

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 27»  
(дошкольное отделение)

«Согласовано»

Зам. директора по организации  
дошкольной работы

Карпушина О.В.

20 год

«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ №27  
/Н.С. Данилина/  
20 год

Рабочая программа  
Кружка «Пластика»

Возраст детей: 4-7 лет

Руководитель: Инструктор по физкультуре Карасёва И.Н.



Рассмотрено и принято  
на педагогическом совете  
протокол № от 20\_\_ года

г. о. Мытищи, 2022г

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Данная программа предназначена для работы с детьми дошкольного возраста. Рассчитана программа на 2 года обучения детей в возрасте от 4 до 7 лет (средняя, старшая, подготовительная группы).

Пластика - это физкультурно-музыкальное занятие оздоровительной направленности, основными средствами которого являются комплексы оздоровительных и гимнастических упражнений, развивающие игры, различные по своему характеру, выполняемые под музыку и оформленные танцевальными движениями.

Пластика 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 ритмопластикой. Правильная постановка рук и ног, удержание прямой осанки, правильная линия поз, оттянутые носочки, собранные кисти - вот неполная характеристика красивого движения. Занимаясь пластикой, 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 и имитационные движения, но и разнообразные упражнения, растяжки, игры. Веселая музыка занятий, высокая двигательная активность детей создают радостное, приподнятое настроение, заряжают положительной жизненной энергией. Каждое занятие - это путешествие в сказку, это игры и перевоплощения в различные образы.

Опыт проведения пластики показал, её привлекательность и доступность. Основу для ритмических композиций составляют простые движения, направленные на развитие у детей музыкальности, двигательных качеств и умений, чувства ритма, творческих способностей, нравственно-эстетических качеств. Одной из основных направленностей ритмопластики является психологическое раскрепощение ребенка, а разнообразие используемой на занятиях музыки дарит детям мгновения чудесного самовыражения, развивает творческие способности, совершенствуют коммуникативные навыки и обогащают эмоциональную сферу.

Занятия пластикой способствуют выработке устойчивой правильной осанки; укреплению и развитию различных групп мышц; укреплению иммунитета; улучшению координации движений; воспитанию в детях чувства внутренней свободы; уверенности в себе; развитию умения правильно и красиво двигаться; развитию творческих способностей, воображения; развитию чувства ритма, музыкального слуха и вкуса; речевому развитию; умения чувствовать и передавать характер музыки.

### **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

Содействие всестороннему развитию личности дошкольника, формирование творческих способностей и развитие индивидуальных качеств ребёнка, совершенствование двигательных умений и навыков средствами музыки и ритмических движений.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

#### **1. РАЗВИТИЕ МУЗЫКАЛЬНОСТИ:**

- развитие способности воспринимать музыку, то есть чувствовать ее настроение и характер, понимать ее содержание;
- развитие специальных музыкальных способностей: музыкального слуха (мелодического, гармонического, тембрового), чувства ритма;
- развитие музыкального кругозора и познавательного интереса к искусству звуков;
- развитие музыкальной памяти.

#### **2. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ И УМЕНИЙ:**

- развитие ловкости, точности, координации движений;
- развитие гибкости и пластичности;
- воспитание выносливости, развитие силы;
- формирование правильной осанки, красивой походки;

- развитие умения ориентироваться в пространстве;
- обогащение двигательного опыта разнообразными видами движений.

### **3. РАЗВИТИЕ ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ, ПОТРЕБНОСТИ САМОВЫРАЖЕНИЯ В ДВИЖЕНИИ ПОД МУЗЫКУ:**

- развитие творческого воображения и фантазии;
- развитие способности к импровизации: в движении, в изобразительной деятельности, в слове.

### **4. РАЗВИТИЕ И ТРЕНИРОВКА ПСИХИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ:**

- развитие эмоциональной сферы и умения выражать эмоции в мимике и пантомиме;
- тренировка подвижности (лабильности) нервных процессов;
- развитие восприятия, внимания, воли, памяти, мышления.

### **5. РАЗВИТИЕ ПРАВСТВЕННО – КОММУНИКАТИВНЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ:**

- воспитание умения сопереживать другим людям и животным;
- воспитание умения вести себя в группе во время движения,

формирование чувства такта и культурных привычек в процессе группового общения с детьми и взрослыми.

**СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ** - Учебный год: с 01.10г. по 31.05г.

**НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** - Музыкально-физкультурное.

**ФОРМА ОБУЧЕНИЯ** – обучение детей проходит на специально организованной деятельности во второй половине дня по окончании основных режимных моментов. Учебная неделя: 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 25 минут.

**СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ** – группа детей.

#### **ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

1. Естественное развитие организма ребёнка, функциональное совершенствование его отдельных органов и систем.
2. Создание необходимого двигательного режима, положительного психологического настроения.
3. Укрепление здоровья ребёнка, его полноценное физическое и умственное развитие.
4. Формирование эмоциональной отзывчивости на музыку, лёгкости, пластичности, выразительности движений.

#### **ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ:**

- открытые занятия для родителей в каждой возрастной группе,
- спортивные и музыкальные развлечения и праздники в детском саду,
- участие в районных и городских мероприятиях, конкурсах.

#### **ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Структура занятия на кружке «Пластике» – общепринятая. Каждое занятие состоит из трёх частей: подготовительной, основной и заключительной. Каждое занятие – это единое целое, где все элементы тесно взаимосвязаны друг с другом.

1. *Подготовительная часть* занятия занимает 5-15% от общего времени. Задачи этой части сводятся к тому, чтобы подготовить организм ребёнка к работе, создать психологический и эмоциональный настрой. В нее входят: гимнастика (*строевые, общеразвивающие упражнения*); ритмика; музыкально – подвижные игры; танцы (*танцевальные шаги, элементы хореографии, ритмические танцы*); танцевально-ритмическая гимнастика.

2. *Основная часть* занимает 70-85% от общего времени. В этой части решаются основные задачи, идёт основная работа над развитием двигательных способностей. В этой части даётся большой объём знаний, развивающих творческие способности детей. В нее входят: ритмические танцы, пластика, креативная гимнастика.

3. *Заключительная часть* занятия длится от 3 до 7 % общего времени. Здесь используются упражнения на расслабление мышц, дыхательные упражнения и упражнения на укрепление осанки, пальчиковая гимнастика. В конце занятия подводятся итоги, и дети возвращаются в группу.

Занятия составлены согласно педагогическим принципам и по своему содержанию соответствуют возрастным особенностям и физическим возможностям детей, которые позволяют ребенку не только в увлекательной и игровой форме войти в мир музыки и танца, но и развивают умственные и физические способности, а также способствуют социальной адаптации ребенка.

### **СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ:**

**Раздел «Ритмика»** является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей детей, позволяющих свободно, красиво и правильно выполнять движения под музыку, соответственно её характеру, ритму, темпу.

В этот раздел входят специальные упражнения для согласования движений с музыкой, музыкальные задания и игры. Виды упражнений - хлопки в такт музыки (образно-звуковые действия «горошинки», «капельки»); акцентированная ходьба; движения руками в различном темпе; хлопки или удары ногой на каждый счёт, через счёт; сочетание ходьбы на каждый счёт с хлопками через счёт; выполнение ходьбы, бега, движений туловища в различном темпе; акцентированная ходьба махом руками вниз на сильную долю такта; поднятие и опускание рук на 4 счёта, на 2 счёта, на каждый счёт; поочередное поднятие и опускание рук по линиям.

**Раздел «Гимнастика»** служит основой для освоения ребёнком различных видов движений. В раздел входят - строевые упражнения (виды упражнений: построение в шеренгу и в колонну по команде; повороты прыжком; построение из одной шеренги в две; ходьба и бег «змейкой»; ходьба и бег враспынную; перестроение в три или четыре колонны по ориентирам; ходьба и бег в колонне по диагонали зала; ходьба и бег в колонне со сменой направления движения по команде воспитателя; перестроение в две колонны расхождением через одного через центр зала; ходьба с перестроением парами; ходьба с перестроением тройками), - общеразвивающие упражнения (с предметами – ленточками, обручами, флажками, мячами и др. и без предметов), а также задания на расслабление мышц, укрепление осанки, дыхательные упражнения (виды упражнений: группировки сидя, лёжа на спине; перекаты в положении сидя, лёжа («орешек», «брёвнышко»); равновесие на носках («балерина»); равновесие, стоя на одной ноге («петушок», «цапля», «ласточка»); равновесие в упоре сидя («самолёт»); на гибкость («мостик», «кольцо», «шпагат», «берёзка», «птица», «книжка»); на формирование осанки («стрела», «ракета», «веточка», «змея») и другие).

**Раздел «Танцы»** направлен на формирование у детей танцевальных движений.

Доставляет эстетическую радость занимающимся детям. В раздел входят танцевальные шаги, элементы хореографических упражнений и элементы различных танцев: народного, балльного, современного и ритмического. Виды упражнений: шаг с носка, на носках; приставной шаг в сторону с приседанием, с хлопком; шаг с подскоком; скрестный шаг; русский хороводный; шаг с поворотом на 180\*, на 360\*; галоп прямой и боковой; шаг с притопом; русский шаг-«припадание»; «гармошка»; «ковырялочка»; тройной шаг с притопом; комбинации из танцевальных шагов.

**Раздел «Танцевально – ритмическая гимнастика»** направлен на формирование у детей пластичности, гибкости и координации. В разделе представлены образно-танцевальные композиции, каждая из которых имеет целевую направленность, сюжетный характер и завершенность. Все композиции объединяются в комплексы упражнений для детей различных возрастных групп.

**Раздел «Пластика» - «Игровой стретчинг»** основывается на нетрадиционной методике развития мышечной силы и гибкости детей. Ребёнок обретает умиротворенность, открытость и внутреннюю свободу.

**Раздел «Пальчиковая гимнастика»** и служит основой для развития ручной умелости, мелкой моторики и координации движений рук. Упражнения обогащают внутренний мир ребёнка. Оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развитию фантазии.

**Раздел «Игровой самомассаж»** направлен на закаливание и оздоровление детского организма, получение ребёнком радости и хорошего настроения, формирование у ребёнка сознательного стремления к здоровью, навыка собственного оздоровления.

Варианты упражнений: «Носом - вдох, а выдох – ртом»; «Вороны»; «У меня спина прямая»; «Разотру ладошки сильно»; «Руки к солнцу поднимаю»; «Я лежу на воде, как медуза на спине»; «Шалтай – Болтай сидит на стене»; «Ныряние»; «Подуем на плечо, подуем на другое»; «Руки кверху поднимаем»; «Воздух мягко набираем, шарик красный надуваем»; «Один, два, три, четыре, пять, все умеем мы считать»; «Ветер дует нам в лицо»; «Ладочки, ладошки, утюжки-недотрожки»; «Вот встречаются зайчата, как погреться нам ребята»; «Ручки разотру, тепло сохранию».

**Раздел «Музыкально – подвижные игры»** является ведущим видом деятельности дошкольника. Здесь используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования. Варианты игр: «Найди своё место»; «Нитка – иголка»; «Мы – весёлые ребята»; «Совушка»; «Цапля и лягушки»; «У медведя во бору»; «Море волнуется»; «Ровным кругом»; «Карлики и великаны»; «Два мороза»; «Космонавты»; «Музыкальные стулья»; «Музыкальные змейки»; «Волк во рву»; «Запев – припев»; «Горелки»; «Эхо»; «Мы пойдём сначала вправо»; «Магазин игрушек»; «Мяч по кругу»; «Давайте все делать как я»; «Лавота»; «Ну-ка повторй» «Это что за маскарад».

**Раздел «Игры – путешествия» (сюжетные занятия)** включают в себя все виды подвижной деятельности. Служит основой для закрепления умений и навыков, приобретённых ранее, помогает сплотить ребят, побывать, где захочешь и увидеть, что хочешь, стать, кем мечтаешь.

**Раздел «Креативная гимнастика»** способствует развитию выдумки, творческой инициативы. Здесь создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощения. Раздел включает в себя музыкально-творческие игры и специальные задания.

Средняя группа	Ритмика	Танец	Танцевально-ритмическая гимнастика	Музыкально-подвижная игра	Хореографическое Упражнения, Танцевальные шаги	Пластика (Элементы игрового стретчинга)	Креативная гимнастика, Пальчиковая гимнастика, игромассаж	
<b>октябрь</b>	<b>Занятие 1-2</b>	Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт Передвижение в обход, шаг и бег, по кругу и змейкой.	«Всё мы делим пополам» В.Шаинский «Старый жук» <i>(Найди себе пару)</i> «Танцуйте сидя» Б. Савельев	«Всадник» Т.и С.Никитины «Цыплята»	«Погода» «Космонавты»	Выставление ноги на носок вперёд, в сторону, назад, в сторону – крестом. Тройной шаг с притопом	“Домик”, “Звездочка”, “Ракета”, “самолет”	Самомассаж: «Трём рукой – мочалкой» Пальч. Гимнастика «Кораблик»
	<b>Занятие 3-4</b>	Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт Передвижение в обход, шаг и бег, по кругу и змейкой.	«Волшебный цветок» Ю.Чичиков, «Всё мы делим пополам»	«Зарядка» (песня «День рождения» В.Шаинский), «Всадник»	«Птички и ворона» (муз. А.Кравцова) «Поезд», «Игра по станциям»	«Открытие» рук из подготовительной поз. в 1и 2 Русский шаг - припадание	“Домик”, “лошадка”, “кошечка”, “ласточка”	Упражнение на расслабление «Подуем на плечо» Игровой самомассаж, «Оса»
<b>ноябрь</b>	<b>Занятие 5-6</b>	Равновесие на одной ноге с опорой и без неё Выполнение движения в	«полька» (йоксу-полька), «Волшебный цветок» «Макарена»	«Четыре таракана и сверчок», «Зарядка»	«Эхо» «Музыкальные стулья»	«Открытие» рук из подготовительной поз. в 1и 2, выставление ноги на носок	“Маятник”, «Замок» “Дощечка”, “Зернышко”	Пальчиковая гимнастика «Серенький комок сидит» «Творческая

		разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится				«крестом» Тройной переменный шаг		импровизация»
	<b>Занятие 7-8</b>	Перестроение в две колонны. Размыкание по ориентирам. Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится	«Модный рок» (любая современная), «Полька»	Упражнение с двумя лентами («Облака» В.Шаинский), «Четыре таракана и сверчок»	«Козочки и волк» (музыка из к/ф «Звуки музыки») «Усни-трава»	«Открытие» рук во 2 поз., ногу в сторону на носок, наклон корпуса в сторону Комбинация из выученных шагов	«Ёжик», «Слон» «Собачка» «Змея»	Упражнение на расслабление «Руки кверху поднимаем»
<b>декабрь</b>	<b>Занятие 9-10</b>	Бег по кругу с ноги на ногу. Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер 3/4	Бальный танец «Падеграс» («Маленькая страна»), «Модный рок»	«Бег по кругу» (Кремена), упражнение с двумя лентами «Ну, погоди!» (песня «Расскажи, снегурочка» Г.Гладков, Ю.Энтин) «Часики»	«Игра с мячом» (Берлинская Полька) «Карлики и великаны»,	«Открытие» рук из подготовительной поз. в 1и 2, выставление ноги на носок «крестом», Шаг, шаг, тройной притоп	«Страус», «Птица» «Морская звезда» «Рыбка»	Пальчиковая гимнастика: «Сидит белка на тележке»
	<b>Занятие 11-12</b>	Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер $\frac{3}{4}$	«Макарена», «Падеграс»	«Приходи сказка» (песня «Приходи сказка»), «Бег по кругу» Танец снеговиков	«Пятнашки» (песня «Тикотико») «Волк во рву»	«Открытие» рук в сторону и на пояс «Припадание» в сторону, «припадание с поворотом,	«Медведь», «Цапля», «Кошечка», «Ежик»	Дыхательная гимнастика «Воздух мягко набираем»

<b>январь</b>	<b>Занятие 13-14</b>	Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	Русский орывод (любая русская народная песня), «Макарена» Три поросёнка»	«Чёрный кот» (Ю.Энтин), «Приходи сказка»	«Волшебный весёлый бубен» «Козочки и волк»	«Открывание» рук в сторону и на пояс, Выставление ноги «носок – пятка» вперёд и в сторону	«Шпагат» «Качели», «месяц», «ручеек»	Пальчиковая гимнастика «Вот помощники мои»
	<b>Занятия 15-16</b>	Построение в шеренгу по звуковому сигналу. Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	Танец «Кик» (музыка в стиле диско), «Русский народный»	«Марш» (военный марш Г.Свиридов), «Чёрный кот»	«Шеренга – колона – круг» «Игра – импровизация»	Подъём ноги через выставление на носок вперёд и в сторону Скрестный шаг в сторону, выставить ногу на пятку, руки открыть в стороны «ёлочка»	«Смешной клоун», «Неваляшка», «Колобок», «Карусель»	Упражнение на расслабление «Один, два, три, четыре, пять!» Пальч. Гимнастика «Жук»
<b>февраль</b>	<b>Занятие 17-18</b>	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении	«Давай танцуй» (музыка в стиле диско) «Кик»	Упражнения с флажками (песня «Настоящий друг» Б.Савельев,	«Музыкальные змейки» «Ловля обезьян»	Прыжки из 1 позиции во 2 Прямой галоп, галоп в сторону	«Рыбка», «змея», «Елка», «окошко»	Самомассаж: «Трём рукой – мочалкой» Пальч. Гимнастика «Птички прилетели»

		шагом Ходьба с препятствиями.		М.Пляцковский) «Марш»				
	<b>Занятие 19-20</b>	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом Ходьба с увеличением темпа.	«Современник» (музыка в стиле диско) «Давай танцуй»	«Три поросёнка» (песня «Ни кола, ни двора»), упражнения с флажками	«Капканы» Найди предмет. «К своим флажкам»	Прыжки из 1 позиции во 2 Шаг польки	“Скамейка”, “кустик”, “бабочка”, “Неваляшка”	Пальчиковая гимнастика «Я в руках флажок держу» Дыхательные упражнения
<b>март</b>	<b>Занятие 21-22</b>	1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю Перестроение из одной колонны в три.	«Артековская полька» (любая полька), «Современник»	«Белочка» упражнение с мячами (песня Рождественская, В.Шаинский), «Три поросёнка»	«Запев-припев» «Музыкальные змейки»	Шаг польки	“Шпагат” “Ласточка” “Тенек”, “Солнышко”	Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене» Пальчиковая гимнастика «Воздушный шар»
	<b>Занятия 23-24</b>	1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю Перестроение из одной колонны в три.	«Танец с хлопками» (музыка в стиле диско), «Артековская полька»	«По секрету всему свету» - танцевально-беговое упражнение В.Шаинский, «Белочка» Хореография упражнения. «Вальс цветов»	«Гонка мяча по кругу» «Гулливер и лилипуты»	Прыжки с вынесением ноги на носок вперёд	“Дуб”, “пушка”, “Стрела”, “вафелька”	Пальчиковая гимнастика «Колокольчик всё звенит»
<b>апрель</b>	<b>Занятие 25-26</b>	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Построение по кругу в парах.	«Полька тройками» (любая полька), «Танец с хлопками»	«Антошка» В.Шаинский, «По секрету всему свету»	«Нам не страшен серый волк»	Исходное положение – 1 позиция, руки вниз, плечи – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в	“Кузнечик”, «Черепашка» “Гусеница” “Паучок”	Музыкально-творческая игра «Займи место»

						подгот. позицию, на носках переступаниями, повернуться во 2 точку класса и т.д. Тройной шаг с притопом		
	<b>Занятие 27-28</b>	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Построение по кругу в парах.	«Московский рок» (музыка в стиле диско), «Полька тройками»	«Вместе весело шагать», «Антошка» В.Шаинский	«Игра с мячом» (Берлинская полька)	Исходное положение – 1 позиция, руки вниз, плечи – руки в 1 позицию, исходное положение – руки во 2 позиции, закрыть руки в подгот. позицию, на носках переступаниями, повернуться во 2 точку класса и т.д. Тройной шаг с притопом	“Страус”, “ласточка”, “Шпагат”, “Смешной клоун”	Музыкально-творческая игра «Повтори за мной»
<b>май</b>	<b>Занятие 29-30</b>	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 4 хлопка Перестроение из одной колонны в три.	«Круговая кадрили» (муз. размер 2/4), «Московский рок»	«Кукла» В.Шаинский, «Вместе весело шагать»	«Птички и ворона» (музыка А.Кравцо-вич)	Поворот вправо, влево из 3 позиции ног Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	“Лошадка”, “Пирожок”, “Волк”, “цветок”	Творческая игра «Море волнуется»
	<b>Занятие 31-32</b>	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 2 хлопка, на половинные – руки на пояс Построение по кругу в парах.	Ритмический танец «Спенк»(музыка в стиле диско), «Круговая кадрили»	«Аэробика» Музыка Ю. Чичкова	«Музыкальные змейки»	Повторение: позиции ног, позиции рук, точки класса Работа со спорт. атрибутом. Партнерная гимнастика. Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	“Ванька-встанька”, “Ласточка”, “Шпагат”, “карусель”	Игровой массаж самомассаж «Разотру ладошки сильно» сюжетное занятие «Приходи, сказка!» » Подготовка к путешествию. Письмо от Бабы-Яги. «Королевство лил

								ипутов» «Королевство Кро кодила Гены» Прощание со сказ очными героями. Подведение итога.
--	--	--	--	--	--	--	--	---

Старшая группа	Ритмика	Танец	Танцевально-ритмическая гимнастика	Музыкально-подвижная игра	Хореографические Упражнения, Танцевальные шаги	Пластика (Элементы игрового стретчинга)	Креативная гимнастика, Пальчиковая гимнастика, Игромассаж	
<b>октябрь</b>	<b>Занятие 1-2</b>	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Танец с хлопками» Музыка М. Леграна, мелодия из к/ф «Шербургские зонтики»	«Воздушная кукуруза» (Т.Спенсер),	«Дирижёр – оркестр»	Мелкий шаг на носках. Шаг вперед, слегка присесть и спрятаться за листья, шаг назад, руки спрятать назад. Кружения. Кружение в парах «Звездочкой». Танцевальные шаги. «Зонтики»	“Ласточка” “Пенек”, “Солнышко”, “месяц”	Акробатические упражнения Игра – “Слушай музыку”
	<b>Занятие 3-4</b>	Хлопки и удары ног на сильную долю такта. Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Упражнение с осенними листьями» Композиция на музыку Е.Доги «Вальс».	«Озорники» Музыка М.Зацепина к к/ф «Кавказская пленница»	«Круг и кружочки»	два круга, звездочка, два концентрических круга. Топающий шаг. Прямой галоп. Хореог-ие упр/- Поочерёдное пружинное движение ногами.	“Шпагат” “Слоник”, “собачка”, “Ванька-встанька”	Упражнение на расслабление «Подуем на плечо» Пальчик. Гимнастика «Моталочки»

<b>ноябрь</b>	<b>Занятие 5-6</b>	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится	«Птичка польку танцевала» Песня из к/ф «Приключения Буратино», музыка А. Рыбникова. «Реченька»	«Дождик».	«Эхо»	Кружение шагом (на прямых «кукольных ногах») на месте. Нога на пятку на прыжке вернуться в исходное положение. Выбрасывание ног. Ритмические хлопки. Притопы. Полуприседания. Подскоки на месте. Выбрасывание ног с ударом носком об пол.	“Пирожок”, “паучок”, “Черепашка”, “жучок”	Упражнения на расслабление - “зарядка для черепахи”, Игра – “хромая собачка”
	<b>Занятие 7-8</b>	Построение в шеренгу Строевые приёмы, строевой шаг. Подскоки. Различные перестроения. Боковой галоп. Ритмические хлопки.	«Игра с мячом» Берлинская полька	Три поросёнка» (песня «Ни кола, ни двора»), упражнения с флажками	«Круг и кружочки»	Хореог-ие упр. Поочерёдное пружинное движение ногами.	“Посмотри назад”, “Поворот сидя”, “Рыбка”, “змея”	Упражнение на расслабление «Руки кверху поднимаем» Пальч. Гимнастика игра -- Снегопад»
<b>декабрь</b>	<b>Занятие 9-10</b>	Перестроение из колонны по одному в колонну по трое. Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз.	«Танец колокольчиков» Музыка п. Чайковского, «Танец феи Драже». «Полонез»	«Танец богатырей» Песня А. Пахмутовой «Сила богатырская»	«Веселая змейка» «Горелки»	Импровизация. Работа с мечами. Выпады. Танцевальные шаги-повторение.	“Мостик”, “Веточка”, “гора”, “Елка”	Пальчиковая гимнастика: Этот пальчик хочет спать... Дыхательная гимнастика –Сдуй меня, пылесос

		размер 3/4 Марше- вый шаг.						
	<b>Занятие 11-12</b>	Ходьба на каж- дый счёт, хлопки через счёт Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер $\frac{3}{4}$ Перестроения.	«Какадурчик» Шуточный танец. Музыка В. Козлова Танец «Снежинок»	Хореографическое упражнение «Снеговики»	«Делай как я и лучше меня»	Прыжки с поочередным подниманием согнутой в колене ноги и подтягиванием колена к локтю. Шаг с каблучка. Чарльстонское движение.	“Цапля”, “березка”, “Павлин”, “жучок”	Дыхательная гимнастика «Воздух мягко набираем» Креативная гимнастика – “Оттаивание и замерзание”
<b>январь</b>	<b>Занятие 13-14</b>	Упражнение по звуковому сигналу. Ходьба и бег в рассыпную. Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	«Старинная полька» Шуточный парный танец со сменой партнеров «Ковырялочка»,	Танец «Новогодний»	«Гонка мяча по кругу»	«Шаг с «plié», Приставные шаг, подскоки.	“Колобок”, “Шпагат”, “Сложный замок”, “Поворот сидя”	Пальчиковая гимнастика Игра – Медленно вперед с мячом

	<b>Занятие 15-16</b>	Хлопки и удары ногами на сильную долю такта Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3 – с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	«Танец мотыльков» Музыка С. Рахманинова, «Итальянская полька». Движения «Самба»	Танец «Чарли»	«День и ночь»	Боковой галоп с приставлением ноги. Бег по кругу противходом. Притопы. Кружения в парах.	“Месяц,” “солнышко”, “Ласточка”, “мостик”	Пальчиковая гимнастика «Гномы» «Птичий двор»
<b>февраль</b>	<b>Занятие 17-18</b>	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом Ходьба и бег по звуковому сигналу. Перестроение в колонну	Танец морячков Яблочко	«Танец мышек» Музыка Д. Шостоковича, «Вальс – шутка	«Музыкальные змейки» «Повтори за мной»	Маршевые перестроения. приставные шаги. Кружения парами. Приседания. Шаг «с каблучка» Наклоны головы. Кружения на полупальцах.	“Скамейка”, “кустик”, “бабочка”, “невалюшка”	Пальчиковая гимнастика «В гости к другу» Игра – Огонь на горе
	<b>Занятие 19-20</b>	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!»	«Современник» (музыка в стиле диско) «Давай танцуй» «Лихие ковбои»	« «Озорники» Музыка М. Зацепина к к/ф «Кавказская пленница»	«Капканы» «Дети и медведь»	Прыжки из 1 позиции во 2 Шаг польки приставные шаги	“Смешной клоун” “Невалюшка”, “Колобок”, “Карусель”	Пальчиковая гимнастика «Я в руках флажок держу», «Зима» Игра-путешествие спортивный фестиваль

<b>март</b>	<b>Занятие 21-22</b>	1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю Перестроение из колонны по одному в колонну по три. Размыкания по ориентирам.	««Рок-н-Ролл»	««Цыганские напевы» Венгерская мелодия в исполнении Ф. Гойи.	«Запев-припев» Заводная кукла	Простой шаг. Работа ад пластичностью и мягкостью рук. Перестроения. Кружения.	“Кузнечик», «Черепаша» “Гусеница” “Паучок”	Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене» Пальч.гимнастика «10 маленьких утят» Заводная кукла
	<b>Занятие 23-24</b>	Перестроения, и размыкание, Подскоки.	««Дети и природа» Музыка О. Юдахиной, «Песенка о разных языках» «Танго»	«Калинка» Русская народная мелодия в обработке и исполнении Ф. Гойи	«Гонка мяча по кругу» «День-ночь»	Пантомима. Ориентировка в пространстве. Импровизация движений в образе Животных, Птиц, Бабочек и т.д. «Гармошечка». Шаг с припаданием. «Ковырялочка» «Веревочка».	“Русалочка”, “Мостик”, “Кошечка”, “волк”	Пальчиковая гимнастика «Колокольчик всё звенит», Творч. Игра «Найди животных»
<b>апрель</b>	<b>Занятие 25-26</b>	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кру-гом!»	«Вальс» «Пластический этюд с обручами» Композиция на музыку Поля Мориа	Танец «Детский сад» (шуточный)	«Запев – припев»	Работа с обручем. Перестроения. Тройной шаг с приподом	“Лисичка”, “Шпагат”, “Сложный замок”, “Посмотри назад”	Музыкально-творческая игра «Займи место» «Летает – не летает»
	<b>Занятие 27-28</b>	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки	««Сиртаки» Музыка М. Теодоракиса в исполнении Ф. Гойи	«Упражнения с цветами» Музыкальная пьеса «Добрая фея» Г. Гладкова	«Делай как я, делай лучше меня»	Основной шаг танца««Сиртаки». Приставной шаг. Работа головы. Работа над мягкостью и пластичностью	“Кустик”, “бабочка”, “Качели, волна”	Музыкально-творческая игра «Повтори за мной» Пантомима;

		на пояс Перестроение из колонны по одному в колон ну по три. Размыкания по ориентирам. Ходьба в свободных направлениях.				рук.		
<b>май</b>	<b>Занятие 29-30</b>	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 4 хлопка Ходьба и бег на внимание. Бег «с захлестом».	Движения «ча-ча- ча»	Танец «Прощальный вальс»	«Птички и ворона» (музыка А.Кравцо-вич)	Поворот вправо, влево из 3 позиции ног Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков Шаг «с каблучка».	“Ручей”, “пирожок”, “Змея”, “фонарик”	Творческая игра «Море волнуется» Пальч. Гимнастика «Кто живёт в мое й квартире»
	<b>Занятие 31-32</b>	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 2 хлопка, на половинные – руки на пояс Марш, Перестроения. Ходьба и бег на внимание.	«Два барана» Шуточная парная композиция на песню М. Козлова «Два барана» «Круговая кадриль»	«Песенка о лете » Музыка Е. Крылатова	«Музыкальные змейки» «Круг и кружочки»	Повторение: позиции ног, позиции рук, точки класса Притопы на сильную долю. Импровизация под музыку Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	“Каракатица”, “павлин”, “Березка”, “шпагат”	Игра – волчки и самолеты. Последнее сюжетное занятие «В ГОСТЯХ У Т РЁХ ПОРОСЯТ» - Танцевально – ритмическая гимна стика , общера звивающие упражнения под музыку, Прыжки, Эстафета с кубиками, Танец. Подведение итога.
Подготови тельная группа	<b>Ритмика</b>	<b>Танец</b>	<b>Танцевально- ритмическая гимнастика</b>	<b>Музыкально- подвижная игра</b>	<b>Хореографичес кие Упражнения, Танцевальные шаги</b>	<b>Пластика (Элементы игрового стретчинга)</b>	<b>Креативная гимнастика, Пальчиковая гимнастика, Игромассаж</b>	

<b>октябрь</b>	<b>Занятие 1-2</b>	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Танец с хлопками» Музыка М. Леграна, мелодия из к/ф «Шербургские зонтики»	«Воздушная кукуруза» (Т.Спенсер),	«Дирижёр – оркестр»	Мелкий шаг на носках. Шаг вперед, слегка присесть и спрятаться за литься, шаг назад, руки спрятать назад. Кружения. Кружение в парах «Звездочкой». Танцевальные шаги. «Зонтики»	“Ласточка” “Пенек”, “Солнышко”, “месяц”	Акробатические упражнения Игра – “Слушай музыку”
	<b>Занятие 3-4</b>	Хлопки и удары ног на сильную долю такта. Бег по кругу 1-8 на каждый счёт 1-8 через счёт	«Упражнение с осенними листьями» Композиция на музыку Е.Доги «Вальс».	«Озорники» Музыка М.Зацепина к к/ф «Кавказская пленница»	«Круг и кружочки»	два круга, звездочка, два концентрических круга. Топающий шаг. Прямой галоп. Хореог-ие упр/- Поочерёдное пружинное движение ногами.	“Шпагат” “Слоник”, “собачка”, “Ванька-встанька”	Упражнение на расслабление «Подуем на плечо» Пальчик. Гимнастика «Моталочки»
<b>ноябрь</b>	<b>Занятие 5-6</b>	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт. Выполнение движения в разном темпе 1-2 наклон вниз, 3-4 выпрямится, 1-4 наклон, 5-8 выпрямится	«Птичка польку танцевала» Песня из к/ф «Приключения Буратино», музыка А. Рыбникова. «Реченька»	«Дождик».	«Эхо»	Кружение шагом (на прямых «кукольных ногах») на месте. Нога на пятку на прыжке вернуться в исходное положение. Выбрасывание ног. Ритмические хлопки. Притопы. Полуприседания. Подскоки на месте. Выбрасывание ног с ударом носком об пол.	“Пирожок”, “паучок”, “Черепашка”, “жучок”	Упражнения на расслабление - “зарядка для черепахи”, Игра – “хромая собачка”

	<b>Занятие 7-8</b>	Построение в шеренгу Строевые приёмы, строевой шаг. Подскоки. Различные перестроения. Боковой галоп. Ритмические хлопки. ться	«Игра с мячом» Берлинская полька	Три поросёнка» (песня «Ни кола, ни двора»), упражнения с флажками	«Круг и кружочки»	Хореог-ие упр. Поочерёдное пружинное движение ногами.	“Посмотри назад”, “Поворот сидя”, “Рыбка”, “змея”	Упражнение на расслабление «Руки кверху поднимаем» Пальч. Гимнастика игра -- Снегопад»
<b>декабрь</b>	<b>Занятие 9-10</b>	Перестроение из колонны по одному в колонну по трое. Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер 3/4 Маршевый шаг.	«Танец колокольчиков» Музыка п. Чайковского, «Танец феи Драже». «Полонез»	«Танец богатырей» Песня А. Пахмутовой «Сила богатырская»	«Веселая змейка» «Горелки»	Импровизация. Работа с мечами. Выпады. Танцевальные шаги-повторение.	“Мостик”, “Веточка”, “гора”, “Елка”	Пальчиковая гимнастика: Этот пальчик хочет спать.... Дыхательная гимнастика –Сдуй меня, пылесос

	<b>Занятие 11-12</b>	Ходьба на каждый счёт, хлопки через счёт Гимнастическое дирижирование: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки в стороны, 3 – руки вверх муз. размер $\frac{3}{4}$ Перестроения.	«Какадурчик» Шуточный танец. Музыка В. Козлова Танец «Снежинок»	Хореографические упражнения «Снегови-ки»	«Делай как я и лучше меня»	Прыжки с поочередным подниманием согнутой в колене ноги и подтягиванием колена к локтю. Шаг с каблучка. Чарльстонское движение.	«Цапля», «березка», «Павлин», «жучок»	Дыхательная гимнастика «Воздух мягко набираем» Креативная гимнастика - «Оттаивание и замерзание»
<b>январь</b>	<b>Занятие 13-14</b>	Упражнение по звуковому сигналу. Ходьба и бег в рассыпную. Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	«Старинная полька» Шуточный парный танец со сменой партнеров «Ковырялочка»,	Танец «Новогодний»	«Гонка мяча по кругу»	«Шаг с «plie», Приставные шаг, подскоки.	«Колобок», «Шпагат», «Сложный замок», «Поворот сидя»	Пальчиковая гимнастика Игра – Медленно вперед с мячом
	<b>Занятие 15-16</b>	Хлопки и удары ногой на сильную долю такта Гимнастическое дирижирование, тактирование на	«Танец мотыльков» Музыка С. Рахманинова, «Итальянская полька». Движения	Танец «Чарли»	«День и ночь»	Боковой галоп с приставлением ноги. Бег по кругу противходом. Притопы. Кружения в парах.	«Месяц», «солнышко», «Ласточка», «мостик»	Пальчиковая гимнастика «Гномы» «Птичий двор»

		музыкальный размер 4/4: исходное положение – стоя, руки вверх; 1 – руки с акцентом вниз, 2 – руки скрестно перед грудью, 3- с небольшим акцентом в стороны, 4 – руки вверх	«Самба»					
<b>февраль</b>	<b>Занятие 17-18</b>	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом Ходьба и бег по звуковому сигналу. Перестроение в колонну	Танец морячков Яблочко	«Танец мышек» Музыка Д. Шостоковича, «Вальс – шутка»	«Музыкальные змейки» «Повтори за мной»	Маршевые перестроения. приставные шаги. Кружения парами. Приседания. Шаг «с каблучка» Наклоны головы. Кружения на полупальцах.	«Скамейка», «кустик», «бабочка», «неваляшка»	Пальчиковая гимнастика «В гости к другу» Игра – Огонь на горе
	<b>Занятие 19-20</b>	Гимнастическое дирижирование, тактирование на музыкальный размер $\frac{3}{4}$ при передвижении шагом Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кругом!»	«Современник» (музыка в стиле диско) «Давай танцуй» «Лихие ковбои»	«Озорники» Музыка М.Зацепина к к/ф «Кавказская пленница»	«Капканы» «Дети и медведь»	Прыжки из 1 позиции во 2 Шаг польки приставные шаги	«Смешной клоун» «Неваляшка», «Колобок», «Карусель»	Пальчиковая гимнастика «Я в руках флажок держу», «Зима» Игра-путешествие спортивный фестиваль
<b>март</b>	<b>Занятие 21-22</b>	1- хлопок на сильную долю, 2- топнуть левой ногой, 3-4 четыре шага с левой ноги, акцентируя сильную долю Перестроение из	«Рок-н-Ролл»	«Цыганские напевы» Венгерская мелодия в исполнении Ф. Гойи.	«Запев-припев» Заводная кукла	Простой шаг. Работа ад пластичностью и мягкостью рук. Перестроения. Кружения.	«Кузнечик», «Черепашка» «Гусеница» «Паучок»	Упражнение на расслабление «Шалтай – Болтай сидит на стене» Пальч. гимнастика «10 маленьких утят» Заводная кукла

		колонны по одному в колонну по три. Размыкания по ориентирам.						
	<b>Занятие 23-24</b>	Перестроения, и размыкание, Подскоки.	««Дети и природа» Музыка О. Юдахиной, «Песенка о разных языках» «Танго»	«Калинка» Русская народная мелодия в обработке и исполнении Ф. Гойи	«Гонка мяча по кругу» «День-ночь»	Пантомима. Ориентировка в пространстве. Импровизация движений в образе Животных, Птиц, Бабочек и т.д. «Гармошечка». Шаг с припаданием. «Ковырялочка» «Веревочка».	“Русалочка”, “Мостик”, “Кошечка”, “волк”	Пальчиковая гимнастика «Колокольчик всё звенит», Творч. Игра «Найди животных»
<b>апрель</b>	<b>Занятие 25-26</b>	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Строевые приемы «Направо!», «Налево!», «Кру-гом!»	«Вальс» «Пластический этюд с обручами» Композиция на музыку Поля Мориа	Танец «Детский сад» (шуточный)	«Запев – припев»	Работа с обручем. Перестроения. Тройной шаг с приподом	“Лисичка”, “Шпагат”, “Сложный замок”, “Посмотри назад”	Музыкально-творческая игра «Займи место» «Летает – не летает»
	<b>Занятие 27-28</b>	На короткие звуки (восьмые) – хлопки в ладоши, на длинные – половинные – положить руки на пояс Перестроение из колонны по одному в колонну по три. Размыкания по ориентирам. Ходьба в свободных	««Сиртаки» Музыка М. Теодоракиса в исполнении Ф. Гойи	«Упражнения с цветами» Музыкальная пьеса «Добрая фея» Г. Гладкова	«Делай как я, делай лучше меня»	Основной шаг танца««Сиртаки». Приставной шаг. Работа головы. Работа над мягкостью и пластичностью рук.	“Кустик”, “бабочка”, “Качели, волна”	Музыкально-творческая игра «Повтори за мной» Пантомима;

		направлениях.						
<b>май</b>	<b>Занятие 29-30</b>	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 4 хлопка Ходьба и бег на внимание. Бег «с захлестом».	Движения «ча-ча- ча»	Танец «Прощальный вальс»	«Птички и ворона» (музыка А.Кравцо-вич)	Поворот вправо, влево из 3 позиции ног Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков Шаг «с каблучка».	“Ручей”, ”пирожок”, “Змея”, ” фонарик”	Творческая игра «Море волнуется» Пальч. Гимнастика «Кто живёт в мое й квартире»
	<b>Занятие 31-32</b>	Ходьба по кругу: на короткие звуки (восьмые) – 8 хлопков, на длинные (четвёртые) – 2 хлопка, на половинные – руки на пояс Марш, Перестроения. Ходьба и бег на внимание.	«Два барана» Шуточная парная композиция на песню М. Козлова «Два барана» «Круговая кадриль»	«Песенка о лете » Музыка Е. Крылатова	«Музыкальные змейки» «Круг и кружочки»	Повторение: позиции ног, позиции рук, точки класса Притопы на сильную долю. Импровизация под музыку Комбинация из шагов польки, галопа и прыжков	“Каракавица”, “павлин”, “Березка”, “шпагат”	Игра – волчки и самолеты. Последнее сюжетное занятие «В ГОСТЯХ У Т РЁХ ПОРОСЯТ» - Танцевально – ритмическая гимна стика , общера звивающие упражнения под музыку, Прыжки, Эстафета с кубиками, Танец. Подведение итога.

**Оценка результатов деятельности детей с 4 до 6 лет  
кружок «Пластика»**

<b>№ п/п</b>	<b>ФИ ребенка</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>

**1. Музыкальность**

- движения ребенка выражают музыкальный образ и совпадают с тонкой нюансировкой, фразами

**2. Эмоциональность**

- умеет передавать в мимике, жестах разнообразную гамму чувств исходя из музыки и содержания композиции: радость, страх, удивление, настороженность, восторг, тревогу; умеет выражать свои чувства не только в движении, но и в слове

**3. Творческие проявления**

- умеет импровизировать под знакомую музыку на основе освоенных движений, а также придумывать собственные, оригинальные «па»

**4. Внимание**

- способен не отвлекаться от музыки и процесса движения, правильно выполнить ритмическую композицию от начала до конца

**5. Память**

- способен запомнить музыку и последовательность движений (3-5 движений)

**6. Координация, ловкость движений**

- умеет точно и правильно выполнять упражнения (в ходьбе, общеразвивающих и танцевальных движениях) с правильной координацией рук и ног

**7. Пластичность, гибкость**

- умеет пластично двигаться под музыку, может исполнить несложные акробатические упражнения (рыбка, полушпагат, березка)

**Критерии оценки результатов:**

*Высокий уровень (в)* – ребенок самостоятельно и правильно справился с заданием;

*Соответствует возрасту (с/в)* - для правильного выполнения задания ребенку требуется небольшая подсказка педагога;

*Средний уровень (с)* - для правильного выполнения задания ребенку требуется несколько самостоятельных попыток и подсказка педагога

### Список используемой литературы:

1. Фирлева Ж.Е., Сайкина Е.Г. «Са-фи-дансе». Программа Танцевально-игровая гимнастика для детей. СПб; «Детство–ПРЕСС», 2000.
2. Нищева Н.В. «Кабинет Логопеда. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики» СПб; «Детство –ПРЕСС», 2013.
3. Потапчук А.А., Овчинникова Т.С. «Двигательный игротренинг для дошкольников». СПб; ТЦ «Сфера», 2009.
4. Сулим Е.В. «Занятия по физкультуре в детском саду: Игровой стретчинг». М, ТЦ «Сфера», 2012.
5. Назарова А.Г. «Игровой стретчинг». СПб, 2013
6. Соколова Л.А. «Детские Олимпийские Игры». Волгоград: Учитель,
7. Пензулаева Л.И. «Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет». М, Мозаика-Синтез, 2013
8. Т.И.Суворова «Танцевальная ритмика для детей» вып. 4
9. Т.И.Суворова, Л.Казанцева, Ирина Шарифуллина, Ольга Румянцева «Спортивные Олимпийские танцы для детей 2», СПб, 2008