкальная композиция №5-Р Игровые задания «Служба», Подвижная игра «Передай мяч», Самомассаж «Орешки»
26	март	«Бременские музыканты».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-У Музыкальная композиция №6-Р  Игровые задания «Тренировка по стрельбе», Подвижная игра «Защита укреплений», Релаксация «Приветствие короля»
27	март	«Бременские музыканты».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Царь-горох» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-З Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р  Игровые задания «Праздник», Подвижная игра «Мы веселые ребята», Музыкальная игра «Разверни круг»
28	апрель	«Бременские музыканты».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-З Музыкальная композиция №6-У Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р Музыкальная композиция №9-Р  Игровые задания «Возвращение», Подвижная игра «Перестрелка», Самомассаж «Волшебный мячики»
29	апрель	«Бременские музыканты».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения	Музыкальная игра «Запомни и повтори» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-З

			самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная композиция №7-З Музыкальная композиция №8-З Музыкальная композиция №9-Р Игровые задания «Вместе весело шагать», Подвижная игра «Ловишки с приседанием», Самомассаж «Веселые мячики»
30	апрель	«Бременские музыканты».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
31	апрель	«Бременские музыканты».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
32	апрель	«Бременские музыканты».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
33	май	«Бременские музыканты».	Стабилизация и совершенствование	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С

		музыканты ».	техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
34	май	«Бременские музыканты ».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
35	май	«Бременские музыканты ».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-С Игровые задания «Разоблачение», Подвижная игра «Ноги выше земли», Самомассаж «Веселые мячики»
36	май	«По следам Бременских музыкантов ».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Музыкальная композиция №3-Р  Игровые задания «Суета», Подвижная игра «Перебежки», Самомассаж «веселый мячик»
37	июнь	«По следам Бременских музыкантов ».	Воспитание волевых качеств: смелости,	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-З,

		й музыкантов».	решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная композиция №2-3 Музыкальная композиция №3-3 Музыкальная композиция №4-С Игровые задания «Погоня»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Музыкальная игра «Эхо»
38	ИЮНЬ	«По следам Бременский музыкантов».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-3 Музыкальная композиция №5-С Игровые задания «В поисках»., Подвижная игра «Раз, два, три-смотрю », Музыкальная игра «Эхо»
39	ИЮНЬ	«По следам Бременский музыкантов».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-у Музыкальная композиция №6-Р Игровые задания «Ссора»., Подвижная игра «Перетягивание каната», Музыкальная игра «Тишина»
40	ИЮНЬ	«По следам Бременский музыкантов».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-3 Игровые задания «Снова вместе»., Подвижная игра «По местам», Самомассаж «Веселые мячики»
41	ИЮЛЬ	«По следам Бременский музыкантов».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-С Игровые задания «Новые приключения»., Подвижная игра «Третий -лишний», Релаксация «Волшебный сон»

42	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «До новых встреч»., Подвижная игра «Мы веселые ребята» Пальчиковая игра «Дружба».
43	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «До новых встреч»., Подвижная игра «Мы веселые ребята» Пальчиковая игра «Дружба».
44	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «До новых встреч»., Подвижная игра «Мы веселые ребята» Пальчиковая игра «Дружба».
45	июль	Музыкальный – спортивный праздник с элементами ритмической гимнастики по мотивам мультфильма «Бременские музыканты»	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «Кто скорее до флага»., Подвижная игра «Перестрелка» Пальчиковая игра «Волшебный мяч».

	июль	Мульт.флэш-моб		<p>Открытое занятие</p> <p>Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-С Музыкальная композиция №10-С</p> <p>Игровые задания «Кто скорее до флажка», Подвижная игра «Перестрелка» Пальчиковая игра «Волшебный мяч».</p>
--	------	----------------	--	--

**Годовой календарно-учебный план  
Третий год обучения.  
подготовительная группа (от 6 до 7 лет).  
Задачи:**

Условные обозначения : Р-упражнения выполняются детьми по показу преподавателя без муз. Сопровождения в медленном темпе;

У-уточнение отдельных элементов из комплекса в целом под муз.сопровождение;

З-закрепление комплекса упражнений;

С-хорошо изученный комплекс упражнений усложняется за счет увеличения дозировки и совершенствования исполнения.

№ п/п недели	месяц	Тема занятия	задачи	содержание
1	сентябрь	Вводная (разминка)	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки);	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Игровые задания «Веселые мыши», Подвижная игра «Смелые мышки», Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
2	сентябрь	«Страна Мульти-пульти», «Приключения Незнайки»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Игровые задания «Веселые мыши», Подвижная игра «Смелые мышки», Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»

3	сентябрь	«Страна Мульти-пульти»,	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Игровые задания «Мышинные игры», Подвижная игра «Мышеловка», Музыкальная игра «Мышки- мышки» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
4	сентябрь	«Приключения Незнайки»	формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Игровые задания «Мышинные игры», Подвижная игра «Мышеловка», Музыкальная игра «Мышки- мышки» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
5	октябрь	«Страна Мульти-пульти»,	развития опорно-двигательного аппарата. Заложить фундамент технической подготовки – освоить элементы ритмопластики.	Музыкальная композиция №1-3, Музыкальная композиция №2-3 Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Рыбалка», Подвижная игра «Удочка», Музыкальная игра «Угадай на ощупь» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
6	октябрь	«Приключения Незнайки»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-3, Музыкальная композиция №2-3 Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Рыбалка», Подвижная игра «Удочка», Музыкальная игра «Угадай на ощупь» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
7	октябрь	«Страна Мульти-пульти»,	развития опорно-двигательного аппарата. Заложить фундамент технической подготовки – освоить элементы ритмопластики	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «На поляне», Подвижная игра «Кошки-мышка», Музыкальная игра «Как живешь?» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»
8	октябрь	«Приключения Незнайки»	совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки), формирование двигательных навыков, умению координировать свое тело.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р Игровые задания «На поляне», Подвижная игра «Кошки-мышка», Музыкальная игра «Как живешь?» Пальчиковая гимнастика «Веселая мышка»

9	ноябрь	«Страна Мульти-пульти»,	<p>Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям.</p>	<p>Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-Р</p> <p>Игровые задания «В лесу»., Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши», Музыкальная игра «Где мы были –мы не скажем»</p>
10	ноябрь	«Приключения Незнайки»	<p>Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.</p>	<p>Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-Р</p> <p>Игровые задания «В лесу»., Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши», Музыкальная игра «Где мы были –мы не скажем»</p>
11	ноябрь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	<p>Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических</p>	<p>Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-с Музыкальная композиция №6-Р Музыкальная композиция №7-Р Игровые задания «В лесу».,</p>
			<p>упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.</p>	<p>Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши», Музыкальная игра «Где мы были –мы не скажем»</p>

12	ноябрь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Игровые задания «В лесу»., Подвижная игра «Кот Мурзик и мыши»,
13	декабрь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Игровые задания «Буратино идет в школу»., Подвижная игра «Пятнашки», Релаксация «Волшебный сон»
14	декабрь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Всесторонняя физическая подготовка. Развитие специальных физических качеств (гибкость, пластичность). Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память,	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-З, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «Выступление в кукольном театре»., Подвижная игра «Мы веселые ребята», Релаксация «Волшебный сон»
			мышление), координации	

15	декабрь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Обучение основам техники гимнастических упражнений с предметами и подготовка к обучению сложным элементам и соединениям. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-3 Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р  Игровые задания «Выступление в кукольном театре». Подвижная игра «Ловишки», Муз.игра «У кого мяч?»
16	декабрь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-3 Музыкальная композиция №4-У Музыкальная композиция №5-Р Игровые задания «В страну дураков». Подвижная игра «Хитрая лиса», Самомассаж «Лиса»
17	январь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-3 Музыкальная композиция №5-У Музыкальная композиция №6-Р  Игровые задания «Погоня». Подвижная игра «Хитрая лиса», Самомассаж «Лиса»
18	январь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-3 Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р  Игровые задания «На болоте». Подвижная игра «Лягушки на болоте», Самомассаж «Черепаша»

19	январь	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-З Музыкальная композиция №6-У Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р Музыкальная композиция №9-Р Игровые задания «В новом театре»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
20	февраль	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-З Музыкальная композиция №7-З Музыкальная композиция №8-З Музыкальная композиция №9-Р Игровые задания «В новом театре»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
21	февраль	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «В новом театре»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
22	февраль	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Игровые задания «Праздник»., Подвижная игра «Кто скорее до флажка», Релаксация «Тишина»

23	февраль	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-3, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-Р Игровые задания «В лесу»., Подвижная игра «Невод», Релаксация «Волшебный сон»
24	март	«Новогодние приключения Маши и Вити»»	Развитие специальных физических качеств. Стабилизация и совершенствование техники упражнений. развитие эмоциональности; психических процессов (внимание, память, мышление), координации.	Коммуникативная игра «Здравствуйте!» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-Р  Игровые задания «На разведку»., Подвижная игра «Горелки», Муз.игра «Подкрадись неслышно»
25	март	«Летучий корабль».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-З Музыкальная композиция №4-У Музыкальная композиция №5-Р Игровые задания «Служба»., Подвижная игра «Передай мяч», Самомассаж «Орешки»
26	март	«Летучий корабль».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Малоподвижная игра «У ребят порядок строгий» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-У Музыкальная композиция №6-Р  Игровые задания «Тренировка по стрельбе»., Подвижная игра «Защита укреплений», Релаксация «Приветствие короля»
		«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Царь-горох» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-З Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р

27	март			Игровые задания «Праздник»., Подвижная игра «Мы веселые ребята», Музыкальная игра «Разверни круг»
28	апрель	«Летучий корабль».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-З Музыкальная композиция №6-У Музыкальная композиция №7-У Музыкальная композиция №8-Р Музыкальная композиция №9-Р Игровые задания «Возвращение»., Подвижная игра «Перестрелка», Самомассаж «Волшебный мячики»
29	апрель	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Запомни и повтори» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-З Музыкальная композиция №7-З Музыкальная композиция №8-З Музыкальная композиция №9-Р Игровые задания «Вместе весело шагать»., Подвижная игра «Ловишки с приседанием», Самомассаж «Веселые мячики»
30	апрель	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Трудная дорога»., Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»

31	апрель	«Летучий корабль».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-3 Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
32	апрель	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-3 Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
33	май	«Летучий корабль».	Стабилизация и совершенствование техники упражнений. Исполнение упражнений в соединениях и комбинациях.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-3 Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
34	май	«Летучий корабль».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С

				Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Трудная дорога», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Самомассаж «Веселые мячики»
35	май	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-С Игровые задания «Разоблачение», Подвижная игра «Ноги выше земли», Самомассаж «Веселые мячики»
36	май	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная композиция №1-Р, Музыкальная композиция №2-Р Музыкальная композиция №3-Р  Игровые задания «Суета», Подвижная игра «Перебежки», Самомассаж «веселый мячик»
37	июнь	«Летучий корабль».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-З, Музыкальная композиция №2-З Музыкальная композиция №3-З Музыкальная композиция №4-С Игровые задания «Погоня», Подвижная игра «Ловишки с ленточками», Музыкальная игра «Эхо»
38	июнь	«Летучий корабль».	Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, умения самостоятельно работать.	Музыкальная композиция №1-У, Музыкальная композиция №2-У Музыкальная композиция №3-У Музыкальная композиция №4-З Музыкальная композиция №5-С Игровые задания «В поисках», Подвижная игра «Раз, два, три-смотри », Музыкальная игра «Эхо»
39	июнь	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-у Музыкальная композиция №6-Р Игровые задания «Ссора»,

			упражнения, соединения.	Подвижная игра «Перетягивание каната», Музыкальная игра «Тишина»
40	июнь	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-З Игровые задания «Снова вместе»., Подвижная игра «По местам», Самомассаж «Веселые мячики»
41	июль	«Летучий корабль».	Развитие способности к самовыражению в движении под музыку, формирование умения самостоятельно придумывать собственные упражнения, соединения.	Музыкальная игра «Замри» Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Музыкальная композиция №9-С Игровые задания «Новые приключения»., Подвижная игра «Третий -лишний», Релаксация «Волшебный сон»
42	июль	Мульт.флэш-моб	Приобретение опыта выступлений на праздниках.	Открытое занятие Музыкальная композиция №1-С, Музыкальная композиция №2-С Музыкальная композиция №3-С Музыкальная композиция №4-С Музыкальная композиция №5-С Музыкальная композиция №6-С Музыкальная композиция №7-С Музыкальная композиция №8-С Игровые задания «Веселый невод»., Подвижная игра «Мы веселые ребята» Пальчиковая игра «Дружба».

## Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

№ п\п	Содержание		
	1.	Продолжительность учебного года по дополнительному образованию детей "Школа лидера"	Начало учебных занятий 02.09.2019
2.	Направленность программы	Двигательно-оздоровительная	
3.	Количество учебных недель	41/42/44/46/47 недели	
4.	Количество учебных дней	41/42/44/46/47 дня	
5.	Комплектование групп дополнительного образования детей	Август-сентябрь и по мере спроса	
6.	Каникулы	Начало	01.01.2020
		Окончание	08.01.2020
		Начало	1.08.2020
		Окончание	31.08.2020
7.	Расписание образовательного процесса	Один раз в неделю, вторая половина дня	
8.	Продолжительность учебной недели	Пятидневная учебная неделя	
9.	Режим занятий	По расписанию, утвержденному заведующим МАДОУ № 30	
10.	Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана в неделю	Средняя группа	20 мин
		Старшая группа	25 мин
		Подготовительная группа	30 мин

### 2.2. Условия реализации программы.

#### Информационное обеспечение

№ п\п	Технические средства	Кол-во
1.	Ноутбук	1
2.	Колонка	1
3.	Проектор	1
4.	Экран	1

#### Кадровое обеспечение

№ п\п	ФИО педагога	Должность	Образование	Специальность
1.	Шкондина Анна Юрьевна	Инструктор по физической культуре	Высшее АГПУ, 2005г  Переквалификация в ЧОУ ВПО "Институт переподготовки и повышения квалификации"	"Физика"  Инструктор по физическому развитию в ДОУ

			2017 г.	
--	--	--	---------	--

### Материально-техническое оснащение

№ п/п	Наименование программно-методического оборудования	Кол-во
1.	Спортивный зал	1
2.	Мячи резиновые д-20	15
3.	Гимнастические палки	15
4.	Скакалки	15
5.	Обручи	15
6.	Пампоны болельщиков	30
7.	Ленты	15
8.	Фитболы	15
9.	Подборка музыки на эл.носителе.	1 жесткий диск

### Техническое оснащение занятий.

Используемый инвентарь должен быть не только удобным, но и радовать глаз, развивать вкус детей, содействовать их эстетическому воспитанию.

- Флажки 3 – 4 -х цветов по числу детей в группе.
- Ленты разных цветов по 2 на ребенка.
- Платочки разных цветов (размер 20-25 см).
- Погремушки по числу детей в группе.
- Шуршики различных цветов.
- Обручи легкие пластмассовые.
- Мячи среднего размера по числу детей в группе.
- Музыкальные инструменты (бубен).
- Гимнастические палки большие и маленькие.
- Скакалки.
- Фитболы
- Гантели
- Мячики «ежики»
- Ковровая дорожка, для занятий на полу.
- Картотеки дыхательной и пальчиковой гимнастике
- Картотека физминуток
- Аудио материал

Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.

Занятия по ритмике имеют свою специфику. Каждое из них – это определенная «оздоровительная доза» (в виде движений физической нагрузки), направленная на укрепление здоровья ребенка, его правильное физическое развитие и физическую подготовленность. Это и активный отдых. Где движение, физическая нагрузка воспринимаются организмом как «мышечная радость». На занятиях по ритмике ребенок учится определять меру своих сил и возможностей, развивает осторожность, подготавливает себя для успешного овладения

сложными двигательными навыками. Крепнут мышцы пальцев, кистей, плеч, спины и брюшного пресса, ребенок становится гибким, ловким, находчивым, здоровым и сильным, уверенным в себе. Физически развитому малышу хочется двигаться все больше и больше, и надо эту потребность в движении развивать дальше, предоставляя ребенку возможность для выполнения все более сложных гимнастических упражнений. Кроме того, занятия дают ребенку возможность общения со сверстниками и педагогом, то есть социальный комфорт, а освоение двигательных умений – возможность самовыражения.

Детям дошкольного возраста легче выразить свои чувства и эмоции через пластику своего тела.

Многочисленна фонотека с записями зарубежной, современной и мультипликационной музыки. Музыкальное сопровождение на занятиях способствует развитию чувства ритма, позволяет целенаправленно развивать умение детей совмещать свои движения с музыкой.

Осуществлен подбор упражнений и заданий развивающего характера. Занятия стараюсь наполнить интересным и современным содержанием.

Основной акцент в своей педагогической деятельности делаю на то, чтобы дети осмысленно выполняли упражнения, пытаюсь их словесно опосредовать, проанализировать, осуществляя регуляцию темпа, ритма, координации движений и других двигательных характеристик. Формирую у детей способы контроля и самоконтроля за движениями, используя мотивационные факторы в достижении целей и задач физического воспитания.

Использую системный подход к применению разнообразных форм, средств, методов физического воспитания, которые имеют единую целевую направленность.

*Движение* направлено на развитие физических качеств, координационных способностей и функциональных возможностей организма ребенка, то есть на физическую сущность, а также воспитание выразительности, формирование базы и культуры движений, здоровьесберегающего и здоровьеукрепляющего поведения.

*Основными средствами двигательного воздействия являются:*

- основные виды движений (ходьба, бег, лазание, метание, равновесие);
- упражнения гимнастики (основной, спортивной, художественной);
- акробатика (кувырок вперед, назад, в сторону; «мост»; стойка на лопатках; «рыбка» и др.);
- современная аэробика (степ, фанк, спортивная и др.);
- элементы стретчинга (гимнастика поз для развития гибкости);
- упражнения с предметами и на снарядах (с мячом, скакалкой, обручем; на скамейке, гимнастической лестнице и др.);
- элементы спортивного, народного, современного танца, хореографии;
- элементы шейпинга;
- элементы пантомимы;
- пальчиковая гимнастика;

- дыхательные упражнения;
- упражнения корригирующей гимнастики;
- самомассаж;
- элементы психогимнастики.

Перечисленные средства объединяются в определенной последовательности в комплексы мини-программ, составленных по сюжетам сказок и объединенных соответствующей музыкой.

1. Движение под музыку – универсальное средство целостного развития личности ребенка.

2. Ритмические задания могут решать несколько задач одновременно.

3. Движения на ритмических занятиях могут применяться самые разнообразные: гимнастические, имитационные, общеразвивающие и танцевальные.

4. Музыкально-ритмические упражнения дают простор для фантазии педагога и ребенка.

5. Необходимость внедрения занятий игровой гимнастикой с детьми дошкольного возраста, как вспомогательной дисциплины.

6. Игровая спортивная гимнастика способствует укреплению физического и психического здоровья, гармоничному развитию силы и духа.

### **2.3. Методы и формы образовательной деятельности:**

Начальный этап обучения характеризуется созданием предварительного представления об упражнении. На этом этапе обучения педагог рассказывает, объясняет и демонстрирует упражнения, а дети пытаются воссоздать увиденное, пробуют повторить упражнение.

Этап углубленного разучивания упражнения характеризуется уточнением и совершенствованием деталей техники его выполнения. Основным методом обучения на этом этапе является целостное выполнение упражнения. Процесс разучивания существенно ускоряется, если удастся обеспечить детей срочной информацией о качестве его выполнения. К таким приемам можно отнести: упражнения перед зеркалом, использование звуковых ориентиров (хлопков, ударов в бубен). Повышению активности детей способствует изменение условий выполнения упражнений, постановка двигательных задач. С этой целью применяется соревновательный метод с установкой на лучшее исполнение.

Другим эффективным методом является запоминание упражнения с помощью представления - "идеомоторной тренировки". В этом случае дети создают двигательные представления изучаемого упражнения сначала под музыку, а затем без нее. Это содействует быстрому освоению упражнения.

Этап закрепления и совершенствования характеризуется образованием двигательного навыка, переходом его в умение высшего порядка. Здесь применяется весь комплекс методов предыдущего этапа, однако ведущую роль приобретают методы разучивания в целом - соревновательный и игровой. Этап совершенствования упражнения можно считать завершенным только тогда,

когда дети начнут свободно двигаться с полной эмоциональной и эстетической отдачей.

#### **2.4. Список используемой литературы.**

1. Парциальная программа физического развития дошкольников «Ритмические сказки» 3-7 лет Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2016г.
2. Учебно-методическое пособие. СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. Библиотека программы «Детство». под редакцией Ж. Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина, Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2016год.
3. Фитбол-аэробика для дошкольников «Танцы на мячах», под редакцией Е.Г.Сайкина, С.В.Кузьмина., парциальная программа Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2016г.
4. Фитбол-гимнастика в физическом воспитании детей дошкольного возраста. (теория, методика, практика) под редакцией Н.Э.Власенко. Санкт-Петербург ДЕТСТВО-ПРЕСС 2015 г.
5. Методическое пособие. Беседы о здоровье издательство «ТЦ Сфера» Москва,2014г
6. Школа мяча, Издательство «Детство –пресс»,2012г.
7. Хабарова Т.В. Развитие двигательных способностей старших дошкольников. Издательство «Детство-пресс», 2010.
8. Методическое пособие. Беседы о здоровье издательство «ТЦ Сфера» Москва,2014г