

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка (направленность, новизна, актуальность, педагогическая целесообразность) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_1 стр.

2. Цель и задачи\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2 стр.

3. Принципы построения программы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2 стр.

4. Расписание и формы занятий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 3 стр.

5. Целевые ориентиры\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 3 стр.

6. Мониторинг результатов обучения \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 4 стр.

7. Учебно-тематический план \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_5 стр.

8. Календарно-тематический план \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 6 стр.

9. Работа с родителями\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 15 стр.

10. Список литературы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 15 стр.

**Пояснительная записка**

 Растет ребенок… Все хотят видеть его здоровым, умным, сильным. Основы этих качеств закладываются именно в детстве. Только тот, кто активно занимается физическими упражнениями, может укрепить и сохранить свое здоровье на долгие годы. Занятия танцевально - ритмической гимнастикой открывают для этого огромные возможности, потому что ее основа - экспериментально созданные комплексы целенаправленных физических упражнений, а система занятий в целом сочетается с элементами игры, образными упражнениями, танцевальными импровизациями.

 Занятия состоят из двигательных действий, которые не встречаются в повседневной жизни и являются специально придуманными упражнениями. Именно эти упражнения формируют жизненно важные навыки: умение правильно ходить, бегать, прыгать, сохранять равновесие, развивается память, дети учатся ориентироваться в пространстве. способствуют нормальному функционированию, как отдельных органов, так и всего организма в целом, повышается уровень физической подготовленности, а так же способствуют сохранению силы, гибкости, красоты тела, улучшают осанку, походку, помогают организму легче справляться с перенапряжением и стрессами.

Под влиянием танцевально - ритмической гимнастики у детей развивается внимание, они учатся сосредоточиваться в каждый момент времени на том, что им преподается, делают обычно это легко и весело, без большого напряжения. В упражнениях достигается четкая определенность, их нельзя «смазать», сделать поспешно. Каждый ребенок на виду, и каждое его неверное движение бросается в глаза и сразу корректируется. Эта программа способствует формированию устойчивого внимания и собранности, являющиеся важными предпосылками к успешной учебной деятельности. Дети становятся ловкими, изящными, координированными и свободными в движениях; красиво сидят и ходят, их походка делается легкой и грациозной. Помогают воспитывать смелость и решительность, выносливость и взаимопонимание, открывают большие перспективы для накопления детьми опыта сотрудничества со сверстниками.

 Программа по танцевально - ритмической гимнастике актуальна, так как на занятиях по физическому воспитанию недостаточно времени для полноценного физического развития детей. С целью повышения двигательного режима дошкольников проводятся дополнительные занятия в свободное время «Ритмическая мозаика».

Особое внимание в данной программе уделяется индивидуальному подходу в общении с детьми, который создает наиболее благоприятные возможности для развития каждого ребенка.

 В содержании программы дан материал, соответствующий возрастным возможностям детей с усложнением. Работа с воспитанниками планируется один раз в неделю во вторую половину дня в течение 25 минут.

1

**Цель:** познакомить с движениями танцевально - ритмической гимнастики. Обучить детей умению владеть своим телом, красивой осанке, грациозной походке, умению выступать перед другими.

**Задачи:**

- способствовать оптимизации роста и развития опорно - двигательного аппарата;

- формировать правильную осанку.

- развивать гибкость, выносливость и координационные способности;

- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества ритмических движений;

- развивать мышление, воображение, находчивость и познавательную активность, расширять кругозор;

- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;

- воспитывать умения эмоционального выражения, раскрепощенности и творчества в движениях.

**Возраст воспитанников:** 5-7 лет

**Срок реализации:** 1 год (2018-2019 учебный год)

**Режим занятий**: Занятия проводятся 1 раз в неделю, 25 минут во второй половине дня с 17.00 до 17.25 часов.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Год обучения** | **Количество занятий** **в неделю** | **Количество занятий** **в месяц** | **Количество занятий в год** | **Количество воспитанников** |
| 2018-2019 | 1 | 4 | 36 |  |

**Принципы построения программы:**

- Доступность - основывается на простых общеразвивающих упражнениях.

- Эффективность - воздействие на опорно-двигательный аппарат, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную систему занимающихся.

- Эмоциональность - достигается не только музыкальным сопровождением и элементами танца, входящими в упражнения ритмической гимнастики, но и образными упражнениями, сюжетными композициями, которые отвечают возрастным особенностям дошкольников, склонных к подражанию, копированию действий человека и животных.

В соответствии с ФГОС Программа опирается на научные принципы ее построения, что учитывается при организации образовательного процесса.

2

**Расписание и формы занятий:**

|  |  |
| --- | --- |
| **День недели** | **Время**  |
| Среда/ Четверг | 17.00 - 17.25 |

- индивидуальные занятия;

- подгрупповые занятия;

- коллективные занятия.

**Целевые ориентиры:**

1. Укрепление здоровья занимающихся.
2. Развитие чувства ритма.
3. Развитие интереса к занятиям танцевально - ритмической гимнастики.
4. Укрепление дружбы между детьми разных возрастов и полов, взаимопомощи, сопереживания.
5. Умение ориентироваться в пространстве, выполнять различные перестроения, находить себе место в зале; идти в соответствии с характером музыки;
6. Самостоятельное выполнение танцевально - ритмических движений;
7. Развитие личностных качеств: самостоятельность; активность; внимательность; творчество; коммуникабельность; дисциплинированность; инициативность.

3

**Результаты обучения (согласно целевым ориентирам)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Фамилия, имя ребенка** | **Координация движений** | **Ориентировка в пространстве** | **Точность выполнения танцевальных движений** | **Умение слушать и понимать музыку** | **Чувство ритма** | **Интерес к занятиям танцевально-ритмической гимнастике** | **Итоговый результат** |
|  | Начало, конец учебного года | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к | н | к |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

+ высокий уровень

\* средний уровень

- низкий уровень

4

 **Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Количество занятий** |
| 1 | Комплекс «Радуга желаний» с шарами | 5 |
|  2 |  Комплекс «Выглянуло солнышко» с обручем |  5 |
|  3 | Комплекс «Выглянуло солнышко» |  5 |
|  4 | Комплекс «До-ре-ми» |  5 |
|  5 | Комплекс «Красная шапочка» с мячом |  6 |
|  6 | Комплекс «Виноватая тучка» |  5 |
|  7 | Спортивный танец с султанчиками «Зарядка» |  5 |

\* В плане могут быть изменения

5

 **Календарно-тематический план**

**Сентябрь**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1 занятие |  Приветствие. Инструктаж по технике безопасности. Построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты переступанием, передвижение в сцеплении. построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях за педагогом; |  Беседа «Что такое танцевально-ритмическая гимнастика?»Просмотр детского выступления. |  П/ игра «Иголка и нитка» |
| 2 занятие |  Приветствие. Построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты переступанием; построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях; бег  по кругу и ориентирам («змейкой»); хлопки в такт музыки | Общеразвивающие упражнения б\п Разучивание: Танцевальные шаги Комбинации из танцевальных шагов Радуга желаний» Музыкальный танец  «Лавата» |  Релаксация «Спокойный сон» |
| 3 занятие |  Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг. приставные шаги в сторону. шаг с подскоком |  Общеразвивающие упражнения б/п Разучивание «Радуга желаний» Ритмический танец «У оленя дом большой» |  Музыкально-  подвижная игра  «Роботы и  звездочки» |
|  4 занятие | Приветствие. Разминка, ходьба, легкий бег, поскоки, передвижения по центру зала, построение в шахматном порядке. | Разучивание комплекса №1 «Радуга желаний» |  Музыкально-  подвижная игра  «Роботы и  звездочки» |

6

**Октябрь**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1 занятие |  Веселая разминкаВеселый тренинг.**«Качалочка»** на гибкость – для мышц спины, ног.**Цапля»** на координацию – для мышц ног. **«Катание на морском коньке»** на гибкость – для мышц живота, ног. |  Танцевальная гимнастика.«Повторение 1 и 2 части комплекса №1 «Радуга желаний» |  П/ игра «Иголка и нитка» |
| 2 занятие |  Приветствие. Построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты переступанием; построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях; бег  по кругу и ориентирам («змейкой»); хлопки в такт музыки |   Танцевальная гимнастика  Закрепление 1 и 2 части комплекса №1 «Радуга желаний» |  Релаксация «Спокойный сон» |
| 3 занятие |  Строевые упражнения: построение в шеренгу, в круг. приставные шаги в сторону. шаг с подскоком |   Совершенствование элементов к комплексу №1 «Радуга желаний» |  Музыкально-  подвижная игра  «Подкрадись не слышно» |
|  4 занятие | Приветствие. Разминка, ходьба, легкий бег, поскоки, передвижения по центру зала, построение в шахматном порядке. |  Повторение комплекса «Радуга желаний» |  Подвижная игра «Хитрая лиса» |

7

**Ноябрь**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1 занятие |  Построение  в рассыпную.   Под музыку марша все маршируют в любом направлении.  **Веселый тренинг.****«Катание на морском коньке»** на гибкость – для мышц живота, ног.**Стойкий оловянный солдатик»** – для мышц спины, живота, ног.**«Ловкий чертенок»** – для мышц ног; координации.**«Растяжка ног»** на гибкость – для мышц спины, ног. |  Разучивание комплекса №2  1 части «Выглянуло солнышко» с обручем Ритмический танец «Если весело живется, делай так …»  |  Подвижнае игра«Собери мячи» |
| 2 занятие | Музыкально – подвижная игра «Все по местам»  |  Танцевальные шаги шаг с носка, на носках Разучивание комплекса №1 2 части «Выглянуло солнышко» с обручем  |  Упражнение на осанку в седе «по- турецки» |
| 3 занятие | Музыкально – подвижная игра «Не ошибись»Под музыку марша все маршируют в любом направлении, под звуки польки все прыгают. Побеждают те, кто не ошибется в задании. |  Разучивание 1 и 2 части комплекса №2 «Выглянуло солнышко»  Повторение элементов комплекса  №1 |  Имитационно – образные упражнения  «Шел король по лесу» |
| 4 занятие | Строевые упражнения:построение в колоннуперестроение в круг.Различие динамики звука «громко - тихо»На громкую музыку – увеличение круга шагами назад от центра, на тихую музыку – уменьшение круга шагами вперед к центру. |  Акробатические упражнения  «лодочка», «корзинка» Закрепление композиции «Выглянуло солнышко» Музыкально – подвижная игра «Эхо»  |  Упражнения на расслабление мышц, потряхивание кистями рук – «воробушки полетели»  |

8

**Декабрь**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1 занятие |  Веселая разминка  **Веселый тренинг.****«Ловкий чертенок»** – для мышц ног; координации. **«Растяжка ног»** на гибкость – для мышц спины, ног. **«Ах, ладошки, вы, ладошки!»** – упражнение для осанки.**«Карусель»** – для мышц рук, ног, ягодиц; координации. |  Повторение 1 и 2 части комплекса №2 «Выглянуло солнышко»Ритмический танец «Лавата» Построение в круг. «Галоп в паре» на приставном шаге.   |  Подвижная игра «Перемена мест» |
| 2 занятие | Строевые упражнения:Построение в круг, построение в колонну по 2 и расхождение в разные стороны.Поднимание и опускание рук на 4 счета. | Танцевальные шагиКомпозиция из танцевальных шагов. Сочетание шагов с носка и шагов с небольшим подскоком, с переменной мест. Закрепление движений комплекса №2 «Выглянуло солнышко»Подвижная игра «Чехарда» |  М/п игра «Море волнуется» |
| 3 занятие | **Веселый тренинг.****«Ах, ладошки, вы, ладошки!»** – упражнение для осанки. **«Карусель»** – для мышц рук, ног, ягодиц; координации.**«Маленький мостик»** – для мышц рук, живота, ног; гибкости. **Паровозик»** – для мышц спины, ног, ягодиц. | Совершенствование элементов к комплексу №2 «Выглянуло солнышко»Ритмический танец «Все спортом занимаются» | Имитационно – образные упражнения «вороны» на укрепление осанки. Игра «Мяч соседу» Игра «Добрые слова» |
| 4 занятие |  Разминка под музыку, ходьба, бег, прыжки, поскоки между предметами.  |  Танцевальная композиция к комплексу №2 «Выглянуло солнышко»  |  М/п игра «Золотые ворота» |

9

**Январь**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1 занятие |  Строевые упражнения:Повороты переступанием, повороты направо (налево) по распоряжению.Бег по кругу и ориентирам («змейкой). |  Повторение комплекса №1  и №2 «Радуга желаний» и «Выглянуло солнышко»Разучивание комплекса №3  «До-ре-ми» |  Дыхательные упражнения «Насос»   |
| 2 занятие | Строевые упражнения:Повороты переступанием, повороты направо (налево) по распоряжению.Бег по кругу и ориентирам («змейкой») |  Разучивание комплекса №3 1 части Закрепление комплекса №3по частям П/игра «Мы веселые ребята» |  Комбинации акробатических упражнений в образно – двигательных действиях:* «ласточка»
* «березка»
 |
| 3 занятие | Строевые упражнения:Построение врассыпную.Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку, с акцентом на сильную долю такта – основного движения наклона, приседа, маха и т.д.) | Разучивание комплекса №3 2 части «До-ре-ми»Ритмический танец «Мы пойдем сначала вправо» Музыкально – подвижная игра «Два мороза» | Релаксация «На облаке» |
|  4 занятие |  Разминка и передвижение по залу**Веселый тренинг.****Ах, ладошки, вы, ладошки!»** – упражнение для осанки. **«Карусель»** – для мышц рук, ног, ягодиц; координации.**«Маленький мостик»** – для мышц рук, живота, ног; гибкости.**«Паровозик»** – для мышц спины, ног, ягодиц. |  Совершенствование танцевальных элементов комплекса №3 «До-ре-ми» Повторение комплекса №2 «Выглянуло солнышко» |  Музыкальная игра «Веселый бубен» |

10

**Февраль**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1занятие | Акцентированная ходьба с махом руками, сгибание пальцев рук в кулак и разгибаниеКреативная гимнастика.Творческая игра«Кто я?» |  Совершенствование комплекса №3 «До-ре-ми»Музыкально – подвижная игра «Совушка» | Специальные упражнения на развитие силы мышц* «змея»
* «ежик»
 |
| 2занятие | Строевые упражнения:«Солдатики»Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с притопом под сильную долю такта  |  Разучивание комплекса №4 1 части «Красная шапочка» с мячомМузыкально – подвижная игра «Ленточки – хвосты» |  М/п игра «Золотые ворота» |
| 3 занятие |  Строевые упражнения Веселый тренинг.«Маленький мостик» – для мышц рук, живота, ног; гибкости. «Паровозик» – для мышц спины, ног, ягодиц.«Лодочка» – мышц живота, спины, ног, рук; гибкости.«Насос» – для мышц ног, спины; гибкости. |  Разучивание комплекса №4 2 части «Красная шапочка» с мячом |  Музыкальная игра «Лавата» |
| 4занятие | Строевые упражнения:передвижение по кругу шагом и бегом, бег по кругу и по ориентирам Удары ногой на каждый счет и через счет. | Танцевальные шаги.Сочетание приставных и скрестных шагов в сторону. Повторение комплекса № 4 с мячом |  Музыкальная игра «Веселый бубен» |

11

 **Март**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1занятие | Строевые упражнения:построение в шеренгуповороты переступанием упражнения на ориентировку в пространстве. **Веселый тренинг.****«Лодочка»** – мышц живота, спины, ног, рук; гибкости.**«Насос»** – для мышц ног, спины; гибкости.**«Ракета»** – для мышц рук, спины, живота, ног; координации.**«Экскаватор»** – для мышц спины, живота, ног; гибкости. | Игровые упражнения для осанки, «велосипед», «морская звезда», «орешек», «кобра»Совершенствование движений к комплексу №4 с мячомПовторение комплекса №1и №2 | Упражнения для развития гибкости, «волшебники», «змея», «котенок», «по-турецки». |
| 2 занятие |  Разминка для укрепления мышц, строевые упражнения, легкий бег с захлестом голени назад. |  Разучивание комплекса №5 «Виноватая тучка» |   Танцевально – ритмическая гимнастика «Воробьинная зарядка» |
| 3 занятие | Игра «Поезд» Увеличение круга – усиление звука, уменьшение круга – уменьшение звука. | Разучивание комплекса №5 2 части «Виноватая тучка»Повторение комплекса №4 с мячом | Круговые движения кистями и пальцами рук, «оса», «вертолет» |
| 4 занятие | Строевые упражнения:Построение врассыпную**Веселый тренинг.****«Лодочка»** – мышц живота, спины, ног, рук; гибкости.**«Насос»** – для мышц ног, спины; гибкости.**«Ракета»** – для мышц рук, спины, живота, ног; координации.**«Экскаватор»** – для мышц спины, живота, ног; гибкости. | Акробатические упражнения.* группировка в положении сидя, лежа
* перекаты вперед, назад
* перекаты вправо, влево.

 Разучивание комплекса №5 1 и 2 части «Виноватая тучка»Повторение комплекса №1 и №2. | Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки Контрастные движения руками на напряжение и расслабление |

12

**Апрель**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1занятие | Музыкально-подвижная игра на закрепление навыка построения в колонну, шеренгу, круг**Веселый тренинг.****«Ракета»** – для мышц рук, спины, живота, ног; координации.**«Экскаватор»** – для мышц спины, живота, ног; гибкости.**«Крокодил»** – для мышц рук, спины, ног.**«Гусеница»** – для мышц рук, ног. |  Танцевальные шаги, прыжки с ноги на ногу, другую сгибая назад Повторение комплекса №5 «Виноватая тучка»Музыкально – подвижная игра «Горелки» |  Упражнения для развитие мышечной силы в заданиях. |
| 2занятие | Музыкально – подвижная игра«Замри-отомри»;ходьба на каждый счет и через счет с хлопкамипостроение по ориентирам |  Танцевальные шаги: Разучивание комплекса №6 1 части Спортивный танец с султанчиками «Зарядка» |  Музыкальная игра «Зарядка для ребят» |
| 3занятие | Танцевальные шаги:шаг галопа вперед и в сторонуМузыкально – подвижная игра «К своим флажкам» | Разучивание комплекса №6 2 части Спортивный танец с султанчиками «Зарядка»Подвижная игра «День – ночь» | Упражнения на расслабление мышц, «медузы», «звездочка»  |
| 4занятие | Строевые упражнения:перестроение в две колонныв два круга.  |  Вертикальное равновесие на одной ноге с различными движениями рукПовторение комплекса №6 1 и 2 части «Зарядка» Музыкально – подвижная игра «Ручейки и озера» | Специальные упражнения на развитие мышечной силы,«укрепи животик», «укрепи спинку»   |

13

**Май**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Недели** | **Вводная часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** |
| 1 занятие | Веселый тренинг.«Крокодил» – для мышц рук, спины, ног.«Гусеница» – для мышц рук, ног. «Колобок» – для мышц шеи, спины, живота; гибкости. «Достань мяч» – для мышц ног, спины, гибкости. |  Игровые упражнения для осанки, «велосипед», «морская звезда», «орешек», «кобра».Повторение комплекса №6 «Зарядка» | Музыкальная игра «Зарядка для ребят» |
| 2занятие | Строевые упражнения:Выполнение ходьбы с увеличением темпа, переход на бег и обратно. | Акробатические упражнения«ежик», «кузнечик», «колобок», «ласточка»Повторение комплекса №1 «Радуга желаний» и №2 «Выглянуло солнышко»Музыкально – подвижная игра «Веселый бубен» | Креативная гимнастика «Ай, да я!» |
| 3 занятие | Строевые упражнения:передвижение по кругу шагом и бегом, бег по кругу и по ориентирам Удары ногой на каждый счет и через счет. |  Повторение комплекса №1 «Радуга желаний» и №2 «Выглянуло солнышко» |  М/п игра «Золотые ворота» |
| 4занятие | Специальные задания «Танцевальный вечер» | Танцевальные шаги.Комбинации на изученных танцевальных шагах.Подготовка к праздничному выступлению, повторение комплексов в костюмахМузыкально – подвижная игра «Музыкальные змейки» |  Подвижные игры.«По местам!» – игра-эстафета. «Салют» |

14

**Работа с родителями**

**Сентябрь**

Папка – передвижка «Все о танцевально - ритмической гимнастике»

**Октябрь**

Беседа с родителями о необходимости приобретения спортивных купальников, спортивной формы и чешек для занятий физической культурой, дополнительного образования.

**Ноябрь**

Предложить организовать родителей к совместному просмотру концертных номеров с участием детей. Обсудить их с детьми, рассмотреть красочность и яркость концертных костюмов.

**Декабрь**

Помощь родителей в обсуждении и изготовлении костюмов для детских выступлений на детских праздниках.

**Январь**

День открытых дверей, пригласить родителей на открытое мероприятие кружка дополнительного образования.

**Февраль**

Участие родителей в спортивном празднике «Папам посвящается»

**Март**

Помощь родителей в обсуждении и изготовлении детских костюмов к участию в городских конкурсах.

**Апрель**

Просмотр открытого занятия по дополнительному образованию.

**Май**

Открытое мероприятие для родителей, концертная программа.

Помощь в организации городского конкурса по ритмопластике.

**Список литературы:**

1. Фирилева Ж.Е. Сайкина Е. Г. Методическое пособие по ритмической гимнастике «СА-ФИ-ДАНСЕ»

2. А.И.Буренина «Ритмическая мозаика»

15