

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА № 14 КРАСНОАРМЕЙСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА»

МОУ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА № 14

Адрес: 400112, Россия, Волгоград, б-р им. Энгельса, 6
тел./факс 8(8442) 67-80-62, тел. 8(8442) 67-72-87, e-mail: moucr14@volgadmin.ru
ИНН 3448033364 КПП344801001 ОГРН 1043400542041

ПРИНЯТО

на Педагогическом совете
МОУ Центра развития ребенка № 14
Протокол № 1 от 31.08.2023 г.



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МОУ Центром развития ребенка № 14

Т.Ф. Решетникова

Приказ № 202-ОД от 01.09.2023 г.

**Общеразвивающая
общеобразовательная программа
дополнительного образования
«Физкультурные прогулки»
(Физическое развитие)**

Разработчик (автор/составитель):

Летенко Татьяна Анатольевна,
инструктор по физической культуре

Волгоград, 2023 г.

Пояснительная записка

Программа «Физкультурные прогулки» по танцевально-игровой гимнастике направлена на всестороннее, гармоничное развитие детей дошкольного возраста. В программе представлены различные разделы, но основными являются танцевально-ритмическая гимнастика, нетрадиционные виды упражнений и креативная гимнастика.

В педагогике с давних пор известно, какие огромные возможности для воспитания души и тела заложены в синтезе музыки и пластики, интеграции различных видов художественной деятельности. По мнению Платона, «трудно представить себе лучший метод воспитания, чем тот, который открыт и проверен опытом веков; он может быть выражен в двух положениях: гимнастика для тела и музыка для души... Ввиду этого воспитание в музыке надо считать самым главным: благодаря ему Ритм и Гармония глубоко внедряются в душу, наполняют ее красотой и делают человека прекрасно мыслящим... Он будет упиваться и восхищаться прекрасным, с радостью воспринимать его, насыщаться им и согласовывать с ним свой быт».

Все разделы программы объединяет игровой метод проведения занятий. Так, в программе есть такие разделы: игроритмика, игрогимнастика, игротанец, танцевально - ритмическая гимнастика. Нетрадиционные виды упражнений представлены: игропластикой, пальчиковой гимнастикой, игровым самомассажем, музыкально-подвижными играми и играми-путешествиями. Раздел креативной гимнастики включает: музыкально-творческие игры и специальные задания.

Игровой метод придает учебно-воспитательному процессу привлекательную форму, облегчает процесс запоминания и освоение упражнений, повышает эмоциональный фон занятий, способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей ребенка.

Основной целью программы является содействие всестороннему развитию личности дошкольника средствами танцевально-игровой

гимнастики.

Предполагается, что освоение основных разделов программы поможет естественному развитию организма ребенка, морфологическому и функциональному совершенствованию его отдельных органов и систем. Обучение по программе создает необходимый двигательный режим, положительный, психологический настрой, хороший уровень занятий. Все это способствует укреплению здоровья ребенка, его физическому и умственному развитию.

В то же время немаловажным является вооружение специалистов дошкольных учреждений нестандартной оздоровительно-развивающей программой по физическому воспитанию ребенка и подготовке его к обучению в общеобразовательной школе.

Исходя из целей программы предусматривается решение следующих **основных задач:**

1. Укрепление здоровья:

- способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата;
- формировать правильную осанку;
- 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, скоростно-силовые и координационные способности;
- содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и танцев;

- развивать ручную умелость и мелкую моторику.

3. Развитие творческих и созидательных способностей занимающихся:

- 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;
- развивать лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи и трудолюбия.

При распределении разделов программы по годам обучения учитывались основные принципы дидактики, возрастные особенности каждой группы, физические возможности и психологические особенности детей. Занятия по танцевально-игровой гимнастике проводятся один раз в неделю.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН (СТАРШАЯ ГРУППА)

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
Сентябрь.	Занятие 1-2	Формировать навыки выразительности.	Развивать гибкость и пластичность.	<p>Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу.</p> <p>Музыкально-подвижная игра. На закрепление строевых действий и приемов.</p> <p>Игроритмика. Ходьба на каждый счет и без счета. Построение по ориентирам.</p> <p>ОРУ без предмета. Комбинированные упражнения в стойках.</p> <p>Бальный танец «Конькобежцы»</p> <p>Игропластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы в образно – двигательных действиях м заданиях. «Игра по станциям»</p> <p>Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Посегментное расслабление руками на различное количество счетов.</p> <p>Музыкальная игра на определение характера музыкального произведения.</p>	Практические – показ правильного выполнения движений. Словесный – беседа, объяснение. Игровой – сюжетно – ролевой.	2
	Занятие 3-4	Содействовать развитию двигательной памяти.	Развивать двигательную раскрепощенность.	<p>Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу.</p> <p>Игроритмика. Ходьба на каждый счет и без счета. Построение по ориентирам.</p> <p>ОРУ без предмета. Комбинированные упражнения в стойках.</p> <p>Акробатические упражнения. Переход из седа в упор стоя на коленях.</p> <p>Музыкально – подвижная игра «Пятнашки»</p> <p>Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек.</p> <p>Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону.</p> <p>Бальный танец «Конькобежцы»</p> <p>Игропластика. Специальные упражнения для развития мышечной силы в образно – двигательных действиях м заданиях.</p> <p>Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки.</p>	Словесные – пояснение. Практические – образец. Словесно – наглядные - показ правильного выполнения упражнений.	2

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
Октябрь	Занятие 5-6	Развивать лидерство инициативу.	Развивать опорно – двигательный аппарат	Строевые упражнения. Построение в шеренгу и колонну по сигналу. Игриритмика. Ходьба на каждый счет и без счета. Построение по ориентирам. ОРУ без предмета. Комбинированные упражнения в стойках. Акробатические упражнения. Переход из седа в упор стоя на коленях. Группировка в приседе и седе на пятках. Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Бальный танец «Конькобежцы» Музыкально-подвижная игра. «Волк во рву» Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки .Расслабление рук, шеи, туловища в положении сидя.	Словесные – объяснение. Практические – двигательная активность. Словесно – наглядные. Словесно – игровой.	2
	Занятие 7	Формировать у детей сознательное стремление к здоровью.	Развивать мышечную силу.	Строевые упражнения. Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в несколько уступами по ориентирам. Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевально-ритмическая гимнастика. «Зарядка» Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Бальный танец «Конькобежцы» Музыкально-подвижная игра. «Волк во рву» Игриритмика. Ходьба на каждый счет и через счет с хлопками в ладоши. Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки .Дыхательные упражнения на имитационные и образных упражнениях.	Практические – показ движений. Словесный – беседа, объяснение. Игровой – сюжетно – ролевой.	1
	Занятие 8	Способствовать развитию ловкости, быстроты	Закрепить выполнение танца «Конькобежцы»	Сюжетное занятие «Путешествие на Северный полюс».	Практические - показ правильного выполнения упражнений.	1

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
Ноябрь	Занятие 9-10	Учить детей правильно расслабляться.	Способствовать развитию воображения.	Строевые упражнения. Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению. Игроритмика. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец. «Полька» Музыкально-подвижная игра. «Волк во рву» Танцевально-ритмическая гимнастика. «Зарядка» Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки.	Практические – показ правильного выполнения движений. Словесный – беседа, объяснение. Игровой – сюжетно – ролевой.	2
	Занятие 11-12	Формировать навыки выразительности.	Развивать гибкость и пластичность.	Строевые упражнения. Построение в шеренгу. Повороты налево, направо по распоряжению. Игроритмика. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Музыкально-подвижная игра «Группа, смирно!» Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец. «Полька» Музыкально-подвижная игра. «Волк во рву» Танцевально-ритмическая гимнастика. «Зарядка» Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища.	Словесные – пояснение. Практические – образец. Словесно – наглядные - показ правильного выполнения упражнений.	2
Декабрь	Занятие 13-14	Содействовать развитию умения согласовывать движения с музыкой.	Развивать танцевальность.	Строевые упражнения. Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Игроритмика. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Музыкально-подвижная игра «Группа, смирно!» Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец. «В ритме польки» Танцевально-ритмическая гимнастика. «Всадник» Пальчиковая гимнастика. ОРУ и игры пальчиками в двигательных и образных действиях.	Словесные – объяснение. Практические – показ правильного выполнения движений.	2

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
Декабрь	Занятие 15	Содействовать развитию ловкости и ориентировки в пространстве.	Совершенствовать выполнение комплекса упражнений танцевально – ритмической гимнастики «Зарядка».	Строевые упражнения. Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Игроритмика. Хлопки и удары ногой на сильные и слабые доли такта. Музыкально-подвижная игра «Группа, смирно!» Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Танцевальные шаги. Шаг галопа вперед и в сторону. Шаг польки. Шаг с подскоком. Ритмический танец. «В ритме польки» Танцевально-ритмическая гимнастика «Всадник» Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки Потряхивание ногами в положении стоя.	Словесные – объяснение. Практические – двигательная активность. Словесно – наглядные. Словесно – игровой.	1
	Занятие 16	Воспитывать ответственность при выполнении заданий.	Закрепить выполнение построения в шеренгу.	Сюжетное занятие «Пограничники»	Практические - показ правильного выполнения упражнений.	1
Январь	Занятие 17-18	Формировать у детей танцевальные движения.	Развивать гибкость выносливость.	Строевые упражнения. Построение в шеренгу. Поворот по распоряжению в колонну. Перестроение из одной колонны в несколько кругов на шаге и беге по ориентирам. Игроритмика. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Хореографические упражнения. Танцевальные позиции рук: на пояс и перед грудью. Полуприседы и подъемы на носки, стоя боком к опоре. Ритмический танец. «Модный рок» Танцевально-ритмическая гимнастика. Повтор занятий 7, 13-14. Пальчиковая гимнастика. ОРУ и игры пальчиками в двигательных и образных действиях. Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения.	Практические – показ правильного выполнения движений. Словесный – беседа, объяснение. Игровой – сюжетно – ролевой.	2

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
Февраль	Занятие 19-20	Учить детей ориентироваться в пространстве.	Содействовать развитию чувства ритма.	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько на шаге и беге по ориентирам. Игроритмика. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Музыкально - подвижная игра «Пятнашки» Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Перевод рук из одной позиции в другую. Ритмический танец. «Модный рок» Танцевально-ритмическая гимнастика. «Ванечка – пастух» Пальчиковая гимнастика. «Флажок», «Пароход», «Грабли», «Колокольчик»	Словесные – пояснение. Практические – образец. Словесно – наглядные - показ правильного выполнения упражнений.	2
	Занятие 21-22	Учить детей свободно выполнять движения под музыку.	Формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку.	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько на шаге и беге по ориентирам. Музыкально - подвижная игра “ Пятнашки” Хореографические упражнения. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры. Танцевальные шаги. Пружинистые движения ногами на полуприседе. Бальный танец. «Падеграс» Танцевально-ритмическая гимнастика. «Ванечка – пастух» Пальчиковая гимнастика. «Флажок», «Пароход», «Грабли», «Колокольчик»	Практические – показ правильного выполнения движений. Словесный – беседа, объяснение. Игровой – сюжетно – ролевой.	2
Март	Занятие 23	Осваивать различные виды движений : построение , перестроение	Развивать мышечную силу	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько на шаге и беге по ориентирам. Игроритмика. Сочетание ходьбы на каждый счет с хлопками через счет и наоборот. Хореографические упражнения. Повторить занятия 21-22 Танцевальные шаги. Повторить занятия 21-22 Бальный танец. «Падеграс» Музыкально - подвижная игра «Пятнашки»	Словесные – объяснение. Практические – двигательная активность.	1

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
	Занятие 24	Ознакомить ребят с Олимпийскими играми.	Закрепить выполнение танцев «Падеграс», «Модный рок».	Сюжетное занятие «Путешествие в Спортландию»	Практические - показ правильного выполнения упражнений.	1
	Занятие 25-26	Учить импровизировать под музыку.	Развивать мышление, воображение.	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько на шаге и беге по ориентирам. Перестроение из одной колонны в две по выбранным водящим. Размыкание по ориентирам. Игроритмика. Гимнастическое дирижирование. Музыкально-подвижная игра. «Волк во рву» Танцевальные шаги. Русский переменный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг приподание. Танцевально-ритмическая гимнастика. «Четыре таракана и сверчок». Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Потряхивание ногами в положении стоя.	Словесные – объяснение. Практические – показ правильного выполнения движений.	2
Апрель	Занятие 27-28	Учить детей ориентироваться в пространстве.	Развивать координационные способности.	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько на шаге и беге по ориентирам. Игроритмика. Гимнастическое дирижирование. Музыкально-подвижная игра «Группа, смирно!» Танцевальные шаги. Русский переменный шаг. Шаг с притопом. Русский шаг припадание. Ритмический танец. «Макарена». Танцевально-ритмическая гимнастика. «Четыре таракана и сверчок». Игропластика. Специальные упражнения для развития гибкости в образно-игровых двигательных действиях и заданиях. Игровой самомассаж. Поглаживание и растирание ладоней, предплечья, плеча в положении сидя в образно-игровой форме. Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Потряхивание ногами в положении стоя.	Практические – показ правильного выполнения движений. Словесный – беседа, объяснение. Игровой – сюжетно – ролевой.	2

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
	Занятие 29	Способствовать развитию выразительности в танцевальных композициях.	Развивать музыкальность.	<p>Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в несколько на шаге и беге по ориентирам. Музыкально-подвижная игра для закрепления строевых действий.</p> <p>Игроритмика. Гимнастическое дирижирование.</p> <p>Танцевальные шаги повторить занятия 25-26.</p> <p>Ритмический танец. «Макарена»</p> <p>Танцевально-ритмическая гимнастика. Повторить занятия 7, 13-14, 19-20, 25-26.</p> <p>Игровой самомассаж. Поглаживание и растирание ладоней, предплечья, плеча в положении сидя в образно-игровой форме.</p> <p>Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки</p> <p>Потряхивание ногами в положении стоя.</p>	Словесные – пояснение. Практические – образец. Словесно – наглядные - показ правильного выполнения упражнений.	1
	Занятие 30	Ознакомить детей с героями книги «Маугли».	Совершенствовать выполнение изученных танцевальных композиций.	Сюжетное занятие «Маугли»	Практические - показ правильного выполнения упражнений.	1
Май	Занятие 31-32	Формировать навыки грациозности.	Развивать у детей равновесие и гибкость.	<p>Игроритмика. Выполнение ходьбы по кругу на каждый счет и через счет.</p> <p>Строевые упражнения. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету.</p> <p>ОРУ с предметом. Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками.</p> <p>Акробатические упражнения. Группировка в приседе и седе на пятках.</p> <p>Ритмический танец. «Русский хоровод»</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Пятнашки с домиками»</p> <p>Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободный вис на гимнастической стенке.</p>	Практические – показ правильного выполнения движений. Словесный – беседа, объяснение. Игровой – сюжетно – ролевой.	2

	Занятие 33-34	Развивать творчество в движениях.	Содействовать развитию ритмичности.	<p>Игроритмика. Выполнение бега по кругу на каждый счет и через счет – небольшими прыжками с ноги на ногу.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Пятнашки с домиками»</p> <p>Строевые упражнения. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету.</p> <p>ОРУ с предметом. Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками.</p> <p>Танцевально – ритмическая гимнастика. «Облака»</p> <p>Акробатические упражнения. «Ежик», «кузнечик», «Колобок», «Ласточка».</p> <p>Ритмический танец. «Русский хоровод».</p> <p>Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободный вис на гимнастической стенке.</p>	Словесные – объяснение. Практические – двигательная активность. Словесно – наглядные. Словесно – игровой.	2
Июнь	Занятие 35-36	Способствовать повышению общей культуры ребенка.	Развивать проприоцептивную чувствительность.	<p>Игроритмика. Выполнение движений туловищем в различном темпе.</p> <p>Музыкально-подвижная игра «Пятнашки»</p> <p>Строевые упражнения. Перестроение из одной шеренги в несколько уступами по образному расчету.</p> <p>ОРУ с предметом. Основные положения и движения в упражнениях с лентой при работе одной и двумя руками.</p> <p>Танцевально – ритмическая гимнастика. «Облака»</p> <p>Ритмический танец. «Травушка- муравушка»</p> <p>Игропластика. Специальные упражнения для развития гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях.</p> <p>Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободный вис на гимнастической стенке</p>	Словесный – беседа, объяснение. Практические – показ правильного выполнения движений. Игровой – сюжетно – ролевой.	2

Мес.	№ занятия	Цели	Задачи	Содержание	Методы и приемы	Кол-во часов
	Занятие 37	Обеспечивать эффективное формирование умений и навыков.	Способствовать развитию силы, ловкости.	Строевые упражнения. Перестроение в шеренгу. Размыкание по ориентирам. Игроритмика. Выполнение движений туловищем в различном темпе. Ритмический танец. «Травушка - муравушка» Танцевально – ритмическая гимнастика. Повторить занятия 7, 13-14, 19-20, 25-26, 33-34. Музыкально-подвижная игра «Пятнашки» Упражнения для расслабления мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободный вис на гимнастической стенке.	Словесные – пояснение. Практические – образец. Словесно – наглядные - показ правильного выполнения упражнений.	1
Июль	Занятие 38	Развивать творческие способности	Закрепить выученные движения	Сюжетное занятие «Цветик-семицветик»	Практические – показ правильного выполнения упражнений.	1
	Занятие 39-40	Учить импровизировать под музыку.	Развивать мышление, воображение.	Строевые упражнения. Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Повороты направо, налево по распоряжению. Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения. Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков. Реверанс для девочек. Повторить занятия 21-22. Танцевальные шаги. Комбинации на изученных танцевальных шагах. Танец «Кик». Танцевально – ритмическая гимнастика «Бег по кругу». Упражнение танцевально-бегового характера. Игропластика. Комплексы упражнений на развитие силы и гибкости в образных и игровых двигательных действиях и заданиях. Игровой самомассаж. Поглаживание и растирание правой рукой левой ключицы и наоборот. Поочередными круговыми движениями рук поглаживание и растиранию груди. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Волны шипят».	Словесные – пояснение. Практические – образец. Словесно – наглядные - показ правильного выполнения упражнений.	2

	Занятие 41-42	Содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти.	Развивать музыкальность.	<p>Строевые упражнения. Построение в шеренгу.</p> <p>Игроритмика. Гимнастическое дирижирование – тактирование на музыкальный размер 2/4. Повторить занятия 25-26.</p> <p>Музыкально-подвижная игра на определение динамики музыкального произведения.</p> <p>Хореографические упражнения. Поклон для мальчиков, реверанс для девочек. Соединение изученных упражнений в законченную композицию у опоры. Повторить занятия 21-22.</p> <p>Ритмический танец «Давай танцуй».</p> <p>Танцевально – ритмическая гимнастика «Бег по кругу». Повторить занятия 39-40.</p> <p>Игровой самомассаж. Поглаживание и растирание отдельных частей тела в образно-игровой форме. Повторить занятия 39-40.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях. Повторить занятия 39-40.</p>	Словесные – пояснение. Практические – образец. Словесно – наглядные - показ правильного выполнения упражнений.	2
Август	Занятие 43	Развивать музыкальный слух, умение различать громкое и тихое звучание музыкального произведения.	Формировать навыки выразительности, пластичности.	<p>Строевые упражнения. Построение в круг.</p> <p>Музыкально-подвижная игра на определение характера музыкального произведения «Мальчики пляшут, девочки танцуют».</p> <p>Ритмический танец «Давай танцуй». Повторить занятия 41-42.</p> <p>Танцевально – ритмическая гимнастика. Занятия – 7, 13-14, 19-20, 25-26, 33-34. 39-40.</p> <p>Игровой самомассаж. Поглаживание и растирание ступни, голени и бедра в положении сидя, в образно-игровой форме.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Дыхательные упражнения на имитационных и образных движениях «Нырание».</p>	Словесные – объяснение. Практические – двигательная активность. Словесно – наглядные. Словесно – игровой.	1
	Занятие 44	Обеспечивать эффективное формирование умений и навыков.	Способствовать правильному выполнению бега с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени.	Сюжетное занятие «Искатели клада»	Практические – показ правильного выполнения упражнений.	1
ИТОГО: 44 ч						

Список используемой литературы

1. Фирлева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «СА-ФИ-ДАНСЕ». Танцевально-игровая гимнастика для детей: учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений.- СПб.: «детство-пресс», 2001.