

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Култаевский детский сад «Колокольчик»**

Принята на заседании
педагогического совета
от «28» 08 2025 года
Протокол № 1

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ «Култаевский
детский сад «Колокольчик»
Курочкина О. Ю.
«28» 08 2025 года



Дополнительная общеразвивающая программа
художественной направленности
«Игровая ритмика и танцы»

Возраст детей: 3-5 лет
Срок реализации: 1 год

Авторы-составители:

Мелехина Инна Николаевна, воспитатель
Филимонова Наталья Александровна,
музыкальный руководитель

с. Култаево, 2025 год

1.Пояснительная записка

Структурный элемент	Описание, комментарии
Направленность программы	Программа «Игровая ритмика и танцы» (далее – программа) имеет художественную направленность. Программа направлена на развитие музыкальных способностей детей от 3 года до 5 лет. Составлена с учётом требований Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012г., приказа Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629, с учетом санитарных норм, программы Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике». Тип программы – модифицированная.
Актуальность	Музыкально-ритмические занятия – это комплекс музыкальных упражнений и ритмических движений, которые способствуют развитию музыкального слуха, координации движений, двигательных умений и навыков. Принципы программы: Программа соответствует современным требованиям к образовательной программе. 1. Она имеет развивающий характер, ориентирована на общее и музыкальное развитие ребёнка в процессе овладения им музыкальной деятельностью. 2. В ней заложена возможность как групповой, так и развивающей индивидуальной и коррекционной работы с детьми. 3. В ней учтены идеи оздоровительного и развивающего компонента: принцип единства развивающей и оздоровительной работы с детьми. 4. Содержание программы ориентировано на создание психологического комфорта и эмоционального благополучия каждого ребёнка. 5. Программа оснащена практическими материалами и пособиями для индивидуальных и групповых занятий. Подвижные, пальчиковые и ролевые игры, звукоподражания и игра на детских шумовых инструментах, гимнастика под музыку и пение – необходимый вид деятельности для детей. В таких играх улучшается общее физическое развитие, укрепляется мышечный корсет, формируется осанка; формируются навыки вербального и невербального общения; развиваются навыки мелкой и крупной

	моторики.
Педагогическая целесообразность	1. Игра способствует воспитанию познавательных интересов и активизации деятельности воспитанников, помогает выработать танцевальные умения и навыки. 2. В игре происходит самореализация, она предполагает творческое начало. 3. Процесс игры облегчает процесс запоминания и освоения танцевальных упражнений дошкольниками. 4. Применяемые игры и игровые упражнения обеспечивают заинтересованность малышей в восприятии изучаемого материала, привлекая их к овладению новой информацией, делая более доступными игровые задачи. 5. Игра всегда требует умственной и физической активности детей. 6. Игровые технологии позволяют воспитанникам легче воспринимать информативный материал.
Цель программы	Создание условий для раскрытия творческого потенциала, двигательной активности у детей через игровую ритмику и танец.
Задачи:	- Развивать двигательные качества и умения (ловкость, точность, гибкость и пластичность, правильную осанку, выносливость, умение ориентироваться в пространстве); - содействовать развитию чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой; -способствовать развитию опорно-двигательного аппарата; - способствовать развитию творческих способностей старших дошкольников через танцевальную и музыкально – ритмическую деятельность; - формировать дисциплинированность, выдержку.
Адресат программы	Дети в возрасте от 3 до 5 лет
Возрастные особенности детей	3-4 года Дети четвертого года жизни непосредственны и эмоциональны, любят музыку и с большой радостью откликаются на веселые и подвижные музыкальные произведения. В этом возрасте у детей наблюдаются индивидуальные различия в темпе психического и физического развития, что проявляется в овладении ими речью, движениями, а также в поведении. В процессе обучения формируется координация движений, решается основная задача – воспитание

	согласованности движений и музыки, развитие ритмичности. Осваивая гимнастические, танцевальные образные движения, дети учатся передавать контрастный характер музыки (марш, пляска), изменять движения в соответствии с частями произведения, различать силу звучания, изменения темпа. У детей формируется элементарная выразительность и ритмичность движений. 4-5 лет Для ребёнка 5 года жизни характерны избирательный подход к видам музыкальной деятельности. Он начинает более внимательно вслушиваться и способен замечать изменения средств музыкальной выразительности, на элементарном уровне может осознавать необходимость этих изменений, что говорит о дальнейшем развитии его музыкального мышления. Дальнейшее физическое развитие, которое продолжается на пятом году жизни, изменяет ребёнка внешне: он становится более стройным, пропорционально сложенным и в области музыкально – ритмических движений у него появляются новые возможности: движения под музыку выполняются гораздо осознаннее, ребёнок способен менять их самостоятельно в связи изменением характера, ритма, темпа, динамики, регистра звучания 2-3 частного произведения. Ребёнку удаются довольно сложные движения, построенные на чередовании или одновременным действием руками и ногами; танцевальные шаги и движения он может начинать с правой ноги (после показа и указаний взрослого), повышается качество исполнения движений. Вместе с тем, возможности 4-5 летних детей в музыкально – ритмической деятельности по – прежнему остаются сравнительно небольшими: лёгкость движений относительна; синхронность движений в паре, в подгруппе у многих вызывает затруднения; выразительность движений недостаточна. Хотя условно – рефлексорные связи при обучении детей данного возраста музыкально – ритмическим движениям закладываются легко (после 2-4 повторений со словесным подкреплением), но устойчивость они приобретают лишь после 25-30 повторений и не всегда отличаются прочностью: длительность игры и пляски непродолжительна, т.к. у ребёнка пока ещё возбуждение преобладает над торможением.
Отличительные	Ядром программы является положение о том, что

особенности программы	наилучшей для музыкального развития и обучения малышей является среда, где дети, родители активно участвуют в деятельности. Обеспеченность практическим материалом (аудио, видео) позволяет целенаправленно заниматься комплексным музыкальным и общим развитием ребёнка не только на занятиях, но использоваться в семье (родителями). Знакомство с элементами партерной гимнастики.
Уровень	стартовый
Срок освоения программы	1 год
Формы обучения	Очная
Режим занятий	Занятия проводятся в групповой форме 2 раза в неделю в первой половине дня. вторник, четверг – 2,4 неделя – 11.10; 1,3 неделя – 15.10.
Особенности организации образовательного процесса	Занятия проводятся только групповые. Количество детей в группе от 12 человек, но не более 30 человек.
Планируемые результаты	3 – 4 года: Умение исполнять знакомые движения в различных игровых ситуациях, под другую музыку. Способность передавать в пластике музыкальный образ, используя разные виды движений; самостоятельно находить свободное место в зале, перестраиваться в круг. Эмоциональная отзывчивость на музыку, желание двигаться в соответствии с ее характером. Умение двигаться по одному, парами, врассыпную, друг за другом. Исполнение основных движений под музыку, изменение их в зависимости от смены музыкальных образов, темпа, регистровой окраски (ходьба, бег, прямой галоп, топающий шаг). Освоение несложных танцевальных элементов по одному (по показу и самостоятельно) и в парах («пружинки», «прыжки», «носочек», «пяточка», «притопы», «топотушки», движение руками). 4 – 5 лет: Умение вслушиваться в мелодию, запоминать ее, двигаться в соответствии с характером музыки. Качественное выполнение основных движений: культура движения, пластика, музыкальность (ходьба, бег, подскоки, высокий шаг, топающий шаг, прямой галоп), точность и правильность исполнения движений в

	танцевальных композициях. Умение выполнять танцевальные движения: простые, сложные (сложнопараллельные и сложнопоследовательные). Дети научатся: • эмоционально и правильно исполнять несложные танцевальные композиции и виды танцев, соответствующие программе • исполнять детские песенки с изученными танцевальными элементами • выполнять построения и перестроения, усложненные различными видами ходьбы и исполнением различных движений • работать с реквизитом в танце • внимательно слушать педагога и четко выполнять его рекомендации • работать коллективно, слаженно
Форма подведения итогов	• Открытые занятия • Видео и фотоматериалы с занятий (группа ВК)
Материально-техническое обеспечение	Реализация программы предполагает работу в просторном помещении, с хорошей вентиляцией и освещением, возможностью использовать звуковоспроизводящую технику (музыкальный центр, компьютер) и мультимедийный проектор. Для проведения занятий используются: <i>Музыкальные инструменты:</i> колокольчики, бубны, маракасы, деревянные ложки, погремушки, музыкальные молоточки, clavesы (деревянные палочки), барабаны. <i>Гимнастическое оборудование:</i> гимнастические палки, обручи, мячи средних размеров резиновые, массажные мячи, шнур яркий длиной 3-4 метра, цветы небольшие нежных оттенков. <i>Игровое оборудование:</i> куклы би-ба-бо (петрушечные), сюжетные игрушки. <i>Дополнительная оборудование и атрибутика:</i> цветные платочки, мишура, тазики, сюжетные картинки, ленты, султанчики, флажки, «сюжетные» шапочки (колпачки)/детали (хвосты, уши, крылья...) Предлагаемый материал дает возможность проводить занятия в интересной, увлекательной форме.
Информационное обеспечение	Аудио, фото, интернет источники

2. Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Сентябрь. Прогулка	6	1	5	наблюдение, беседа, практическая работа
2	Октябрь. Осень с белочкой, с ёжиком.	7	1	6	беседа, практическая работа
3	Ноябрь. Магазин игрушек.	7	1	6	беседа, практическая работа
4.	Декабрь. Зима.	7	1	6	наблюдение, беседа, практическая работа
5.	Январь. Маша и Снеговик.	6	1	5	беседа, практическая работа
6.	Февраль. Мышиная семейка.	7	1	6	беседа, практическая работа
7.	Март. Весна и птичий двор.	7	1	6	беседа, практическая работа
8.	Апрель. Насекомые.	8	1	7	наблюдение, беседа, практическая работа
	Итоговое занятие «Развиваемся, играя»	1	0	1	Совместная деятельность детей и родителей
		56	8	48	

3.Содержание программы

№	Тема	Вид деятельности	Содержание
1.	«Прогулка»	ОРУ	Приветствие, включение в занятия. Обучать детей вставать в хоровод, ходить в приседе.
		Элементы партерной гимнастики.	Научиться выполнять упражнение «складка», сидя на ковриках.
		Игра на муз. инструментах.	Учить правильно держать деревянные ложки, ритмично стучать.
		Танцевальные движения и композиции.	Выполнять упражнение с ленточками, с игрушкой; обучать приставному шагу в правую и левую стороны. Обучать ориентироваться в пространстве.
2.	«Осень с белочкой и ёжиком»	ОРУ	Приветствие, включение в занятия. Упражнять детей в ходьбе (на носочках, на пятках, высоко поднимая ноги); в легком беге (высоко поднимая колени, закидывая ноги назад). Обучать выполнять боковой галоп в правую и левую стороны.
		Элементы партерной гимнастики	Познакомить упражнение «ёжики» (обхватить колени руками, качаться боком).
		Игра на муз. инструментах.	Обучать игре на барабане, бубне (правильное звукоизвлечение)
		Танцевальные движения и композиции	Продолжать обучать ориентироваться в пространстве. Разучивать танцевальные движения с листочками.
3.	«Магазин игрушек»	ОРУ	Приветствие, включение в занятия. Продолжать обучение ходить (маршировать) по кругу, не перегонять друг друга. Обучать двигаться врассыпную по залу(не наталкиваясь друг на друга), находить свое место. Познакомить с упражнением «саночки» (с гимнастическими палочками). Научить выполнять упражнение с кубиками.
		Элементы партерной гимнастики	Продолжать выполнять упражнение «складка». Познакомить с упражнением «карандаши».
		Игра на муз инструментах.	Упражнять в игре на клавесы.
		Танцевальные движения и композиции	Продолжать разучивать боковой галоп в правую и левую стороны. Разучить подскок.
4.	«Зима»	ОРУ	Приветствие, включение в занятия. Обучать упражнениям с гимнастической палкой, с султанчиками.
		Элементы партерной	Продолжать выполнять упражнение «ёжики».

		гимнастики	Упражнять в закреплении упражнения «карандаши». Закрепить упражнение «складка».
		Игра на муз. инструментах.	Продолжать играть на деревянных ложках, бубнах. Познакомить с игрой на колокольчиках.
		Танцевальные движения и композиции	Закреплять сужение и расширение круга (игра «Пузырь»).
5.	«Маша и снеговик»	ОРУ	Обучать детей соотносить движения с текстом. Разучивание движений танца с султанчиками.
		Элементы партерной гимнастики	Приветствие, включение в занятия. Обучать чередованию легкого бега с остановками (на остановках говорим «хлоп-хлоп» - хлопаем; «динь-динь» - трясем руками).
		Игра на муз. инструментах.	Научить выполнять упражнение «широкая складка»
		Танцевальные движения и композиции	Закреплять игру на клавиесах.
6.	«Мышиная семейка»	ОРУ	Разучивать танцевальные движения по тексту песни (выставляя ноги на пяточку, хлопать в ладоши и топать ногой одновременно), двигаться парами врассыпную. Разучивание движений танца «Гномики» (с новогодними колпачками)
		Элементы партерной гимнастики	Приветствие, включение в занятия. Разучить упражнение с флажками. Упражнять в ходьбе на носочках, пяточках, высоко поднимать ноги, выполнять повороты туловища вправо, влево, стоя на месте.
		Игра на муз инструментах.	Повторить ранее разученные упражнения («складка», «широкая складка», «ёжики»)
		Танцевальные движения и композиции	Закреплять игру на музыкальных инструментах (бубен, барабан, клавиесы, деревянные ложки)
7.	«Весна и птичий двор»	ОРУ	Разучивание движений танца «Большая стирка» (с тазиками)
		Элементы партерной гимнастики	Приветствие, включение в занятия. Выполнение упражнений с бубнами: - бубен превращается в руль - бубен превращается в шляпку - марш с бубном. Обучать ходить по полосе, по кружочкам, не перегоняя друг друга. Закрепить ходьбу в присяде.
		Игра на муз. инструментах.	Закрепить ранее разученные упражнения.
		Танцевальные	Познакомить с игрой на металлофоне и треугольнике.
			Закреплять умение водить хоровод,

		движения и композиции	поддерживать круг; умение сужать и расширять его.
8.	«Насекомые»	ОРУ	Приветствие, включение в занятия. Обучать ходьбе от одной стены к другой, спиной вперед, а потом (повернувшись) бежать по прямой; подпрыгивать на одной ноге.
		Элементы партерной гимнастики	Познакомить с упражнениями: «стрекоза», «майский жук», «стрекоза», «бабочка», «гусеница», при этом держа спину ровно, прямо.
		Игра на муз. инструментах.	Закреплять умение игры на музыкальных инструментах.
		Танцевальные движения и композиции	Закрепляем и совершенствуем умения выполнять движения партерной гимнастики.
9.	Итоговое занятие	«Развиваемся играя»	Совместная деятельность детей и родителей.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.10	31.05	28	56	2 раза в неделю, продолжительность занятий не более 25 минут

4.Методическое обеспечение программы

Структурный элемент раздела	Содержание
Методы обучения	Игровой, словесный, наглядный, практический.
Формы организации образовательного процесса	Групповая
Формы организации занятия	Игровая (различные виды игр)
Педагогические технологии	Технология игровой деятельности Технология группового и индивидуального обучения Технология игровой деятельности Технология развивающего обучения
Методические материалы	• картотека пальчиковых игр, партерной гимнастики; • комплекс ОРУ; • картотека танцевальных движений; • алгоритмы игры на музыкальных инструментах; • музыкальная фонотека.
Структура занятия (построение)	Подготовительная часть (до 3 минут) <i>Цель раздела:</i> собрать внимание детей и настроить их на занятие, скоординировать движения. <i>Содержание раздела:</i> песенки-приветствия, песенки-разминки Основная часть (до 20 минут) <i>Цель раздела:</i> развитие основных двигательных и речевых умений в музыкально-ритмической деятельности, развитие музыкальных способностей (музыкальный слух, чувство ритма), координации речи, пения и движений (под музыкальное сопровождение и без него), развитие коммуникативных навыков. <i>Содержание раздела:</i> - пальчиковые и жестовые игры - хороводные игры - с подражательными движениями - танцевальные движения - игра на музыкальных инструментах - партерная гимнастика Заключительная часть (до 3 минут) <i>Цель раздела:</i> Подведение итогов занятия. Формирование спокойного психоэмоционального состояния. Используются песенки-прощания, а также проводятся релаксационные упражнения и игры. <i>Содержание раздела:</i> заключительные упражнения, песенки-прощания

Этапы работы с репертуаром на занятиях для детей 3-5 года

На первом занятии:

1. Знакомим детей с действиями игры и/или ее сюжетом
 - используем наглядные и словесные методы;
 - при знакомстве с действием сначала показываем движение сами (на игрушке или с предметом).
2. Знакомим детей с текстом игры:
 - читаем, как стихотворение или поем;
 - побуждаем детей к повторению движений.
3. Проводим игру под фонограмму (один раз)

На следующих занятиях:

1. Напоминаем детям сюжет и основные действия игры.
2. Повторим игру, показывая движения в удобном для детей темпе (без фонограммы)
3. Проводим игру под фонограмму (один-два раза)

Постепенно следует добиваться:

1. Самостоятельности выполнения движений.
2. Ритмичного выполнения движений.
3. Умения слышать текст песенки или смену музыкального раздела и менять движения в соответствии с текстом-подсказки (музыкой).
4. Подпевания во время выполнения игры.

5.Список литературы

1. Буренина А.И. «Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике». - 2-е изд., испр. и доп. — СПб.: ЛОИРО, 2000.
2. Галиченко И.Г. Танцуем, играем, всех приглашаем: музыкальные праздники в детском саду.— Ярославль: Академия развития, 2007.
3. Железнов С. Методика «Музыка с мамой» Сергей и Екатерина Железновы.
4. Каплунова И., Новоскольцева И. «Этот удивительный ритм» изд. «Композитор» Санкт – Петербург 2007г.
5. Сауко Т.Н., Буренина А.И. «Топ-хлоп, малыши»: программа музыкально-ритмического воспитания детей 2-3 лет. – СПб., 2001.
6. Суворова Т. И. Танцевальная ритмика для детей: Учеб. пособие. Вып.1,2,3,4,5. — СПб. «Музыкальная палитра», 2005.

02 ОКТЯБРЬ 3 – 5 лет

В занятия можно включать разучивание танцев и игр к осеннему празднику.

Кол-во часов	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
2	«В гостях у Белочки» «Осенняя прогулка». <i>Знакомить детей с осенними явлениями. Дождик и лужи. И подготовка к зиме.</i> Сегодня мы отправимся в гости к белочке. Посмотрим: как она живет и что делает осенью. Идем по тропинке, под ветками, а теперь побежали.	01 Все на ножки	Приветствие, начало занятия.	Картинка: белочка
		02 Идем гулять по дорожке	Упражнения в ходьбе. На носочках, на пятках и высоко поднимая ноги.	
		03 Ветки	Учить ходить в приседе.	
	Пришли мы в осенний лес и нас встречает белочка. (картинка). Как белочка прыгает? Белочка не скушает орешки на зиму собирает. Будем бегать и собирать орешки (понарошку). Набрали орехов, сложим в корзинку.	09 Прыжки на месте	Учить красиво подпрыгивать на месте, не сильно сгибать ноги, тянуть носки. 1ч – подпрыгиваем. 2ч прыжки ноги в стороны-ноги вместе.	грецкие орехи
		04 Бег	Легкий бег или другие варианты бега: высоко поднимая колени, закидывая ноги назад и т.д. Или бег с заданием приседанием. При остановке музыки сказать орешки, надо присесть «взять» орех.	
		10 Зарядка с орешками Хорошо сочетать ритм – стучим орешками и движение.	Крупные грецкие орешки 1к - стучим ритмично и шагаем на месте (идем за орехами) (8р.) - стучим над головой (8р.) И - стучим справа (4р.) и с лева (4р.). 2к – Стучим спереди и за спиной (16р.) - держим рядом, ноги прыжком на ш.п. поднимаем вверх и выполняя наклон, опускаем вниз (наберем в корзинку) 3к. - руки в стороны, повороты туловища (где еще орешки) (8р.) - руки к плечам, наклоны в стороны (4р.) 4к. - присели ударили по полу 2 раза, встали ударили над головой 2 раза	
	Белочка дождя боится? Куда она прячется? В домик. Как домик у белочки называется? Дупло. <i>На 1 занятии играем. На 2 занятии разучиваем танец</i> Мы возьмем султанчики-дождевики и тоже будем капать. Как дождик. А что после дождика бывает? Лужи Высохли лужи – убрали.	11 Дождик	Бегаем по кругу от дождика – это султанчики синие.	Султанчики-дождевики по 2 шт. на ребенка
		12 Игра солнышко и дождик	Солнечно – танцуем, хлопаем. От дождя убежали на стульчики – в домик.	
		13 Кап-кап, тук-тук	Танец с султанчиками. Учить выполнять ритмично движения танца. - «капаем» перед собой. На припев кружимся. - «капаем» вправо и влево. - бегаем и «капаем» везде.	Лужи (вырезаны из синего коврика для йоги)
		14 Лужи. перепрыгивание	Разложить «лужи» по кругу. Учить не спеша перепрыгивать. 1. Подойти, 2. Приготовится, 3. Перепрыгнуть.	

	На ковриках. Набегались, напрыгались по лужам, отправимся к белочке домой. Как дом называется? Не будем скучать, будем мяч катать	21-23 Гимнастика с мячом	Легкая растяжка. Учить взаимодействовать с предметом, не терять. 1 и 2 упражнения.	Мячи по 1 на ребенка
	Задумала белочка сделать ремонт. Молоток приготовила и стучит.	24 Туки-ток Молоток.	Стучим молоточком правой рукой, переложили, левой рукой, одной ногой, другой ногой. Двумя ногами и молоточком.	Молоточки
		25 Ремонт (Музыкальная карусель)	Под быструю музыку бегаем по залу, ищем, что починить. Под ритмичную присели и забиваем гвоздики.	
	Отлично мы занимались. В гости к белочке ходили. От дождика прятались. Орешки собирали. Теперь будем кататься.	27 Катаемся как колбаски	Разложить полосой коврики вытянуть руки вверх, ноги ровные и вместе. Катиться по прямой дорожке. Стараться держать руки и ноги ровными, длинными и вместе.	
	Занятие закончилось. До встречи.	30 Мы урок отзанимались	Хоровод на заключение занятия.	
2	«В гостях у Ежика» «Осенняя прогулка». Знакомить детей с осенними явлениями. Разноцветные листья. Сегодня отправимся в гости к Ежику. Посмотрим: как она живет и что делает осенью. Пришли мы в осенний лес. Как тут красиво. Что случилось с листочками на деревьях? Они стали разноцветные. Мы листочки соберем танцевать с ними начнем. Полетели листочки.	01 Все на ножки	Песенка приветствие.	Разноцветные листья
		05 Зашагали ножки весело по кругу	Разучивание композиции. Чередование шагов, бега с остановкой и движениями. По тексту песни.	
		Логоритмика с листочками	Листья желтые танцуют. С веток падают, летят. <i>(качаем листочками вверх)</i> Эту сказку золотую называют – листопад. <i>(качаем листочками вниз)</i> Листик в ручки я поймаю, подарю любимой маме. <i>(показ 1 рука, и другая)</i> Осень листопадная самая нарядная <i>(крутим впереди, вверх, через стороны вниз)</i>	
			Листик в ручки я поймаю, подарю любимой маме. <i>(показ 1 рука, и другая)</i> Осень листопадная самая нарядная <i>(крутим впереди, вверх, через стороны вниз)</i>	
	Заигрались мы с листочками, а где же наш ежик? Ребята кто знает как ежик выглядит? Что у него есть? Иголки, ножки, носик и т.д. Рассмотреть. Ребята нигде нет Ежика. Он наверно от дождя прячется. Как дождик капает?	06 Танец-упражнение с листочками/07	Плавное упражнение На 2 занятия	Картинка Ежик Султанчики для танца и лужи
		08 Листочки самолетики	Бег и игра-упражнение. Движение по словам песни	
		13 Кап-кап, тук-тук	Танец с султанчиками. Учить выполнять ритмично движения танца.	
		14 Лужи. перепрыгивание	Можно разложить лужи по кругу, а можно по прямой и придумать новые способы перепрыгивания: 1. Просто перепрыгивать. Говорим деткам, прыгаем так, чтобы ножки не намочить. Подойшли к луже, присели чуть-чуть и перепрыгнули. 2. Есть лужи и сухие кочки-кружочки. В кружок прыгаем ноги вместе, а где лужа, ноги в стороны, чтоб не намочить. 3. Прыгаем на двух ногах в бок. Стопы не разворачиваем, не спешим, на месте не топчемся. 4. Так же, как и в 3 варианте - разложим лесенку и лужи, только прыгать будем из квадрата лицом вперед, потом в сторону, потом спиной в квадратик. Т.е вдоль лесенки - стоять боком.	Канат
	Мостик перейдем к ежику в гости попадем.	17 Приставной шаг и отдых.	Канат лежит на полу, переходим мостик. Учить выполнять	Барабаны/

	И еще немножко поскачем	19 Галоп	приставной шаг, правой 1-2 раза и левой ногой 1-2 раза. Учить выполнять боковой галоп.	Клавесы
	На ковриках. В руки барабан возьмем, песенку про ежика споем.	20 С барабаном ходит ежик	На слова песни – стучим палочка по палочке. На слова бум-бум стучим двумя палочками по барабану, или клавесами по полу. Учить простукивать ритм и поддерживать смену движений.	Мяч
	Ежик тоже любит в мяч играть. Лапками его катать.	21-23 Гимнастика с мячом.	Продолжаем разучивать.	
	Отлично мы занимались. В гости к ежику ходили. С листиками играли, в барабан стучали. Теперь будем кататься как ежики	27 Катаемся как ежики	Разложить полосой коврики сесть на край на колени, обхватить колени руками, катиться боком: на спину на колени – это сложно для малышей. Пусть как получается – это интересно.	
	Занятие закончилось. До встречи.	30 Мы урок отзанимались	Хоровод на заключение занятия.	
2	«В гостях у Белочки» «Осенняя прогулка». Знакомить детей с осенними явлениями. Грибы Раз-два-три-четыре-пять с лес опять пойдем гулять. В лесу красиво все листочки разноцветные. Мы листочки соберем танцевать с ними начнем. А теперь мы поиграем и листочки все узнаем.	01 Все на ножки	Песенка приветствие.	Листья
		05 Зашагали ножки весело по кругу	Чередование шагов, бега с остановкой и движениями. По тексту песни.	
		06 Листочки красивые в руки возьмем/07	Плавное упражнение С листьями	
		08 Листочки самолетики	Игра-упражнение	
	Давайте возьмем корзинки и отправимся за грибами. Соберем грибов для белочки. Вот сколько грибов собрали. Отнесем белочки их для маленьких бельчат. Бельчата дома не скучают с орешками играют.	15 Танец-игра идем за грибами	Учить вставать свободно по залу и обходить только вокруг своей корзинки. Танец-упражнение развивает ориентировку в пространстве. <i>Грибы разложены на определенном участке зала, например, у дальней стены. 1ч. Дети с корзинами ходят по залу. 2ч. (со словами) поставили корзины, ходим вокруг них. 3ч остановились, руку как козырек поставили, ищем грибы. 4ч. Быстрая побежали и набираем себе в корзинки грибы.</i>	Корзины Грибочки деревянные
	На ковриках. Поиграли, сели отдохнуть. Слышим на улице дождь идет. Капельки капают. Любят бельчата и в мячик играть.	10 Можно повторить зарядку	Как делали с орешками, только взять грибочки, если они деревянные или опять орешки.	Бубны
		28 Капельки осенние	Знакомим детей с инструментом бубен. И с разными вариантами извлечения звука: трясем и ударяем. Учим правильно держать бубен.	Мяч
	Вышли наши бельчата гулять. Бегают, прыгают, веселятся. А как начинает дуть сильный ветер, сразу домой прячутся.	21-23 Гимнастика с мячом.		Маски и султанчики
		29 Белки и ветерок	Подготовить для игры маски бельчат и султанчики для ветра. Разделить на 2 подгруппы. Бельчата и ветерки. 2 раза и поменяться ролями. Учить различать музыкальные отрывки и действовать в рамках выбранной роли.	

	Занятие закончилось. До встречи.	30 Мы урок отзанимались	Хоровод на заключение занятия.	
1	«Осенняя ПРОГУЛКА». Закрепление материала. Мы сегодня не скучаем, на прогулку мы шагаем. Раз-два, раз-два в лес шагает детвора. Лес дремучий, низко ветки, не боятся наши детки.	01 Все на ножки	Песенка приветствие.	Корзинки Орешки, грибочки
		02 Идем по дорожке	Идем на носочках, на пятках и высоко поднимая ноги	
		03 Ветки	Учить ходить в приседе.	
	Для лесных друзей соберем орешки и грибочки.	04 Бег с заданием.	Бег с остановкой и приседанием. При остановке музыки взрослый говорит: грибочки/орешки. Дети приседают дотрагиваются до пола и потом бег возобновляется. Учить слушать музыку и быстро реагировать на остановку.	
	Сколько набрали – показать корзину с орешками и грибочками. Можем в них поиграть.	15 Танец-игра идем за грибами	Учить вставать свободно по залу и обходить только вокруг своей корзинки. Танец-упражнение развивает ориентировку в пространстве.	Барабаны, клавесы
		Игра с орешками и грибочками	Предметы разложены на полу. 4 ребенка собирают орешки, другие 4 грибочки.	
		Танцы и зарядки	Повторить, закрепить любимые танцы и упражнения. С листьями или дождинками	
	На ковриках. После прогулки моем ручки. И садимся на диван. Давайте вспомним, как мы на диване прыгали.	20 С барабаном ходит ежик	На слова песни – стучим палочка по палочке. На слова бум-бум стучим двумя палочками по барабану, или клавесами по полу. Учить простукивать ритм и поддерживать смену движений.	
	А дальше полетим на самолете	26 Самолет	И.п. сидя, ноги вытянуты вперед носки натянуты (это у самолета хвост, он ровный, красивый, и не ломается, т.к. железный) Руки разведены в стороны – это крылья. Очень крепкие, не гнуться. Сидим и считаем до 10. Самолет готов к старту. Полетели. Повороты туловища вправо-влево. Наклоны туловища вправо-влево. При наклоне вправо – поднимает левое крыло вверх, а правое опускается и наоборот.	Маски и султанчики
		29 Белки и ветерок	Игра на смену двух музыкальных отрывков. Делим детей на две подгруппы, сажаем в разных сторонах, чтобы не пересекались.	
	А теперь в любимую игру Ежат	27 Катаемся как ежики	Разложить полосой коврики сесть на край на колени, обхватить колени руками, катиться боком: на спину на колени – это сложно для малышей. Пусть как получается – это интересно.	
	Занятие закончилось. До встречи.	30 Мы урок отзанимались	Хоровод на заключение занятия.	

03 НОЯБРЬ 3 – 5 лет

В занятия можно включать разучивание танцев к Новому году. А если появится снег, то и зимнюю тему можно брать.

Кол-во часов	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
2	«Магазин игрушек» 1. На полу коврики: по кругу или в рассыпную. Ребята, сегодня мы отправимся магазин с игрушками. Пешком идти хорошо, а на поезде лучше. В магазине все игрушки расставлены на полочки и на подставочки. Встанем на коврики. Когда играет музыка игрушки оживают и могут двигаться. А как музыка заканчивается вновь становятся игрушками на подставочках и не двигаются.	01 Идем в магазин. Музыка для ходьбы	Марш друг за другом, по кругу. Учить не перегонять друг друга	Коврики
		02 Поезд или паровоз	Упражнение в ходьбе. На носочках и на пяточках. <i>Едет-едет паровоз, много-много в нем колес! Слышно даже за версту, из трубы его: "Ту-ту!" На носочках по рельсам едем. Весело взрослым и весело детям. А теперь тук-тук-тук, наших пяток слышен стук.</i>	
		03 Игра найди свое место.	Под музыку дети ходят/бегают/прыгают по залу. Как музыка закончилась встают на свои коврики. Учимся двигаться в рассыпную по залу не наталкиваясь друг на друга, находить свое место.	
	2. Какие игрушки вы знаете? Какие у Вас самые любимы? Как могут двигаться Ваши игрушки? <i>В занятие хорошо включать игрушки, о которых говорили дети.</i> В первом отделе игрушки: Слоны. В другом – конструкторы, можно построить самолет. В третьем отделе на полочке игрушки пони. После каждого упражнения встаем на подставочки, как игрушки в магазине. Пони шагали – а теперь поскакали. А в этом разделе интересные игрушки – Буратино.	07 Слоны. Широкие шаги.	Он огромен и силен. Настоящий серый слон. По дороге шагает, широкими шагами.	Картинки игрушек: слон, самолет, пони, Буратино
		14 Самолет Логоритмика и бег По окончании стихотворения бег - полетели	Движение по словам стихотворения: <i>Я построю самолет, шлем одену и в полет. Самолет мой загудел, самолет мой полетел. Я хочу на самолете полететь-полететь. И на город свой в полете посмотреть-посмотреть Облечу весь шар земной, а потом вернусь домой.</i>	
		09 Пони Ходьба на месте с высоким подниманием колен.	Пони ходят не спеша, гривой шелковой шурша, Потому что пони – Малыши-тихони! Высоко колени поднимать не лень. Готовы они скакать целый день.	
		10 Галоп Музыка для галопа	Скачем по кругу, в правую сторону, а потом в левую сторону. Разучиваем боковой галоп.	
		09 Танец Буратино	1 куплет. И.п. ноги на ш.п. колени чуть согнуты, руки на бедрах. - Качаем головой, встаем поднимаем руки вверх направо, машем кистями. - и.п. качаем головой, встаем поднимаем руки вверх налево,	
				Бубны

			машем кистями. - и.п. качаем головой. Прыжком ноги вместе разводим руки в стороны. - бу. Подпрыгнули вверх, пританцовываем, крутим хвостом И т.д. на каждый слог. В заключении машем руками наверху.	Кубики пластмассовые легкие, не острые, не большие.
	2. Садимся на коврики. Отдел шумовых инструментов А тут в магазине кубики есть.	21 Капельки осенние	Закрепляем игру. Учим правильно держать бубен.	Гимнастические палочки
		Упражнения с кубиками 22 кубики катаются 23 дружные кубики 24 прыжки сидя 24 кубики летают	1. Складка. Кубики двигаются по полу. Стучат за спиной, полукруг, стучат перед стопами или возле стоп по бокам. 2. Сидя, подняли ногу, ударили под ногой кубик о кубик. 3. Положить кубики перед собой и ноги перепрыгивают кубики. 4. и.п. на животе. Поднять нос, и кубики в руках полетели назад.	
	У нас есть время поиграть. Во что вы хотите?	Повторение игр	Можно повторить знакомую игру, или устроить полосу препятствий.	
	Отправимся обратно тоже на паровозе. Паровоз с палочками	39 Паровоз с палочками	Двое детей берутся за края палочек. И встают таким образом, чтобы они смотрели в одну сторону. Один везет, он паровоз, другой едет, он вагончик. Двигаемся по кругу. Пары друг за другом. Медленно-быстро-медленно. Не обгонять. Если детей много, то самых робких и самых озорных можно оставить на скамеечке, чтобы они посмотрели. И провести игру 2 раза.	
1	«Магазин игрушек» 1. На полу разложены коврики: по кругу. Идем, дальше поедem на поезде. Бежим скорее.	01 Идем в магазин. Марш	Учимся маршировать.	Коврики Картинки: Конь, Энгри Бердс, Крош
		02 Поезд или паровоз	Упражнения в ходьбе – паровозик. Учимся идти друг за другом.	
		04 Бег	Учить бегать друг за другом, не перегонять.	
	В магазине все игрушки расставлены на полочки и на свои подставочки. Встанем на коврики. Посмотрите на картинку, узнали кто это? А эта игрушка Вам знакома? - Крош <i>ОН веселый озорник, сидеть на месте не привык. Что он задумал – не поймёшь, потому что, это – Крош!</i> Отправимся в отдел с конструкторами, пора самолет строить. В следующем отделе на полочке Конь – совсем	03 Игра найди свое место.	Под музыку дети ходят/бегают/прыгают по залу. Как музыка закончилась встают на свои коврики.	
		08 Энгри Бердс Ходьба в присяде	<i>Angry Birds совсем не злые, очень уж они смешные, Знают все на свете дети - Озорные птицы эти. Зашагали вперед вприсядку – такая у них зарядка.</i>	
		15 Крош - заяц	Разные варианты прыжков: на месте/ноги врозь и вместе/с поворотом	
		14 Самолет	Движение по словам стихотворения. По окончанию бег	
		09 Конь	Разучиваем подскок.	

	как настоящий.		<i>Цок-цок, конь лихой, с настоящей головой. С настоящей гривой. Вот какой красивый.</i>	Кубики
	Кубики новые. Сегодня с кубиками разучим целый танец.	19 А кубик тук-тук	Танец-упражнение с кубиками. Разучиваем. Учить ритмично выполнять движения танца.	
	2. Садимся на коврики. Покатались кубики вперед-назад. А теперь наши кубики дружные, под ногой встречаются.	Упражнения с кубиками 22 кубики катаются 23 дружные кубики 24 прыжки сидя 24 кубики летают	1. Складка. Кубики двигаются по полу. Стучат за спиной, полукруг, стучат перед стопами или возле стоп по бокам. 2. Сидя, подняли ногу, ударили под ногой кубик о кубик. 3. Положить кубики перед собой и ноги перепрыгивают кубики. 4. и.п. на животе. Поднять нос, и кубики в руках полетели назад.	
	Давайте играть. Большой пузырь надувать.	36 Пузырь.	1ч. Маленький круг, дуем на кулачки, расходимся, крепко держимся за ручки, потом «хлоп» - лопнул и брызги полетели.	
	Упали брызги и высохли	37 Медленная музыка	После бега лечь на пол немного полежать – высохли брызги.	
2	«Магазин игрушек» Идем в магазин. А теперь как солдатики будем шагать. Остановились. Какой интересный отдел. Тут Роботы и заводные игрушки. Вы знаете, что такое заводные игрушки? И как Пони мы поскакали.	01 Марш	Маршируем по кругу.	Картинка – кукла Барби-балерина.
		18 Солдатики	Руки ровные, прижаты по бокам. Шагать, поднимать прямые ноги.	
		Робот Логоритмика	Стоит робот на дороге, у него не гнутся ноги, <i>(стоим ровно – руки слегка в стороны, прямые, ноги на ширине плеч, крепкие, раскачиваемся из стороны в сторону)</i> Может он махать руками, может он моргать глазами, Может головой кивать, раз, два, три, четыре, пять. <i>(по тексту)</i>	
		16 Заводные игрушки	Зарядка или танец. Любые движения зарядки под ритмичную музыку.	
		10 Пони	Галоп или подскок, повторяем, тренируем.	
	Кукла Барби – балерина, посмотрите, как мила. Встанет на носочки, выпрямит спинку. Ручки на пояс, сделает пружинку.	13 Кукла Барби	И.п. ноги вместе. встать на носки, опуститься. И.п. пятки вместе носки врозь – встать и опуститься И.п. стоя, руки на пояс. Медленно присесть. Колени в стороны, спина прямая	Кубики
		06 Буратино	Бег забрасывая ноги назад.	
	Эй, дружок, не зевай. Кубики красивые выбирай.	19 Танец-упражнение с кубиками (1 занятие)	Продолжаем разучивать. Учить ритмично выполнять движения танца.	Клавесы
	2. Садимся на коврики.	Упражнения с кубиками 22 кубики катаются 23 дружные кубики	1. Складка. Кубики двигаются по полу. Стучат за спиной, полукруг, стучат перед стопами или возле стоп по бокам. 2. Сидя, подняли ногу, ударили под ногой кубик о кубик.	

		24 прыжки сидя 24 кубики летают	3. Положить кубики перед собой и ноги перепрыгивают кубики. 4. и.п. на животе. Поднять нос, и кубики в руках полетели назад.	Гимнастические палочки
		25 Найди меня (2 занятие)	1ч поочередно ударяем палочками по полу – шагаем. 2ч спрятали за спину, 3ч. Ударяем по полу двумя одновременно – прыгаем.	
	Давайте играть. Большой пузырь надувать.	36 Пузырь	Учить быстро становиться в круг. Сужать и расширять круг. Крепко держаться за руки	
	Упали брызги и высохли	37 Высохли брызги	Расслабление после активной игры.	
	Отправляемся домой тоже на паровозике	39 Паровоз	Дети встают парами и держаться за палочки. Один ребенок впереди, другой позади. Учить двигаться по кругу, друг за другом и соблюдать скорость, соотносить свои движения с движением друга.	
2	«Магазин игрушек» Раз-два-три-четыре-пять в магазин идем опять. Ой, паровоз поломался и едет задом наперед. Мы вновь в отделе с роботами и заводными игрушками. Теперь отдел для девочек. Куклы Барби.	03 Идем в магазин. Марш	Учимся маршировать.	Коврики Карточки для всех игрушек для игры
		17 Ходьба спиной и бег по прямой	Лучше двигаться по прямой. Идем спиной к дальней стенке зала и на 2ч. Бежим вперед.	
		Робот Логоритмика	Учить двигать определенной частью тела, когда другие части тела не двигаются.	
		16 Заводные игрушки	Зарядка или танец. Любые движения зарядки под ритмичную музыку.	
		13 Кукла Барби	И.п. ноги вместе. 1-4 встать на носки, 1-4 опуститься. И.п. пятки вместе носки врозь – встать и опуститься И.п. стоя, руки на пояс. Медленно присесть. Колени в стороны, спина прямая	
		1 вариант Повторение	Повторение и закрепление разученных ранее упражнений. Работа над сложными.	
		2 вариант Большая игра: «Магазин»	Подготовить карточки с изображением всех игрушек. <i>Динь-динь, динь-динь, открываем магазин!</i> <i>Заходите, заходите, выбирайте, что хотите.</i> Ведущий тянет карточку, и показывает движение, и все вместе выполняют упражнение, той игрушки, что изображена на карточке. Далее ведущим становится тот, кто лучше выполнил упражнение.	

	2. И еще один отдел. Там самолеты есть. Но это не конструкторы, а игрушки. Разные большие и маленькие. Легкие и железные. А у Вас какой самолет? Летим на детскую площадку	20 Самолет	И.п. сидя, ноги вытянуты вперед носки натянуты (это у самолета хвост, он ровный, красивый, и не ломается, т.к. железный) Руки разведены в стороны – это крылья. Очень крепкие, не гнуться. Сидим и считаем до 10. Самолет готов к старту. Полетели. Повороты туловища вправо-влево. Наклоны туловища вправо-влево. При наклоне вправо – поднимает левое крыло вверх, а правое опускается и наоборот.	Гимнастические палочки
	На площадке есть лесенки			
	Тренажеры для силачей	29 Вверх по лесенке	Упражнения с гимнастической палочкой 29. и.п. сидя, ноги вперед, палочка вертикально. Ритмично руками поднимаемся вверх и опускаемся вниз (1-2 раза без музыки)	Кубики Клавесы Гимнастические палочки
	А теперь оп и поймали ножку	30 Силачи	30 Взяли как штанга. 1)Поднимаем и опускаем на ноги. 2) положили на плечи, посмотрели по сторонам – поворот туловища. 3) поднимаем вверх и опускаем на плечи.	
	У нас в отделе с шумовыми инструментами сегодня клавесы.	31 Поймали ножку	31 Руки сдвинули ближе к середине, поймали ногу, выпрямили, подержали, потянули вверх, опустили, тоже другую ногу. Две ноги ловим на полу, тянем к себе по полу, сгибаем колени и выпрямляем колени, ноги также на полу.	
		19 Кубик тук-тук (1 занятие)	Закрепляем движения танца	
		25 Найди меня (2 занятие)	Слушать музыку и слова. Выполнять четко и ритмично движения.	
	Поедем на веселом паровозе. Будем останавливаться на остановках. Слушайте внимательно	38 Паровоз с остановками	На остановках движение по тексту.	
	Давайте играть. Большой пузырь надувать.	36 Пузырь.	1ч. Маленький круг, дуем на кулачки, расходимся, крепко держимся за ручки, потом «хлоп» - лопнул и брызги полетели.	
	Упали брызги и высохли	37 Медленная музыка	После бега лечь на пол немного полежать – высохли брызги.	

ДЕКАБРЬ 3 – 5лет

Дополняем занятия зимней темой: снежинки, санки, снежки, снеговик, танцы-согревалочки, и готовимся к празднику НГ.

Кол-во часов	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
2	«Зима». Подготовка к НГ 1. Какие красивые горошинки сегодня у нас на занятии. В руки мячики возьмем и стучать ими начнем. Вот как весело разлетелись горошки. Соберем их в корзинку.	01 На носок, каблучками топнем	Хоровод – приветствие. Разучиваем под слова и один раз с музыкой.	Мячики для сухого бассейна. Корзина для мячиков.
		02 Горошинки цветные.	Упражнения в ходьбе. Ритмично стучим. Стучим и шагаем. Подняли вверх и идем на носочках. Остановились стучим над головой. Спрятали за спинку, шагаем на пяточках. Бегаем. Собрались в маленький кружок и подбросили мячики вверх.	
		03 Собираем мячики		
	Танцы к празднику или к выступлению Снежинки – белые пушинки, танцуют, веселятся. Играют и резвятся. Зимой тоже можно встретить зайчиков в лесу. Эй, зайчата, просыпайтесь. Поскорее собирайтесь. И медвежата – веселые ребята. Идут и танцуют. Не спится им, Новый год ждут.	05 Вьюга в белом платье	Разучиваем песенку под счет и под рассказ педагога про вьюгу и о снежинках-балеринках. Без ленточек. На 2 занятия под счет и под музыку.	
		10 Танец зайчат для сказки	Танцуем все вместе. Учить передавать образы в танце. - Скачем на месте – вступление. - (1-2-3-4) руки вперед раскрываем пальчики, качаем руками вправо-влево. - 1к. «отряхиваем снег» с плеч, с грудки. - (джей...) прыгаем на месте или вперед 3 р.-назад 3. - (1-2-3-4) руки вперед раскрываем пальчики, качаем руками вправо-влево.	
		11 Медвежата идут вперевалочку	Ходьба на внешней стороне ступней.	
		12 Танец медвежат	Учить ритмично выполнять движения. - топаем правой ногой 8 раз. - топаем левой ногой 8 раз. - медленно кружимся вперевалочку на 16 счетов. - выполняем легкий присед и нога на пятку. - в заключении руки на пояс, правой ногой три раз топнем и поднять правую руку вверх	
	Хорошо танцевали, а теперь как лошадки поскакали.	04 Прямой галоп. Музыка для галопа	Учимся выполнять движение - галоп.	Гимнастические палочки Клавесы
	2. Сели на коврики, играть с палочкой	30 Вверх по лесенке 31 Силачи 32 Поймали ножку	Упражнения с гимнастической палочкой Учить переставлять руки по очереди.	

		33 Найди меня	Слушать музыку и слова. Выполнять четко и ритмично движения.	
	Поедем на веселом паровозе. Будем останавливаться на остановках.	38 Паровоз с остановками	На остановках движение по тексту.	
	Отлично мы занимались. Теперь будем кататься.	34 Катаемся как колбаски	Разложить полосой коврики вытянуть руки вверх, ноги ровные и вместе. Катиться по прямой дорожке. Стараться держать руки и ноги ровными, длинными и вместе.	
2	«Зима». Подготовка к НГ 1. В руки мячики возьмем и стучать ими начнем. Вот как весело разлетелись горошки. Соберем их в корзинки по цветам.	01 На носок, каблучками топнем	Хоровод – приветствие.	Мячики для сухого бассейна.
		02 Горошинки цветные.	Упражнения в ходьбе. Ритмично стучим. Стучим и шагаем.	
		03 Собираем мячики		
	Будем танцевать – ручки согревать. И снежинки не хотят скучать, тоже хотят танцевать.	07 Согревалочка.	Танец. Холодно замерзли руки. Движение по тексту песни.	Корзина для мячиков. Снежные султанчики
		05 Вьюга в белом платье	Со снежными султанчиками. Продолжаем учить движения танца.	
	Танцы к сказке.	13 Мышата	Танцуем все вместе. Учить передавать образы в танце. - Выбегают мелкими шагами и часто перебирают «лапками» - прыжки ноги врозь ноги вместе - кружатся на месте мелкими шагами, и часто перебирают лапками - смотрят быстро по сторонам или качают головой.	
		12 Медвежата	Танцуем все вместе. Учить передавать образы в танце.	
	2. Сели отдыхать, сказку теремок играть	21 Сказка теремок	Можно брать начало и 2-3 героя. И продолжение на следующем занятии. Так постепенно выучить всю сказку.	Обручи
	На саночках будем кататься.	35 Саночки	Дети попарно берутся за обруч, один впереди – он везет, другой сзади – он катается. И под музыку спокойно ходят по кругу. Учимся сочетать свои движения друг с другом и учимся поддерживать круг, идем, не обгоняя другие пары.	Рукавички все разные пары
Ребята зимой гуляли, рукавички потеряли. Рукавички все разные, давайте найдем пары.	36 Игра. Найди пару.	Дать детям по одной в руки и предложить найти вторую. Вторые половинки лежат на полу.		
1	«Зима». Подготовка к НГ Будем танцевать – ручки согревать. И снежинки не хотят скучать, тоже хотят танцевать. Ветерок бывает тихий и сильный. И снежинки наши на тихом ветру тихо качаются, а на сильном как?	01 На носок, каблучками топнем	Хоровод – приветствие.	Султанчики
		07 Согревалочка.	Танец. Холодно замерзли руки. Разучиваем все 3 куплета.	
		05 Вьюга в белом платье	Со снежными султанчиками. Продолжаем учить движения танца.	
		06 Легкие и тяжелые руки	На плавную музыку качаем руками тихо, внизу. На громкую – сильно качаем, руки вверх взлетают.	

	Танцы к празднику	14 Бельчата	- Выбегают. 1к. Встают, руки на пояс или за юбочку. Легкая пружинка. - выставляют ножку на носок или на пятку и и.п. 2к. Крутят хвостиком. 3к. Прыгают.	Ложки деревянные Рукавички все разные пары Обручи
		Мышата, Зайчата, Мишки	Повторяем движения танцев	
	2. Сели отдыхать, сказку теремок играть	21 Сказка теремок	Можно брать начало и 2-3 героя. И продолжение на следующем занятии. Так постепенно выучить всю сказку.	
	Ложки в руки возьмем и играть начнем.	37 Ложки расписные	Шумовой оркестр к празднику Движение по тексту песни.	
	В конце занятия играть в игры, которые готовятся к празднику.	Передай предмет по кругу		
		36 Игра. Найди пару.	Дать детям по одной в руки и предложить найти вторую. Вторые половинки лежат на полу.	
	На саночках будем кататься.	35 Саночки	Учимся сочетать свои движения друг с другом и учимся поддерживать круг, идем, не обгоняя другие пары.	
2	«Зима». Подготовка к НГ .	02 Горошинки цветные.	Упражнения в ходьбе. Ритмично стучим. Стучим и шагаем. Подняли вверх и идем на носочках. Остановились стучим над головой. Спрятали за спинку, шагаем на пяточках. Бегаем. Собрались в маленький кружок и подбросили мячики вверх.	Мячики маленькие
		03 Собираем мячики		
		15 Упражнение со снежками	Катаем снежок в руках. Передаем снежок над головой из руки в руку. Побежали. Подбрасываем снежок.	Снежки
		16 Метание снежков	Играем в снежки	
	Ложки в руки возьмем и играть начнем. Услышали наш оркестр звери лесные и тоже захотели танцевать.	37 Ложки расписные	Шумовой оркестр к празднику	Ложки
		Зайцы, мишки, лисички и мышата	Распределить детей по подгруппам, раздать маски. Учить каждый свой танец. Остальных учить сидеть и ждать очереди	Маски
	2. Сели отдыхать, сказку теремок играть	21 Сказка теремок	Можно брать начало и 2-3 героя. И продолжение на следующем занятии. Так постепенно выучить всю сказку.	Рукавички
	В конце занятия играть в игры, которые готовятся к празднику.	Передай предмет по кругу		
		36 Игра. Найди пару.	Дать детям по одной в руки и предложить найти вторую. Вторые половинки лежат на полу.	

ЯНВАРЬ 3 – 5 лет

Можно повторить любые игры и танцы с праздника.

Кол-во часов	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
2	«Маша и снеговик» 1. Жила была девочка Маша. Вышла утром Маша в лес. А в лесу снега много. И пошла Маша гулять следы оставлять на носочках идет, следы маленькие. И на пяточках идет. Холодно на улице. Скучно Маше одной гулять. Где друзей зимой найти? Давайте лепить снеговика.... Снеговик готов. Ура! Теперь снеговики танцуют. Я Вам покажу, а вы танцуйте вместе со мной.	01 На носок, каблучками топнем	Хоровод – приветствие.	Картинка – снеговик
		02 Следы	Упражнения в ходьбе.	
		07 Согревалочка.	Танец. Холодно замерзли руки.	
		Логоритмика. Лепим мы снеговика.	Рассмотрели картинку снеговика. Какие три кома, нос морковка, ручки из веточки, шапка из ведра. Читаем стихотворение и показываем движение.	
		14 Танец снеговиков	Движение по тексту песенки. Учить выставлять ногу на пяточку. Учить хлопать и топать ногой одновременно.	
	А теперь. Варезки все в снегу. Надо побегать, и варезки отряхнуть. Как будем отряхивать? Вот так: хлоп-хлоп-хлоп. И потрясем руками: динь-динь-динь.	04 Бег с хлопками. Полька Кремена.	Бегаем и на остановках говорим хлоп-хлоп и хлопаем. И динь-динь и трясем руками. (2-3 раза)	Снежки среднего размера
	Давайте снежки лепить и играть	16 Упражнение со снежками	1-3 куплет	
		17 Игра в снежки	Разделить детей на две команды, поставить разделитель по середине зала и устроить перестрелку.	
	На ковриках. Испечем для снеговика пирожки. Из чего будем печь? Из снега. Можно включить музыку как фон.	21 Собираем снег	Широкая складка	
		Накрываем стол	Широкая складка	
		Хвалим пирожки	Наклоны в стороны	
		Снеговик идет	Топаем ножками, сидя на полу	
		Снеговик благодарит	Складка	
	Теперь можно всем вместе кататься на веселом Новомоднем паровозе	29 Паровоз с остановками	На остановках выполняем движения: топаем, хлопаем, прыгаем и т.д. Движения по тексту песенки.	
2	«Маша и снеговик» 1. Вышла Маша гулять следы на снегу оставлять. На носочках идет, следы маленькие. И на пяточках идет. Скучно Маше одной. Пора лепить снеговика....	02 Следы	Упражнения в ходьбе.	
		Логоритмика. Лепим мы снеговика.	Читаем стихотворение и показываем движение. Учить сочетать движение со словами.	
		14 Танец снеговиков	Продолжаем учить танец и совершенствовать движения.	
		04 Бег с хлопками.	Бегаем и на остановках говорим хлоп-хлоп и хлопаем. И	

Снеговик готов. Ура! Теперь снеговики танцуют. Весело зимой гулять, но любит Маша рисовать В руки кисть берет и краски. Разукрасит нашу сказку. Ах, какая Маша выдумщица. А мы возьмем гимнастические палочки.	Полька Кремена.	динь-динь и трясем руками. (2-3 раза)	Гиманстич. палочки
	05 Зарядка с палочкой	И.п. ноги слегка расставлены, палочку держим двумя руками, Руки опущены. На вступление поднимаем и опускаем плечи. 1к. поднимаем над головой и опускаем палочку. Припев. Вытянули руки вперед и крутим, как пропеллер. Проигрыш: положили палочку на плечи, ноги прыжком на ширине плеч. Наклон в сторону. 2к. Наклон вперед. Стараемся нос не опускать, смотреть вперед или на педагога, ноги по возможности ровные. Припев. Повтор – вертолет. Проигрыш: вытянули палочку вперед и поднимаем поочередно ноги, коленом касаясь палочки. В конце положили палочку на пол	
	06 Упражнения для стоп.	И.п. стоя за палочкой - поднимаемся на носки – 6 раз. - поднимаемся на носки и перекатываемся на пятки 4-6 раз. - шагаем по палочке в одну и в другую сторону приставным шагом. - перешагиваем вперед лицом и назад спиной.	Снежинки из бумаги
	18 Снежинки прячут ребят	Под музыку летают, с окончанием музыки присели и спрятались за снежинки.	
	18 Игра Сугробы	Учить слушать музыку и на окончание музыки собираться в определенном месте. Пока снежинки летают на пол в определенном месте положить предмет, у которого все будут собираться.	
	2. Друзья играли, друзья устали. Сели отдыхать пора начинать.	И.п. сидя на пятках. Качаем головой и далее по тексту песни.	Снежки
	Поиграли, кушать захотели. Маша пироги напечет.	Широкая складка	
	Из чего будем печь для снеговика пироги?	Широкая складка	
	С неба падает снежок, Маша лепит пирожок.	Наклоны в стороны	
	Снега много наберем. Пироги напечем.	Топаем ножками, сидя на полу	
	Стол красиво мы накроем Снегову сюрприз устроим.	Складка	
	22 Два друга.	Разучить движения песни без инструментов. Шлепаем ладошками по полу, хлопаем в ладоши, крутим как фонарики.	
	Раз-два, раз-два нам в снежки играть пора.	Соревнование. Разложить обручи 3 ряда по 4 обруча. Каждый ряд своего цвета. Дать 3 детям три корзинки. В каждой корзинке по 4 снежка. Задача пробежать и положить снежок в каждый обруч своего цвета. Для следующих 3 детей пробежать и собрать снежки в свою корзину.	Обручи
	Отлично. Теперь покатаемся на саночках.		

		27 Упражнение Саночки	Учить двигаться парами, сочетать свои движения с движениями друга.	
2	«Маша и снеговик» Вышла Маша гулять на коньках кататься. И снеговика слепить	03 На коньках	Упражнения в ходьбе.	Гимнастич. палочка Канат для обозначения полосы Снежинки Клавесы Маски снеговиков Обручи
		15 Игралочка - лепим снеговика	Движения по тексту	
	Варежки отряхнём И с палочкой поиграем	04 Бег с хлопками. Полька Кремена.	Бегаем и на остановках говорим хлоп-хлоп и хлопаем. И динь-динь и трясем руками. (2-3 раза)	
		05 Зарядка с палочкой	Учить ритмично выполнять движения с большой амплитудой. Руки выпрямлять при подъеме вверх	
		06 Упражнения для стоп.	Массаж стоп, профилактика плоскостопия	
	По тропинке мы пойдем и в сугроб не упадем	10 Ходьба по полосе по одному	Учим выполнять упражнения поочередно, выполнять упражнения до конца. - ходьба на носках. - ходьба высоко поднимая ноги. Если ребята хорошо справляются, можно выполнить упражнение ходьба на носках - парами. Руки вытянуты в стороны. Развивает синхронность движения.	
		11 Полоса. Прыжки легкие.	- прыжки легкие на носках с продвижением вперед,	
	Вот они снежинки легкие пушинки.	18 Снежинки прячут ребят 1 занятие	Под музыку летают, с окончанием музыки присели и спрятались за снежинки.	
		18 Игра Сугробы 2 занятие	Учить слушать музыку и на окончание музыки собираться в определенном месте. Пока снежинки летают на пол в определенном месте положить предмет, у которого все будут собираться.	
	Друзья играли, друзья устали. Сели отдыхать пора гимнастику начинать.	20 Пора начинать	И.п. сидя на пятках. Качаем головой и далее по тексту песни.	
	Маша пироги напечет для снеговика <i>С неба падает снежок, Маша лепит пирожок. Снега много наберем. Пироги напечем. Стол красиво мы накроем Снеговiku сюрприз устроим.</i>	21 Гимнастика пирожки для снеговика	Легкая растяжка	Клавесы Маски снеговиков
		22 Два дружка.	С клавесами. Движения те же.	
	И опять начинаем мы играть	28 Выбирай. Найди друга	Игра. Разучиваем с остановкой музыки. 3-4 детям дать шапочки снеговиков. Под 1ч дети бегают снеговики или стоят в середине круга или тоже бегают. 2 ч. Снеговики выбирают себе пару и кружатся. Можно детей делить на две группы.	Обручи
		27 Упражнение Саночки	Учить двигаться парами, сочетать свои движения с движениями друга.	

ФЕВРАЛЬ 3 – 5 лет

Вместе с мышинной семейкой можно упомянуть или провести и тематический досуг к 23 февраля. И начать готовиться к 8 марта.

Кол-во часов	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
2	«Мышиная семейка» Мы сегодня не ребята, мы веселые мышата. Дети наши покружились-покружились В веселых мышек превратились. Обрадовались мышата и побежали. Тише-тише не шумите. Кота Ваську не будите. Мы тихонечко пойдем и коту не попадем	01 Превращаемся в мышат	Кружимся свободно.	
		03 Легкий бег		
		04 Ходьба на носках и подпрыгивание на месте	Идем на носочках, чтобы кот не слышал. Нет, нету кота, ура. Прыгаем на месте или с продвижением вперед.	
	Мышка папа очень рад. Смотрит по телевизору парад. Мама Мышка тоже рада посмотреть парад с утра. Но мышат будить ей надо. Всем давно вставать пора.	07 Марш с разворотом	Маршировать по кругу, остановиться, хлопнуть в ладоши, после хлопков развернуться на 180 и начать движение в другом направлении.	
		08 Губки бантиком	Танец. Учим танцевальные движения	
		09 Зарядка (танец или зарядка)	Выполняем движения по тексту песни. - Хлопаем, топаем, качаем головой вправо-влево....	
	На дворе метель и стужа. Снег с утра метёт и кружит, но мышей не напугать, дружно все идут гулять. По тропинке мы пойдем и в сугроб не упадем.	Ходьба по полосе по одному	Учим выполнять упражнения поочередно, выполнять упражнения до конца. ходьба на носках, ходьба, высоко поднимая ноги.	
		Полоса. Прыжки легкие.	- прыжки легкие на носках с продвижением вперед	
	На ковриках. Нагулялись мышики, решили читать книжки. Ии друзья пришли к мышкам. Раз, два, три, четыре, пять. Мышки учатся писать. Острыми карандашами пишем мы открытку Маме.	21 Здравуемся	И.п. сидя ноги скрещены по-турецки. Руки лежат на коленях. Выполнение: - подняли в сторону правую руку отвели назад, и.п. Затем подняли левую руку и отвели в сторону-назад. - под ритм можно поиграть, поднимать руки и стучать по коленям в разных вариантах.	
		24 Книжки	И.п. сидя – ноги вытянуты, руки вверх вытянуты – книжки открыты. Говорим: у книг странички ровные, не рвутся и не мнутся. Выполнили складочку – книга закрыта. И.п.	

	А теперь с друзьями устроим оркестр.	25 Карандаши	И.п. сидя, ноги вытянуты, руки за спиной. Поднимаем попеременно прямую ногу вверх. Нога ровная – карандаши ровные, носок натянут – карандаши хорошо заточены.	Клавесы или кубики Кот – игрушка
		Два друга.	С клавесами. Движения те же.	
	Посмотрите, все-таки кот тут близко. (Показать игрушку) мяу-мяу. Дети убегают на стульчики	29-30 Игра. К коту подойдем	Кот присел на стульчик, а мышки собрались его будить. Вот такие озорные мышки. 1ч ползем к коту. Каждый раз разными способами. 2ч убегаем от кота, от игрушки.	
	День закончен, все устали. Глазки закрываться стали. Мама деток уложила. Одеялом их накрыла.	33 Игра на расслабление	Лечь на пол, закрыть глаза, не шевелиться.	
2	«Мышиная семейка» Мы сегодня не ребята, мы веселые мышата. Дети наши покружились-покружились В веселых мышек превратились. Обрадовались мышата и побежали. Тише-тише не шумите. Кота Ваську не будите. Мы тихонечко пойдем и коту не попадем	01 Превращаемся в мышат	Кружимся свободно.	Флажки по 2 ш на ребенка
		03 Легкий бег		
		04 Ходьба на носках и подпрыгивание с продвижением вперед или галоп	Идем на носочках, чтобы кот не слышал. Нет, нету кота, ура. Прыгаем с продвижением вперед.	
	Мышка папа очень рад. Смотрит по телевизору парад. Мы флажки возьмем и помашем. Папе мышке парад покажем.	07 Марш с хлопками и разворотом 1 занятие	учить шагать в колонне, не наткаться на впереди идущих и не отставать, не перегонять. Соблюдать ритм шага, встать на разметки, также друг за другом. Поворот выполнять ритмично на месте.	
		06 Марш с флажками и расстановка по местам (2-е)	Разложить коврики или обручи на те места, где надо встать. Маршируем по кругу. Учимся правильно держать флажки, не махать ими. 1-2 круга пройти и встать на свои места.	
	Мама Мышка тоже рада посмотреть парад с утра. Но мышат будить ей надо. Всем давно вставать пора. Вы мышата не грустите, на часы скорей смотрите.	09 Зарядка или 08 танец		
		10 Мышь полезла как-то раз	По тексту песенки.	
		11 Часики идут	Как стрелочки: ритмично руки через стороны вверх и вниз	
	На ковриках. Жили мыши в домике с высокой крышей. Мышки маме помогали.	18 Крыша	Подняли руки, тянемся выше-выше, спинку выпрямили, и ножки вытянули и к полу прижали	
		Логоритмика. Мамины помощники	Мышки дома не скучали, Мышки маме помогали. Полна кухне подметали, раз-два-раз-два. (Водим руками по полу от ноги к ноге) Чисто столик вытирали, раз-два-раз-два. (Руками вперед, потянуться далеко, в и.п.) Перемыли всю посуду, (трем ладошки друг о друга)	

	Теперь в доме чистота. Но бояться мышки серого кота. Тра-та-та, тра-та-та, спрячем носик от кота. А это не кот вовсе, это друзья пришли. Друзья пришли к мышкам, принесли книжки. Сели мышки в ряд, книжку читать хотят.		Чистота теперь повсюду. И собрали все игрушки, <i>(круги двумя руками по полу – собираем к себе)</i> Книги, вещи и подушки. Все убрали, шкаф закрыв, <i>(открыли руки в стороны, а потом хлопнули в ладоши – закрыли)</i> Нужно сделать перерыв. <i>(руки под щеки, локти на пол).</i>	Шапочки мышек
		20 Прячем носик	Складочка	
		21 Здравоемся	Передавать ритм в хлопках и шлепках. Не отставать и не спешить.	
		24 Книги		
	Отдохнули, почитали. Весело будем играть с друзьями.	32 Мышеловка	Уметь соблюдать правила игры. Ритмично выполнять действия под музыку. Создавать хорошее настроение и отдых после занятия.	
2	«Мышиная семейка» Давайте с Вам по-новому здороваемся. К нам Алена пришла, она бубен взяла, поиграла-поиграла и Алеше отдала. Зашагали наши мышки по дорожке. Мы флажки возьмем и помашем. Папе мышке парад покажем. Мама Мышка тоже рада посмотреть парад с утра. Но мышат будить ей надо. Всем давно вставать пора. Вы мышата не грустите, на часы скорей смотрите.	05 Здравоемся с бубном	Поем все вместе, один ребенок играет на бубне, остальные хлопают в ладоши. Называем реальные имена того, кто играет и того, кому передают. Учить соблюдать ритм и скорость движения. На 1 занятии можно играть без музыки.	Бубен
		02 Пешком шагали мышки	Упражнения в ходьбе на носочках, пяточках и высоко поднимая ноги.	Флажки
		06 Марши и упражнения с флажками.	Просчитать так, чтобы, пройдя 1-2 круга под музыку до начала слов в песне, дети встали на свои места. - встали и стучим флажок о флажок (палочки стучат) - с началом слов: поднимаем флажки вперед, вверх, вперед, вниз (2 р) - флажки в стороны-вверх-в стороны-вниз. И на музыку маршируем вновь по кругу. В конце поднимаем флажки и машем над головой – Ура!	
		10 Мышь полезла как-то раз	По тексту песенки.	
		11 Часики идут	Как стрелочки: ритмично руки через стороны вверх и вниз	Тазики
		14 Большая стирка	Учить движения танца (см. описание)	
		Логоритмика. Мамины помощники	Побуждать повторять текст и движения	
		20 Прячем носик	Складочка	
		21 Здравоемся	Развивать чувство ритма	
	Зовет к себе ребятку мать. Пора по дому помогать. Платочки грязные стирать, Мыло пенится в корыте, Мы стираем, посмотрите! На ковриках. - Мышки дома не скучали, мышки маме помогали. - Теперь в доме чистота. Но бояться мышки серого кота. Тра-та-та, тра-та-та, спрячем носик от кота.			

	- А это не кот вовсе, это друзья пришли. - Друзья пришли к мышкам, принесли книжки. Сели мышки в ряд, книжку читать хотят.	24 Книги	Уметь тянуть носок и держать прямую ногу	Шары и веники
	Зовет к себе ребятку мать. Пора по дому помогать. Квартиру будем убирать.	15 Игра Замети шары	Веником замести воздушные шары в обруч или в воротца. Играют 2-3 ребенка. Кто быстрее. Игра помогает «расшевелить» медленных детей.	Шапочки мышек
	Отдохнули, почитали. Весело будем играть с друзьями.	32 Мышеловка	Уметь соблюдать правила игры. Ритмично выполнять действия под музыку. Создавать хорошее настроение и отдых после занятия.	
1	«Мышиная семейка» Давайте с Вам по-новому поздороваемся. К нам Алена пришла, она бубен взяла, поиграла-поиграла и Алеше отдала. - Зашагали наши мышки по дорожке. - Обрадовались мышата и побежали. Тише-тише не шумите. Кота Ваську не будите. - Мы тихонечко пойдем и коту не попадем - Мы флажки возьмем и помашем. Папе мышке парад покажем.	05 Здравствуемся с бубном	Поем все вместе, один ребенок играет на бубне, остальные хлопают в ладоши.	Бубен
		02 Пешком шагали мышки	Упражнения в ходьбе на носочках, пяточках и высоко поднимая ноги.	
		03 Легкий бег		
		04 Ходьба на носках и подпрыгивание с продвижением вперед или галоп	Идем на носочках, чтобы кот не слышал. Нет, нету кота, ура. Прыгаем с продвижением вперед.	Флажки
		06 Марши и упражнения с флажками.	Закрепляем марш и упражнения с флажками	
	Зовет к себе ребятку мать. Пора по дому помогать. Платочки грязные стирать, Мыло пенится в корыте, Мы стираем, посмотрите!	14 Большая стирка	Учить движения танца (см. описание)	Тазики
	На ковриках. - Жили мыши в домике с высокой крышей. - Дом красивый, как теремок. На двери большой замок. - мышки дома – красота. Но боятся мышки серого кота. Тра-та-та, тра-та-та, спрячем носик от кота. - А это не кот вовсе, это друзья пришли. - Друзья пришли к мышкам, принесли книжки. - после интересного чтения, хотим развлечения. Бубны возьмем и игру заведем	18 Крыша	Держать спину ровно долгое время (считать до 10)	
		19 Замок	Движения по тексту. Пальчиковая гимнастика	
		20 Прячем носик	Складочка	
		21 Здравствуемся	Развивать чувство ритма	
		24 Книжки	Уметь тянуть носок и держать прямую ногу	
		26 Ну-ка повторяйте	Игра с бубном. Грозим пальчиком и ударяем в бубен	Бубны
				Маски котов
	Вот расшумелись мышата и кота разбудили. Показать маску. Дети убегают на стульчики. Кто будет котом?	29-30 Игра. К коту подойдем	Кот присел на стульчик, а мышки собрались его будить. Вот такие озорные мышки. 1ч ползем к коту. Каждый раз разными способами. 2ч убегаем от кота.	

МАРТ 3 – 5 лет

Кол-во часов	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
2	«Весна» Вышли котята гулять, свои лапки разминать. И на 4 лапках идут. А на улице, что такое? Солнышко яркое, теплое. Весна наступает. Раздает ребятам свои лучики для танцев.	02 Марш	Марш и упражнения в ходьбе. На носочках, пяточках, высоко поднимая ноги	Ленточки желтые на колечках
		10 Ходьба на руках и ногах	По кругу лицом и хвостом вперед	
		09 Танец с ленточками озорные лучики	Разучиваем движения танца, медленно под счет.	
	По дорожке будем шагать и ритмично хлопать.	15 Шаг и три хлопка	Учим по полосе, по кружочкам. Разложить обручи полосой и учить 1-2 перешагивать и 3 хлопка.	Обручи
	Решили котята поиграть. И потанцевать	19 Догонялки с котятами	Логоритмика. См описание	Металлофоны и треугольники
		08 Кошка беспородная	Танец-упражнение. Повторение	
	На ковриках Солнышко пригревает снег тает, течет с крыш и что образуется? Сосульки. Сосульки тоже тают. Как капает? Пальчиком по ладошке. Солнышко просыпается, деткам улыбается. Выходит на небо и перекачивается. Упражнения с колечком маленьким или массажным. Отложили колечко в сторону или убрали, потому что лягушата выпрыгнули из воды погреться на солнышке.	20 Капель	С металлофоном и треугольниками. Куплет слушаем и подпеваем на припев ритмично ударяем.	Маленькие колечки или массажные по 1 на ребенка
		23 Утреннее солнышко	И.п. сидя на коленях, обруч стоит на полу. 1- встали на коленях, обруч подняли вверх, 2 – и.п.	
		24 Солнышко	- Перекачивается, руки в стороны на полу, подняли вверх передали в другую руку колечко, опустили вниз - Блестит – подняли над головой горизонтально и качаем. Освещает все кругом – передаем вокруг себя и за спиной.	
		25 Потягушки	И.п. сидя, ноги вперед, левая рука стоит на полу, колечко в правой руке. 1 – поднимаем правую руку вверх, и наклоняемся в левую сторону, правая рука ложиться на правое ухо. Левая рука стоит как опора чуть в стороне от тела. И.п. Повтор 3-4 раза. 2 – Тоже левой рукой. Цель: легкое растяжение боковых мышц туловища.	
		22 Четверо лягушат	Пальчиковая гимнастика, движения по тексту. На слова нырнул – выполняем складочку.	Стульчики
	Вот какой отличный солнечный денек. А теперь поиграем в прятки.	32 Прятки с котятами (1 занятие)	Расставить стульчики по кругу. 1ч ходим, 2ч хлопаем ритм, с окончанием музыки спрятались за стульчики	

	И бубны нас ждут	31 Игра с бубном (2 занятие)	На куплет ритмично стучим по 3 раза (8 повторов) - бубен превращается в руль - бубен превращается в шляпку - танцуем с бубном.	Бубны
1	«Весна» К нам весна шагает быстрыми шагами, И сугробы тают под её ногами. Чёрные проталины на полях видны. Видно, очень тёплые ноги у весны. Хоровод заведем, песню о весне споем. - Солнышко весной лучики расправило.	01 Мы весну так долго ждали. Весенний хоровод 1 куплет	1к. Идем в хороводе по кругу. - легкий ветер – качаем руками наверху. - и на солнышке жуки – поставили руки на пояс (крылья) и кружимся - по асфальту – топающим шагом собираемся в середину - капель – по ладошке пальчиком - расходимся и хлопаем в ладоши.	Ленточки желтые на колечках
		09 Озорные лучики. Танец с ленточками	Продолжаем разучивать движения танца. Исполняем свободно, как получается	
		11 Ходьба спиной и бег по прямой	От одной стены к другой идем спиной вперед, а потом бежим по прямой.	
	Мама курочка идет и цыплят за собой ведет. А цыплята шалят маму слушать не хотят. Учит курочка цыплят на носочки вставать. (показываем) Пальчиком курочка грозит: (показываем) Ко-ко-ко, не ходите далеко. Учит цыплят лапками ямку копать, червячков искать А как цыплята клюют зернышки? (показываем)	03 Вышла курочка	Упражнение стоя на месте для стоп и другое.	Картинки: Курочка с цыплятами, гусями
		04 Мы веселые цыплята	Упражнения в ходьбе - на носочках, на пяточках, бег...	
	У нас сегодня на дорожках прыгают веселые капитошки. Мячики в руки возьмем, танцевать с ними начнем.	18 Капитошка	См. описание	Обручи
		15 Шаг и три хлопка	Учим по полосе, по кружочкам. Разложить обручи полосой и учить 1-2 перешагивать и 3 хлопка.	
	На ковриках Солнышко пригревает снег тает, течет с крыш и что образуется? Сосульки. Сосульки тоже тают. Как капают? Пальчиком по ладошке. Солнышко просыпается, деткам улыбается. Выходит на небо и перекатывается. Упражнения с колечком маленьким или массажным. Отложили колечко в сторону или убрали, потому что лягушата выпрыгнули из воды погреться на	20 Капель	С металлофоном и треугольниками	Металлофоны и треугольники Колечки
		23 Утреннее солнышко	И.п. сидя на коленях, обруч стоит на полу. 1- встали на коленях, обруч подняли вверх, 2 – и.п.	
		24 Солнышко	Перекачивается, блестит и освещает все кругом – передаем вокруг себя и за спиной	
		25 Потягушки 2 вариант	И.п. сидя, ноги врозь, руки впереди на полу, колечко в правой руке. 1 – поднимаем правую руку вверх, и наклоняемся в левую сторону, тянемся к носку левой ноги, правая рука ложиться на правое ухо, выглядываем из-под правой руки. Левая рука остается в середине. И.п. Повтор 3-4 раза. 2 – Тоже левой рукой.	

	солнышке. У бабушки в деревне жили курочка с цыплятами, и еще Гуси. Как гули говорят?	22 Четверо лягушат	Цель: легкое растяжение боковых мышц туловища. Пальчиковая гимнастика, движения по тексту. На слова нырнул – выполняем складочку.	Маски волка
		21 Гуси-гуси	Разучиваем под стихотворение	
	Наши гуси отправились на лужок гулять.	34 Гуси-гуси	В описании	
2	«Птичий двор» Утро настало вышли гулять цыплята с мамой.	01 Мы весну так долго ждали	Продолжаем разучивать движения танца. Учить детей ходить хороводом, поддерживать круг.	Картинки: Утка и утята, Петушок, Индюк
		03 Вышла курочка	Учить подниматься на носки стоя на месте, выполнять ритмично простые движения.	
		04 Мы веселые цыплята	Разминка в ходьба.	
	- Мама утка идет, за собой утят ведет. - Ребята, что любят кушать цыплята? Побежали искать зернышки. Как я скажу стоп-зернышки мы присядем и будем клевать.	06 Утка и утята	Ходьба в присяде. После выполнения упражнения можно упасть на спину и потрясти руками и ногами.	
		05 Бег с заданиями	При словах: стоп-зернышки надо присесть и «клевать». Клю-клю.	Ленточки желтые на колечках
	Важный пестрый петушок гордо носит гребешок. Красиво по дорожке шагает, высоко ножки поднимает. За Петушком, мягко ступая, идут котята, как будто играют.	12 Петушок	Движение по полосе	
		14 Мягки шаг, тянем носочек. Движение по полосе	Учимся ходить и тянуть носочек. Пробуем на месте приподнимать ногу и тянуть носочек, затем в ходьбе. Разучивать разные виды ходьбы	
		13 Полоса. Прыжки легкие.	- прыжки легкие на носках с продвижением вперед	
		09 Танец с ленточками озорные лучики		Ложки и колокольчики
	На ковриках Солнышко просыпается, деткам улыбается. Выходит на небо и перекачивается. Упражнения с колечком маленьким или массажным. Отложили колечко в сторону или убрали, потому что лягушата выпрыгнули из воды погреться на солнышке. У бабушки в деревне жили курочка с цыплятами, и еще Гуси. Как гули говорят?	17 Оркестр Ложки и колокольчики	1 ч стучим ложками, 2 ч звеним. Учить детей слушать музыку и вовремя менять инструменты	
		23 Утреннее солнышко	И.п. сидя на коленях, обруч стоит на полу. 1- встали на коленях, обруч подняли вверх, 2 – и.п.	
		24 Солнышко	Перекачивается, блестит и освещает все кругом – передаем вокруг себя и за спиной	
		25 Потягушки	1 вариант – 1 занятие и 2 вариант – 2 занятие	
		22 Четверо лягушат	Пальчиковая гимнастика, движения по тексту. На слова нырнул – выполняем складочку.	Колечки
		21 Веселые гуси		
	Игра	33 Важный индюк	Учить соблюдать правила игры. Уметь быть водящим	
	Соревнования	35 Накорми цыплат Или игры с мячиками	Любые игры на скорость. - собрать в корзинки кто быстрее, то что рассыпано на полу 3-4	Обручи Оборудование

			участника - эстафета, перенести в больших ложках предметы из одного ящика в другой, кто аккуратнее и больше. Два участника, затем еще два.	для игр
2	«Птичий двор» Давайте отправимся в деревню. В деревне на птичьем дворе живут кто? Птицы. Да, домашние птицы. Какие?	01 Мы весну так долго ждали	Продолжаем разучивать движения танца. Учить детей ходить хороводом, поддерживать круг.	Картинки: Птиц на птичьем дворе
		03 Вышла курочка	Учить подниматься на носки стоя на месте, выполнять ритмично простые движения.	
		04 Мы веселые цыплята	Разминка в ходьба.	
	Курочка с цыплятами, их папа Петушок. Утка с утятами. А папа кто? Селезень. Побежали все гулять, зернышки клевать.	12 Петушок	Движение по кругу. Шагаем высоко ножки поднимаем.	
		06 Утка и утята	Ходьба в присяде	
		05 Бег с заданиями	Слушать музыку и вовремя останавливаться по сигналу.	
	У нас сегодня на дорожках прыгают веселые капитошки. Мячики в руки возьмем, танцевать с ними начнем.	18 Капитошка (1 занятие)	Разучивать веселые танцы с детьми	Мячики Ленточки желтые на колечках
		09 Танец с ленточками озорные лучики (2 занятие)	Закреплять движения танца, умение идти в середину круга и расходиться.	
	На ковриках. А кто еще живет на бабушкином дворе и говорит га-га-га? Гуси. - Посмотри скорей, дружок! Это – божья коровка! Красненький кружочек, Много чёрных точек. В гости прилетела, на травинку села. Сломалась травинка – Упала на спинку. Взять игрушку, можно би-ба-бо. Любую: гуся, божью коровку или др. Она (игрушка) принесла колокольчик. Будет с ребятами играть.	17 Оркестр Ложки и колокольчики	Учить ритмично стучать клавишами и греметь колокольчиком только в определенный музыкальный отрывок.	Ложки и колокольчики
		21 Веселые гуси	Гимнастика под стихи и музыку. Развивать чувство ритма и умение выполнять упражнения сидя на ковриках.	
		26 Божья коровка	Лежа на спине, колени притянуты к животу. Держимся за колени и качаемся из стороны в сторону. Дрыгаем сильно одновременно руками и ногами.	Картинка: Божья коровка
		28 Игра с колокольчиком	Учим правила. Садимся в кружок. Игрушка «Закрывает» глаза. Под музыку дети передают колокольчик по кругу. Взял-позвенел-передал следующему. По окончании музыки все ребята, в том числе и с колокольчиком прячут руки за спину. Колокольчик учим держать так, чтобы он не звонил. Игрушка в середине круга, думает у кого колокольчик. Кого называет по имени, тот показывает руки, пока не найдет колокольчик.	Колокольчик
	Отлично. Возвращаемся на птичий двор - И гуси идут гулять. А кто будет волком? - Или птички сели в домики. Кто будет индюками?	34 Гуси-гуси (1 занятие)	Закрепляем правила игры. Учимся получать удовольствие от совместных подвижных игр	Маски волка
		33 Важный индюк (2 занятие)	Закрепляем правила игры. Учимся получать удовольствие от совместных подвижных игр	Обручи

АПРЕЛЬ 3 – 5 лет

Если у Вас будет праздник по теме насекомые, например, Муха цокотуха, то включайте в занятие танцы: бабочек, пчелок и т.д. всех, кто к мухе будет приходить.

Кол-во часов	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
2	«Насекомые» - Сегодня мы пойдем на лесную лужайку, чтобы посмотреть какие насекомые уже проснулись и как они готовятся к лету. А теперь бежим скорее. - Весной все насекомые просыпаются и потягиваются. Выполняйте вместе со мной. Тогда они быстрее проснутся, и мы их увидим. - Смотрите: проснулась СТРЕКОЗА, – зеленые глаза. Расправила свои большие крылышки. Делает зарядку, к лету готовится. - А за стрекозой вдруг прилетает Майский жук. - А кузнечик, а кузнечик, как зеленый человечек. Прыг-скок. - Лягушонок прискакал, всех насекомых распугал	01 Идем на полянку	Упражнения в ходьбе: на носках пятках, высоко поднимая ноги – перешагиваем через травку.	Картинки: стрекоза, майский жук, кузнечик, пчелки и улей, лягушата, бабочка, божья коровка
		02 Бег		
		04 Просыпаемся и потягиваемся Плавные упражнения	И.п. стоя. 1. Присели на корточки, спрятали носик в колени, встали на носочки, потянулись вверх. 2. Где все? Повороты головы вправо-влево 3. Потягиваемся. Наклоны вперед, ноги на ш.п. и другие плавные движения	
		05 Стрекоза	И.п. стоя. Кисти рук на плечах – крылья. 1. поднять локти вверх и опустить вниз. 2. сложить крылья вперед, развести крылья назад	
		06 Майский жук	И.п. стоя. Руки ровные, напряжены. 1. Руки поднять хлопок над головой, руки опустить, хлопок по полу. 2. Наклоны в сторону. левая рука на поясе, правой рукой тянемся вверх, растягиваем бок. Тоже в другую сторону. 3. Руки разведены широко в стороны, повороты туловища вправо-влево (как вертолет)	
		07 Кузнечик	1к. Встаем на носки и опускаемся. Усложнения в любой вариации (стоим на носках и поочередно опускаемся) Припев: прыжки ноги в стороны-вместе. Руки на поясе или в стороны-вниз, или вверх-вниз. 2к. Поднимаем поочередно ногу, согнутую в колено вперед или в стороны. Припев: учим подскок.	
		11 Прыг-прыг два лягушонка 12 Лягушата по дорожке	Выпрыгивание. Движение под слова песни. Или с продвижением вперед. По дорожке	
		08 Дом на елке	Пальчиковая гимнастика. 1.Стучим кулачком по ладошке. 2.Пожимаем плечами. 3.Шевелим пальчиками – пчелки вылетели и говорим: ж-ж-ж.	

	так не делать.	09 Пчелки разминают крылышки	Трясем одной ручкой. Потом другой ручкой. Потом двумя сразу. Потягиваемся в одну сторону к солнышку, потом в другую. В заключении летаем-бегаем по залу	Конусы или любые предметы, чтобы бегать змейкой Колокольчик
	2. На ковриках. К нам прилетели бабочки И кузнечик прискакал. Божья коровка тоже тут. Села на травинку, сломалась травинка, упала на спинку	21 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.	
		22 Кузнечик	И.п. сидя. Ноги вместе, сгибаем и разгибаем, двигая стопами по полу. Прыгают, согнутые ножки, в стороны-вместе.	
		23 Божья коровка	Упражнение для рук – крылышки. Легли на спинку, качаемся вправо-влево. Трясем руками и ногами	
	1. Стрекоза и майский жук - летают ничего не задевают. 2. Кузнечик прыгает ловко, совсем без остановки. 3. Божья коровка маленькая, да удаленькая. Всё легко проползет. 4. Паучок – восемь ног, быстро все обойдет. 5. А сороконожка, всех быстрее. Догони ее скорей.	31 Задания от насекомых	Поставить конусы для бега змейкой, 1 или 2 полосы. И по очереди преодолевать эту полосу так, как рекомендуют нам насекомые. 1. Идем змейкой между конусами 2. Прыгать по дистанции. 3. Ползем на руках и коленях. 4. Проходим полосу на руках и ногах. 5. Бегом. Можно пускать всех детей по очереди из одного края зала в другой.	
	Мы бегали и прыгали, скакали танцевали. А теперь, настала пора. Начинается спокойная игра.	28 Игра с колокольчиком Развивает слуховое внимание	Играем без игрушки. Садимся в кружок. Выбираем того, кто будет слушать, одеваем ему для сна повязку, он садится в середину круга. Под музыку дети передают колокольчик по кругу. Взял-позвенел-передал следующему. По окончании музыки все ребята, в том числе и с колокольчиком прячут руки за спину. Колокольчик учим держать так, чтобы он не звонил. Ребенок в середине круга, снимает повязку и пытается угадать у кого колокольчик. Кого называет по имени, тот показывает руки, пока не найдется колокольчик.	
2	«Насекомые» Пойдемте опять на полянку. Но слушайте музыку внимательно, если быстрая музыка, то можно бежать, а под музыку помедленнее шагать.	03 Ходьба и бег	В музыке чередуются отрывки, поэтому наши движения тоже чередуются. Учит слушать музыкальные отрывки и действовать соответственно.	Картинки: жуки (не майские), сороконожка, гусеница,
	Сегодня чтобы кого-то увидеть мы будем прятаться в травке (<i>присели</i>) и выглядывать (<i>встали и на носочки поднялись и посмотрели по сторонам</i>)	04 Присели и встали, потянулись Плавные упражнения	1. Присели на корточки, спрятали носик в колени, встали на носочки, потянулись вверх. 2. Где все? Повороты головы вправо-влево 3. Потягиваемся. Наклоны вперед, ноги на ш.п. и другие плавные движения	
	На полянке сегодня много разных жучков. Они	10 Жуки	1 часть – дети легко бегают на носках, отведя руки в	

	весело летают, а когда падают то забавно машут всеми лапками. Покажите, как это будет?		стороны (жуки летают). И быстро ложатся на спину (жуки упали). 2 часть – дети энергично болтают руками и ногами в воздухе, как будто жуки не могут перевернуться (жуки барахтаются). С окончанием музыки быстро встают.	Клавесы
	А вот и наши знакомые пчелки. Они причесали челки, сарафаны одели, на полянку прилетели.	09 Пчелки разминают крылышки	В заключении летаем-кружимся на месте.	
	Быстрые сороконожки, ловко скачут по дорожке.	13 Сороконожка	Учить подпрыгивать на одной ноге. У кого совсем не получается, можно стоять или подпрыгивать на двух. <u>Движения по тексту песни</u>	
	У сороконожки много ножек и всего одна голова. И куда голова захочет, туда вся сороконожка бежит.	14 Игра сороконожка Игра в музыку повторяется 5 раз	Первый участник с клавесами в руках, остальные держаться за плечи как паровозик. Можно расставить конусы по залу, пусть паровозик едет как нравится первому ведущему. 1ч. Идем ритмично под музыку и первый стучит палочками. 2ч. Отдает клавесы следующему игроку и встает в хвост. Можно взять бубен или ложки.	
	2. На ковриках. Все на полянке бегают, летают, прыгают. А вот гусеничка только ползает. Гусеница будет строить себе дом. Давайте ее поможем. В домике она будет спать, а потом превратиться в бабочку. И кузнечик прискакал. Божья коровка тоже тут. Села на травинку, сломалась травинка, упала на спинку	20 Гусеница	Стоя на ковриках, опускаем руки на пол, близко к ногам. Шагаем руками вперед, ноги остаются на ковриках. Постояли в планке, шагаем руками обратно. Присаживаемся на корточки.	Резинка или веревка с опорами
		21 Строим дом	Пальчиковая гимнастика по словам песни	
		22 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.	
		07 Кузнечик	И.п. сидя. Ноги вместе, сгибаем и разгибаем, двигая стопами по полу. Прыгают, согнутые ножки, в стороны-вместе.	
		23 Божья коровка	Легли на спинку, качаемся вправо-влево. Трясем руками и ногами	
	А сейчас внимание. Новое задание. 1. Бабочка летает – все перелетает. 2. Гусеница ползет. 3. Игрушки в домик (для 1 занятия)	31 Игра с перешагиванием, и ползанием	Нам понадобится резинка простая, длинна, натягиваем поперек зала. 1. Сначала перешагиваем, а потом перепрыгиваем резинки 2. А вот гусеница не умеет летать – она ползает. Значит и нам надо проползти. 3. И обязательно поиграем. Гусеница построила себе домик и зовет всех. Перенести все игрушки в домик. На входе в дом резинка. Поэтому при входе и выходе надо проползти под ней.	

	Вы так замечательно преодолели все препятствия, что мы можем продолжить наше занятие и поиграть в еще одну игру. Насекомые боятся паучка, потому что он может поймать их в паутину. (для 2 занятия)	32 Насекомые в домике. Игра с ползанием.	Натянуть не высоко веревочку или резинку, так, чтобы дети могли подлезть под нее. 1ч. Насекомые летают, паучки спят. 2ч Музыка остановилась. Прячемся в домик – садимся на стульчики, но не попадаемся в паутину – подлезаем под ней.	
2	«Насекомые» Идем на полянку. - Посмотрите, вдоль дорожки кузнечик скачет. - А на полянке уже Божья коровка нас ждет.	01 Ходьба	Упражнения в ходьбе: на носках пятках, высоко поднимая ноги – перешагиваем через травку.	Картинка: паучок и паутина
		07 Кузнечик	Галоп (1 занятие). Подскок (2 занятие)	
		25 Божья коровка	Зарядка И.п. стоя. Ноги на ширине плеч. Руки согнуты в локте перед грудью – маленькие крылышки. 1. Развели руки в стороны, вернули в и.п. 2. Тоже с поворотом корпуса. 3. Наклон вперед, смотрим вперед, спину не округляем, руки в стороны – и.п.	
	Молодцы, дальше побежали. Собрались все насекомые вместе и танцуют	02 Бег.	Легкий бег по кругу.	
		15 Танец насекомых	Описание	
		16 Мошки	Присели, подпрыгнули, хлопнули мошку – хлопок над головой	
	На ковриках. - Ах, какая стрекоза! Только крылья, да глаза! Как красив ее полет, будто это вертолет. Звонко крылышки звенят и на солнышке блестят. - А за стрекозою вдруг, прилетает майский жук - Как гусеница ползет интересно. Давайте повторять за ней. - Пора строить дом. - Вот и превратилась наша гусеница в бабочку. - Соберем всех насекомых в коробочку. Кого возьмем?	05 Стрекоза	И.п. сидя ноги вытянуты вперед (как длинное тело стрекозы), спина ровная, стопы натянуты (как хвостик у стрекозы) кисти рук на плечах – крылья. 1. поднять локти вверх и опустить вниз. 2. сложить крылья вперед, развести крылья назад	
		06 Майский жук	И.п. сидя на коленях, руки крепкие разведены в стороны 1. Руки поднять хлопок над головой, руки опустить, хлопок по полу. 2. Левая рука стоит на полу, правой рукой тянемся вверх, растягиваем бок. Тоже в другую сторону. 3. Руки разведены широко в стороны, повороты туловища	
		20 Гусеница	Стоя на ковриках, опускаем руки на пол, близко к ногам. Шагаем руками вперед, ноги остаются на ковриках. Постояли в планке, шагаем руками обратно. Присаживаемся на корточки.	
		21 Строим дом	Пальчиковая гимнастика по словам песни	
		22 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.	

	- Раз, коробочка открылась и все разбежались.	27 Коробочка	И.п. сидя, ноги вытянуты вперед, ровные, вместе, носки натянуты. (дно у коробочки целое, не ломается, дырок нет) Поднимаем руки вверх – открыта крышка. Сидим и говорим Возьмем бабочку, положим ее в коробочку и закроем крышку. Выполняем упражнение складочка. Стараемся ложиться животом, с ровной спиной.	Игрушки средних размеров, лучше мягкие, чтобы не больно, если упадут на ребенка Резинка или веревка с опорами Ленточки – крылья для бабочек. Шумовые инструменты
	Смотрите и паучок проснулся. У паучка так много ножек и для всех надо зарядку сделать. А вы сможете тоже все повторить? - Задания от паучка.	24 Паучок	И.п. сидя ноги вперед и согнуты в коленях, руки стоят ладонями на коврик. 1. Поднять и опустить туловище, стоя на руках и ногах. 2. Стоя на руках и ногах помахать друзьям лапкой – ногой и сказать «привет» 3. Шагать на лапках вперед и назад. Туловище держать выше.	
		31 Игрушки в обруч за голову	Лечь на коврик и ногами брать игрушки и закидывать их за голову в обруч или в корзину.	
	Паучок прибежал, всех насекомых напугал	32 Насекомые в домике. Игра с ползанием. (1 занятие)	Натянуть не высоко веревочку или резинку, так, чтобы дети могли подлезть под нее. 1ч. Насекомые летают, паучки спят. 2ч прячемся в домик – садимся на стульчики, но не попадаемся в паутину – подлезаем под ней.	
		23 Ловишки для бабочек (2 занятие)	Под музыку бабочки летают. А Ловишки ждут. Как музыка окончилась идут ловить бабочек.	
	Посмотрите какая большая коробка и в ней столько разных инструментов	26 Оркестр Подыгрывание	Рассмотреть все инструменты, дать детям все потрогать, пошуметь, пусть выберут любой, на котором будут играть. Развивать творчество, учить играть на разных шумовых инструментах.	
3	«Насекомые». Итоговое занятие - Идем на полянку. Слушайте внимательно, когда идти, а когда можно бежать. - И вместе с кузнечиком ... - Собрались на полянке насекомые и танцуют	03 Ходьба и бег	В музыке чередуются отрывки, поэтому наши движения тоже чередуются. Учить слушать музыкальные отрывки и действовать соответственно.	Клавесы.
		07 Кузнечик	Галоп (1 занятие) Подскок (2 занятие)	
		15 Танец насекомых	Учить ритмично выполнять движения танца с полной амплитудой.	
	Посмотрите по дорожке весело бежит и скачет сороконожка. И мы как сороконожка встанем в паровозик и поиграем. Кто будет первый?	13 Сороконожка	Учить подпрыгивать на одной ноге. У кого совсем не получается, можно стоять или подпрыгивать на двух.	
		14 Игра сороконожка	1ч. Идем ритмично под музыку и первый стучит палочками. 2ч. Отдает клавесы следующему игроку и	

			встает в хвост. Учить играть в игру, слушать музыку, выполнять игровые задачи	Ленты - Крылья для бабочек Широкая резинка 3-4 м. сшитая в круг
	На ковриках. - Ах, какая стрекоза! Только крылья, да глаза! Как красив ее полет, будто это вертолет. Звонко крылышки звенят и на солнышке блестят. - А за стрекозою вдруг, прилетает майский жук - Как гусеница ползет интересно. Давайте повторять за ней. - Пора строить дом. - Вот и превратилась наша гусеница в бабочку. - Соберем всех насекомых в коробочку. Кого возьмем? - Раз, коробочка открылась и все разбежались.	05 Стрекоза	Закрепляем и совершенствуем умения выполнять движения партерной гимнастики. Держать спину ровно.	
		06 Майский жук	Закрепляем и совершенствуем умения выполнять движения партерной гимнастики. Держать спину ровно.	
		20 Гусеница	Стоя на ковриках, опускаем руки на пол, близко к ногам. Шагаем руками вперед, ноги остаются на ковриках. Постояли в планке, шагаем руками обратно. Присаживаемся на корточки.	
		21 Строим дом	Ритмично выполнять движения.	
		22 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.	
		27 Коробочка	И.п. сидя, ноги вытянуты вперед, ровные, вместе, носки натянуты. (дно у коробочки целое, не ломается, дырок нет) Поднимаем руки вверх – открыта крышка. Сидим и говорим Возьмем бабочку, положим ее в коробочку и закроем крышку. Выполняем упражнение складочка. Стараемся лечь животом, с ровной спиной.	
	Пришли ребята ловить бабочек.	23 Ловишки для бабочек	Под музыку бабочки летают. А Ловишки ждут. Как музыка окончилась идут ловить бабочек.	
	А паучки плетут паутинку и ловят мух.	29 Паутина с резинкой	Делимся на 3 подгруппы. Первая –мухи. Вторая и третья – паутина. «Паутинка» - встаем в круг, беремся за резинку или за руки, мухи садятся в серединку. Повторяя слова, энергично, поднимаем и опускаем руки поочередно – «плетем паутину» Меж травинок на болоте сеть свою плетет паук. Он сегодня на охоте, приглашает в гости мух. Мухи, не пугайтесь! Летите, покачайтесь! (на последние 2 строчки раскачиваем руками) Поднимаем руки, под музыку мухи «летают» в круг из круга. С окончанием музыки паутинка захлопывается. Кто внутри круга, тот пойман.	

МАЙ 3 – 5 лет

Если у Вас будет праздник по теме насекомые, например, Муха цокотуха, то включайте в занятие танцы: бабочек, пчелок и т.д. всех, кто к мухе будет приходить.

неделя	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
1	«Насекомые» - Сегодня мы пойдем на лесную лужайку, чтобы посмотреть какие насекомые уже проснулись и как они готовятся к лету. А теперь бежим скорее. - Весной все насекомые просыпаются и потягиваются. Выполняйте вместе со мной. Тогда они быстрее проснутся, и мы их увидим.	01 Идем на полянку	Упражнения в ходьбе: на носках пятках, высоко поднимая ноги – перешагиваем через травку.	Картинки: стрекоза, майский жук, кузнечик, пчелки и улей, лягушата, бабочка, божья коровка
		02 Бег		
		04 Просыпаемся и потягиваемся Плавные упражнения	И.п. стоя. 1. Присели на корточки, спрятали носик в колени, встали на носочки, потянулись вверх. 2. Где все? Повороты головы вправо-влево 3. Потягиваемся. Наклоны вперед, ноги на ш.п. и другие плавные движения	
	- Смотрите: проснулась СТРЕКОЗА, – зеленые глаза. Расправила свои большие крылышки. Делает зарядку, к лету готовится. - А за стрекозой вдруг прилетает Майский жук. - А кузнечик, а кузнечик, как зеленый человечек. Прыг-скок. - Лягушонок прискакал, всех насекомых распугал	05 Стрекоза	И.п. стоя. Кисти рук на плечах – крылья. 1. поднять локти вверх и опустить вниз. 2. сложить крылья вперед, развести крылья назад	
		06 Майский жук	И.п. стоя. Руки ровные, напряжены. 1. Руки поднять хлопок над головой, руки опустить, хлопок по полу. 2. Наклоны в сторону. левая рука на поясе, правой рукой тянемся вверх, растягиваем бок. Тоже в другую сторону. 3. Руки разведены широко в стороны, повороты туловища вправо-влево (как вертолет)	
		07 Кузнечик	1к. Встаем на носки и опускаемся. Усложнения в любой вариации (стоим на носках и поочередно опускаемся) Припев: прыжки ноги в стороны-вместе. Руки на поясе или в стороны-вниз, или вверх-вниз. 2к. Поднимаем поочередно ногу, согнутую в колено вперед или в стороны. Припев: учим подскок.	
		11 Прыг-прыг два лягушонка 12 Лягушата по дорожке	Выпрыгивание. Движение под слова песни. Или с продвижением вперед. По дорожке	
		08 Дом на елке	Пальчиковая гимнастика. 1.Стучим кулачком по ладошке. 2.Пожимаем плечами. 3.Шевелим пальчиками – пчелки вылетели и говорим: ж-ж-ж.	
	Домик на елке. Кто там спит? Давайте постучим. Друзья только на занятиях мы можем так играть, пчелкам в домик стучать. В природе в лесу лучше			

	так не делать.	09 Пчелки разминают крылышки	Трясем одной ручкой. Потом другой ручкой. Потом двумя сразу. Потягиваемся в одну сторону к солнышку, потом в другую. В заключении летаем-бегаем по залу	Конусы или любые предметы, чтобы бегать змейкой
	2. На ковриках. К нам прилетели бабочки И кузнечик прискакал. Божья коровка тоже тут. Села на травинку, сломалась травинка, упала на спинку	21 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.	
		22 Кузнечик	И.п. сидя. Ноги вместе, сгибаем и разгибаем, двигая стопами по полу. Прыгают, согнутые ножки, в стороны-вместе.	
		23 Божья коровка	Упражнение для рук – крылышки. Легли на спинку, качаемся вправо-влево. Трясем руками и ногами	
	1. Стрекоза и майский жук - летают ничего не задевают. 2. Кузнечик прыгает ловко, совсем без остановки. 3. Божья коровка маленькая, да удаленькая. Всё легко проползет. 4. Паучок – восемь ног, быстро все обойдет. 5. А сороконожка, всех быстрее. Догони ее скорей.	31 Задания от насекомых	Поставить конусы для бега змейкой, 1 или 2 полосы. И по очереди преодолевать эту полосу так, как рекомендуют нам насекомые. 1. Идем змейкой между конусами 2. Прыгать по дистанции. 3. Ползем на руках и коленях. 4. Проходим полосу на руках и ногах. 5. Бегом. Можно пускать всех детей по очереди из одного края зала в другой.	Колокольчик
	Мы бегали и прыгали, скакали танцевали. А теперь, настала пора. Начинается спокойная игра.	28 Игра с колокольчиком Развивает слуховое внимание	Играем без игрушки. Садимся в кружок. Выбираем того, кто будет слушать, одеваем ему для сна повязку, он садится в середину круга. Под музыку дети передают колокольчик по кругу. Взял-позвенел-передал следующему. По окончании музыки все ребята, в том числе и с колокольчиком прячут руки за спину. Колокольчик учим держать так, чтобы он не звонил. Ребенок в середине круга, снимает повязку и пытается угадать у кого колокольчик. Кого называет по имени, тот показывает руки, пока не найдется колокольчик.	
2	«Насекомые» Пойдемте опять на полянку. Но слушайте музыку внимательно, если быстрая музыка, то можно бежать, а под музыку помедленнее шагать.	03 Ходьба и бег	В музыке чередуются отрывки, поэтому наши движения тоже чередуются. Учить слушать музыкальные отрывки и действовать соответственно.	Картинки: жуки (не майские), сороконожка, гусеница,
	Сегодня чтобы кого-то увидеть мы будем прятаться в травке (<i>присели</i>) и выглядывать (<i>встали и на носочки поднялись и посмотрели по сторонам</i>)	04 Присели и встали, потянулись Плавные упражнения	1. Присели на корточки, спрятали носик в колени, встали на носочки, потянулись вверх. 2. Где все? Повороты головы вправо-влево 3. Потягиваемся. Наклоны вперед, ноги на ш.п. и другие плавные движения	
	На полянке сегодня много разных жуков. Они	10 Жуки	1 часть – дети легко бегают на носках, отведя руки в	

	весело летают, а когда падают то забавно машут всеми лапками. Покажите, как это будет? А вот и наши знакомые пчелки. Они причесали челки, сарафаны одели, на полянку прилетели.		стороны (жуки летают). И быстро ложатся на спину (жуки упали). 2 часть – дети энергично болтают руками и ногами в воздухе, как будто жуки не могут перевернуться (жуки барахтаются). С окончанием музыки быстро встают.	Клавесы
		09 Пчелки разминают крылышки	В заключении летаем-кружимся на месте.	
	Быстрые сороконожки, ловко скачут по дорожке. У сороконожки много ножек и всего одна голова. И куда голова захочет, туда вся сороконожка бежит.	13 Сороконожка	Учить подпрыгивать на одной ноге. У кого совсем не получается, можно стоять или подпрыгивать на двух. <u>Движения по тексту песни</u>	
		14 Игра сороконожка Игра в музыку повторяется 5 раз	Первый участник с клавесами в руках, остальные держаться за плечи как паровозик. Можно расставить конусы по залу, пусть паровозик едет как нравится первому ведущему. 1ч. Идем ритмично под музыку и первый стучит палочками. 2ч. Отдает клавесы следующему игроку и встает в хвост. Можно взять бубен или ложки.	
	2. На ковриках. Все на полянке бегают, летают, прыгают. А вот гусеничка только ползает. Гусеница будет строить себе дом. Давайте ее поможем. В домике она будет спать, а потом превратиться в бабочку. И кузнечик прискакал. Божья коровка тоже тут. Села на травинку, сломалась травинка, упала на спинку	20 Гусеница	Стоя на ковриках, опускаем руки на пол, близко к ногам. Шагаем руками вперед, ноги остаются на ковриках. Постояли в планке, шагаем руками обратно. Присаживаемся на корточки.	Резинка или веревка с опорами
		21 Строим дом	Пальчиковая гимнастика по словам песни	
		22 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.	
		07 Кузнечик	И.п. сидя. Ноги вместе, сгибаем и разгибаем, двигая стопами по полу. Прыгают, согнутые ножки, в стороны-вместе.	
		23 Божья коровка	Легли на спинку, качаемся вправо-влево. Трясем руками и ногами	
		31 Игра с перешагиванием, и ползанием	Нам понадобится резинка простая, длинна, натягиваем поперек зала. 1. Сначала перешагиваем, а потом перепрыгиваем резинки 2. А вот гусеница не умеет летать – она ползает. Значит и нам надо проползти. 3. И обязательно поиграем. Гусеница построила себе домик и зовет всех. Перенести все игрушки в домик. На входе в дом резинка. Поэтому при входе и выходе надо проползти под ней.	

	Вы так замечательно преодолели все препятствия, что мы можем продолжить наше занятие и поиграть в еще одну игру. Насекомые боятся паучка, потому что он может поймать их в паутину. (для 2 занятия)	32 Насекомые в домике. Игра с ползанием.	Натянуть не высоко веревочку или резинку, так, чтобы дети могли подлезть под нее. 1ч. Насекомые летают, паучки спят. 2ч Музыка остановилась. Прячемся в домик – садимся на стульчики, но не попадаемся в паутину – подлезаем под ней.	
3	«Насекомые» Идем на полянку. - Посмотрите, вдоль дорожки кузнечик скачет. - А на полянке уже Божья коровка нас ждет.	01 Ходьба	Упражнения в ходьбе: на носках пятках, высоко поднимая ноги – перешагиваем через травку.	Картинка: паучок и паутинка
		07 Кузнечик	Галоп (1 занятие). Подскок (2 занятие)	
		25 Божья коровка	Зарядка И.п. стоя. Ноги на ширине плеч. Руки согнуты в локте перед грудью – маленькие крылышки. 1. Развели руки в стороны, вернули в и.п. 2. Тоже с поворотом корпуса. 3. Наклон вперед, смотрим вперед, спину не округляем, руки в стороны – и.п.	
	Молодцы, дальше побежали. Собрались все насекомые вместе и танцуют	02 Бег.	Легкий бег по кругу.	
		15 Танец насекомых	Описание	
		16 Мошки	Присели, подпрыгнули, хлопнули мошку – хлопок над головой	
	На ковриках. - Ах, какая стрекоза! Только крылья, да глаза! Как красив ее полет, будто это вертолет. Звонко крылышки звенят и на солнышке блестят. - А за стрекозой вдруг, прилетает майский жук - Как гусеница ползет интересно. Давайте повторять за ней. - Пора строить дом. - Вот и превратилась наша гусеница в бабочку. - Соберем всех насекомых в коробочку. Кого возьмем?	05 Стрекоза	И.п. сидя ноги вытянуты вперед (как длинное тело стрекозы), спина ровная, стопы натянуты (как хвостик у стрекозы) кисти рук на плечах – крылья. 1. поднять локти вверх и опустить вниз. 2. сложить крылья вперед, развести крылья назад	
		06 Майский жук	И.п. сидя на коленях, руки крепкие разведены в стороны 1. Руки поднять хлопок над головой, руки опустить, хлопок по полу. 2. Левая рука стоит на полу, правой рукой тянемся вверх, растягиваем бок. Тоже в другую сторону. 3. Руки разведены широко в стороны, повороты туловища	
		20 Гусеница	Стоя на ковриках, опускаем руки на пол, близко к ногам. Шагаем руками вперед, ноги остаются на ковриках. Постояли в планке, шагаем руками обратно. Присаживаемся на корточки.	
		21 Строим дом	Пальчиковая гимнастика по словам песни	
		22 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.	

	- Раз, коробочка открылась и все разбежались.	27 Коробочка	И.п. сидя, ноги вытянуты вперед, ровные, вместе, носки натянуты. (дно у коробочки целое, не ломается, дырок нет) Поднимаем руки вверх – открыта крышка. Сидим и говорим Возьмем бабочку, положим ее в коробочку и закроем крышку. Выполняем упражнение складочка. Стараемся ложиться животом, с ровной спиной.	Игрушки средних размеров, лучше мягкие, чтобы не больно, если упадут на ребенка Резинка или веревка с опорами Ленточки – крылья для бабочек. Шумовые инструменты
	Смотрите и паучок проснулся. У паучка так много ножек и для всех надо зарядку сделать. А вы сможете тоже все повторить? - Задания от паучка.	24 Паучок	И.п. сидя ноги вперед и согнуты в коленях, руки стоят ладонями на коврик. 1. Поднять и опустить туловище, стоя на руках и ногах. 2. Стоя на руках и ногах помахать друзьям лапкой – ногой и сказать «привет» 3. Шагать на лапках вперед и назад. Туловище держать выше.	
		31 Игрушки в обруч за голову	Лечь на коврик и ногами брать игрушки и закидывать их за голову в обруч или в корзину.	
	Паучок прибежал, всех насекомых напугал	32 Насекомые в домике. Игра с ползанием. (1 занятие)	Натянуть не высоко веревочку или резинку, так, чтобы дети могли подлезть под нее. 1ч. Насекомые летают, паучки спят. 2ч прячемся в домик – садимся на стульчики, но не попадаемся в паутину – подлезает под ней.	
		23 Ловишки для бабочек (2 занятие)	Под музыку бабочки летают. А Ловишки ждут. Как музыка окончилась идут ловить бабочек.	
	Посмотрите какая большая коробка и в ней столько разных инструментов	26 Оркестр Подыгрывание	Рассмотреть все инструменты, дать детям все потрогать, пошуметь, пусть выберут любой, на котором будут играть. Развивать творчество, учить играть на разных шумовых инструментах.	
4	«Насекомые» - Идем на полянку. Слушайте внимательно, когда идти, а когда можно бежать. - И вместе с кузнечиком ... - Собрались на полянке насекомые и танцуют	03 Ходьба и бег	В музыке чередуются отрывки, поэтому наши движения тоже чередуются. Учить слушать музыкальные отрывки и действовать соответственно.	Клавесы.
		07 Кузнечик	Галоп (1 занятие) Подскок (2 занятие)	
		15 Танец насекомых	Учить ритмично выполнять движения танца с полной амплитудой.	
	Посмотрите по дорожке весело бежит и скачет сороконожка. И мы как сороконожка встанем в паровозик и поиграем. Кто будет первый?	13 Сороконожка	Учить подпрыгивать на одной ноге. У кого совсем не получается, можно стоять или подпрыгивать на двух.	
		14 Игра сороконожка	1ч. Идем ритмично под музыку и первый стучит палочками. 2ч. Отдает клавесы следующему игроку и	

			встает в хвост. Учить играть в игру, слушать музыку, выполнять игровые задачи	Ленты - Крылья для бабочек
На ковриках. - Ах, какая стрекоза! Только крылья, да глаза! Как красив ее полет, будто это вертолет. Звонко крылышки звенят и на солнышке блестят. - А за стрекозою вдруг, прилетает майский жук - Как гусеница ползет интересно. Давайте повторять за ней. - Пора строить дом. - Вот и превратилась наша гусеница в бабочку. - Соберем всех насекомых в коробочку. Кого возьмем? - Раз, коробочка открылась и все разбежались.	05 Стрекоза	Закрепляем и совершенствуем умения выполнять движения партерной гимнастики. Держать спину ровно.		
	06 Майский жук	Закрепляем и совершенствуем умения выполнять движения партерной гимнастики. Держать спину ровно.		
	20 Гусеница	Стоя на ковриках, опускаем руки на пол, близко к ногам. Шагаем руками вперед, ноги остаются на ковриках. Постояли в планке, шагаем руками обратно. Присаживаемся на корточки.		
	21 Строим дом	Ритмично выполнять движения.		
	22 Бабочка	Стопы вместе, колени разведены. Держим стопы руками.		
	27 Коробочка	И.п. сидя, ноги вытянуты вперед, ровные, вместе, носки натянуты. (дно у коробочки целое, не ломается, дырок нет) Поднимаем руки вверх – открыта крышка. Сидим и говорим Возьмем бабочку, положим ее в коробочку и закроем крышку. Выполняем упражнение складочка. Стараемся ложиться животом, с ровной спиной.		
Пришли ребята ловить бабочек.	23 Ловишки для бабочек	Под музыку бабочки летают. А Ловишки ждут. Как музыка окончилась идут ловить бабочек.	Широкая резинка 3-4 м. сшитая в круг	
А паучки плетут паутинку и ловят мух.	29 Паутина с резинкой	Делимся на 3 подгруппы. Первая –мухи. Вторая и третья – паутина. «Паутинка» - встаем в круг, беремся за резинку или за руки, мухи садятся в серединку. Повторяя слова, энергично, поднимаем и опускаем руки поочередно – «плетем паутину» Меж травинок на болоте сеть свою плетет паук. Он сегодня на охоте, приглашает в гости мух. Мухи, не пугайтесь! Летите, покачайтесь! (на последние 2 строчки раскачиваем руками) Поднимаем руки, под музыку мухи «летают» в круг из круга. С окончанием музыки паутинка захлопывается. Кто внутри круга, тот пойман.		

Дополнительный материал

Неделя	Тема Краткое содержание игровой ситуации	Название упражнения	Краткое описание движений	Оборудование
1	«Подводный мир» Идем гулять. - Мы пришли на берег моря. - Тут и пальмы, и чайки, и крабики. Вот так крабики двигаются – боком и клешнями еще шевелят. - Побежали по берегу моря. - А если мы опустимся по воду, то можем встретить целое семейство веселых акул. Они вышли на охоту. - В море есть морская черепаха и морской конек.	01 Марш и упражнения в ходьбе	Маршируем, идем на носочках и на пяточках	Картинки: краб, акула, Морская черепаха, Морской конек, Морские ежи, лодочка.
		02 Краб сидит	Движения по тексту песни. Качаемся, как пальмы руки в стороны, как краб шагаем приставным шагом.	
		09 Бег	Простой по кругу, змейкой между конусами, перепрыгивать камушки и т.д.	
		08 Акуленок ту-ру-ру	- Акуленок, плывет, виляя хвостиком, руки за спиной - Мама – плывет, кисли рук на плечах – вращение. - Папа – плывет – руки вперед и в стороны. - Бабушка – смотрит по сторонам, ладошками качаем как плавниками и выполняем повороты туловища. - Дедушка – уклоняется от водорослей, наклоны в стороны. - мы идем – активно шагаем. - убегай – бег на месте. - удирай – широкие круги прямыми руками – как плывем - мы спаслись – легкий присед, руки к груди и на прыжке руки вверх.	
		Зарядка		
		11 Морская черепаха	Ходьба на руках и ногах	Обручи
		12 Морской конек	Галоп в правую и левую сторону	
	Много разных рыбок есть в море, попробуем их поймать.	30 Рыбки и сеть.	Делим на 3 подгруппы 1 – рыбки, 2-3 сеть. Хоровод идет по кругу со словами: Рыбки плавают в водичке, Рыбкам весело играть. Рыбка-рыбка озорница Мы хотим тебя поймать. Хоровод останавливается. Поднимаем руки - это сеть. Пока играет музыка рыбки свободно плавают в круг и из круга. С окончанием музыки сеть закрывается. Кто остался в центре, того поймали. Если детей мало, то в хороводе в руки можно взять маленькие обручи, тогда больше станет похоже на сеть.	Массажные мячи Гимнастич. палочки
	На ковриках. Поплывем на лодочке. Для начала разогреем наши ручки.	20 Морские ежи	Катаем массажные мячики	
		21 Разогрев	И.п. сидя, ноги вытянуты, палочку держим вертикально и катаем ее между ладошек.	

		22 Плыдем на лодке.	Упражнение – складка. Цель: легкая растяжка, укрепление мышц спины и ног. И.п. сидя, ноги вперед, вместе, ровные, напряжены. Спина ровная. Палочку держим двумя руками, не широко. 1к. – гребем веслами. 1) И.п. палочка у груди. 2) тянемся вперед – складочка 3) двигаем палочкой по ногам к себе. 4) и.п. Припев – смотрим по сторонам, куда плывем. Палочку положили на плечи, поворот туловища вправо-влево. 2к – Вот как мы умеем. Поднимаем палочку вверх и возвращаем на плечи. Припев – ручки отдохнут. Потянулись положили палочку на пол за стопы, выпрямились – отряхнули ручки. Потянулись – взяли палочку, выпрямились – покрутили палочкой.	Игрушка или картинка крокодила Ткань синяя немного прозрачная
		25 Лодочка и крокодил	Жестовая и пальчиковая активная игра. - изображаем, как плывем. Разными способами. - припев, кричим ква-ква и активно раскрываем пальчик	
	Пересядем на двухместные лодки и поплывем на рыбалку	34 Двухместные лодки	Связать два обруча вместе. Сделать так 2-3 лодки. В каждый обруч встают по ребенку. Задача перенести рыбок с одного коврика в другую сторону в корзину. Учить сочетать свои движения с движениями друга. Успеть взять рыбки и положить в корзину, не потерять лодку.	
	В заключении волна хочет поиграть с нами	33 Кого спрятала волна	Под музыку танцуем, как музыка окончилась, присели, закрыли глазки. Угадываем кого волна накрыла	
2	«Подводный мир и волны» Идем гулять. Мы вышли на берег моря. - Море сейчас спокойное, тихое. - Подул ветерок и море заволновалось, волны стали сильнее и выше. - Сильный ветер, сильные волны, беспокойно наше море. Вот какое море бывает разное. Побежали по берегу бегать	01 Марш и упражнения в ходьбе	Легкий разогрев. Маршируем, идем на носочках и на пяточках	Ленты синие и голубые или легкие, газовые платочки по 2 на ребенка. Обручи, игрушки и корзины
		03 Плавные движения	- Качаем руками вниз - Приседаем, руки в стороны и встаем, медленно и плавно.	
		04 Разыгрались волны	- Качаем сильно руками, через низ в стороны. - Руки поставили в стороны выполняем повороты туловища. - Ноги на ш.п. наклоны в стороны с подъемом противоположной руки. - Ноги на ш.п. Наклоны вперед 1.Руки две вверх,2. Наклон руки вниз.	
		05 Сильные волны.	- Сильно машем руками перед собой. - Большие круговые движения правой рукой, потом левой, и двумя. - Прыжки ноги врозь и руки врозь – ноги вместе и руки вниз.	

		09 Бег любой	Простой по кругу, змейкой между конусами, перепрыгивать камушки и т.д.	
После сильных волн на берегу оказалось много чего интересного – камушки, ракушки, или рыбки... соберем находки в корзину.	13 Прыжки с заданием.		На полу разложить обручи 4-6 шт. С одной стороны обручей положить игрушки морских обитателей или морские ракушки. С другой стороны, поставить маленькие корзинки. Предложить детям собрать коллекцию в корзинки. Цель: учить соблюдать последовательность движения. Прыжок, приседание, перекладывание игрушки в корзинку. Прыгать можно как по одному, так и параллельно несколько человек, каждый по своей полосе, устроить соревнование – кто быстрее.	Гимнастич. Палочки
Опустимся на дно морское, а тут по-прежнему Акуля семейка охотится.	08 Акуленок ту-ру-ру		Учить выполнять движения с большой амплитудой.	
На ковриках. На дне, конечно, хорошо, но мы лучше на лодочке поплаваем.	21 Разогрев		И.п. сидя, ноги вытянуты, палочку держим вертикально и катаем ее между ладошек.	
	22 Плыдем на лодке.		Упражнение – складка. Цель: легкая растяжка, укрепление мышц спины и ног. И.п. сидя, ноги вперед, вместе, ровные, напряжены. Спина ровная.	
	23 Рыбка		Цель: укрепление мышц пресса и мышц спины. Развитие гибкости спины. И.п. лежа на животе. Ноги вместе лежат на полу. Руки отведены назад. Держим палочку двумя руками, палочка лежит на ягодицах. 1) Смотрим вперед, прогнулись, подняли голову, подняли палочку как можно выше за спиной, ноги от пола не отрываем и не сгибаем. 2) и.п.	Ленты
	24 Лодочка качается на волнах		Цель: укрепление мышц пресса и мышц спины. Развитие гибкости спины. Выполняем без палочки. И.п. лежа на животе. Приподнимаем прямые руки и прямые ноги и раскачиваемся, как лодочка на волнах. Можно помогать себе руками раскачиваться.	Длинная полоска синей ткани.
Я вижу, как к берегу приплыло много медуз. Хочу их всех переловить и обезвредить	31 Медузы		Детям раздать ленточки, так, чтобы они заправили их за пояс сзади. Включаем музыку, медузы плавают/бегают, а педагог пытается их обезвредить, собрать хвосты-ленточки.	Рыбки и море (синяя ткань или надувной круг), корзины
	34 Игра пройди под волной		Двое взрослых качают ткань вверх-вниз, а дети проходят под «волной». Сначала все в одну сторону, как все перешли, можно давать команду, что переходили в	

			другую сторону.	
	Вижу рыбок, много рыбок. Отправимся на рыбалку.	32 Рыбалка	Игра с логоритмикой и хлопками Дети 4-6 чел., садятся каждый на свой коврик в одной стороне зала. На противоположной стороне зала раскладываем "море" и на нем рыбки. - Все дружно хлопаем в ладоши: и зрители, и рыбаки, и говорим слова: Встанем рано в пять утра. На рыбалку нам пора. Раз-два-три беги. После этих слов рыбаки бегут к морю, берут одну рыбку и несут ее в корзину. Если рыбок вы приготовили больше, могут бегать 2-3 раза и приносить по одной рыбки.	
3	«Подводный мир и рыбки» Идем гулять. Море спокойное, опускаемся на дно и встречаем Морскую черепаху и морского конька. И рыбок много в море	01 Марш и упражнения в ходьбе	Легкий разогрев. Маршируем, идем на носочках и на пяточках	Рыбки игрушки с хвостами-ленточками
		11 Черепаха	На руках и ногах по прямой вперед и назад	
		12 Морской конек	Галоп в одну сторону с остановкой и сменой направления.	
		05 или 06 Зарядка с игрушками-рыбками	Если нет рыбок, можно взять массажные мячики - это морские ежи. С рыбками мы сделали зарядку: - Рыбка в правой руке, крутим рукой - большие круги. Тоже левой рукой. - Рыбка прячется за спину. Переложить в другую руку за спиной, потом перед собой. - Рыбка кружится. И.п. ноги на ширине плеч, руки в стороны. Повороты туловища. - Наклоны. Рыбка ныряет. Держим двумя руками, подняли вверх, наклонились, опустили вниз. - Рыбки плавают внизу. В наклоне, рыбки плавают вокруг ног. - Рыбки выныривают. Присели, направили рыбку носиком вверх. Подпрыгнули и подбросили рыбку вверх.	
	Разложить коврики. Рыбки, найдите себе домики. Можно плавать только под музыку, а как музыка закончится, прячьтесь в свой домик. А теперь мы сами будем с вами плавать и брызгаться, как рыбки	09 Поплыли рыбки, бег	По кругу, змейкой между конусами.	
		29 Домик для рыбок	На полу лежат коврики - это домики для рыб. Дети с рыбками в руках под музыку "плавают" между ковриков. А как музыка заканчивается, садиться на коврики, т.е. прячутся в домики. Учить находить свой домик. Вместо ковриков можно взять колочие кочки. И вставать на них, это если дети босиком занимаются. Будет и массаж стоп, и равновесие.	
		07 Мы плаваем	Качаем руками, изображаем как брызгаемся, изображаем плавание, наклоны – ныряем, приседаем.	
	На ковриках. На дне, конечно, хорошо, но мы лучше на лодочке поплаваем.	21 Разогрев	И.п. сидя, ноги вытянуты, палочку держим вертикально и катаем ее между ладошек.	Гимнастич. Палочки

		22 Плыдем на лодке.	Упражнение – складка. Цель: легкая растяжка, укрепление мышц спины и ног. И.п. сидя, ноги вперед, вместе, ровные, напряжены. Спина ровная.	Крокодил Рыбки-игрушки, море. Удочка - это палочка для плавания
		23 Рыбка	Цель: укрепление мышц пресса и мышц спины. Развитие гибкости спины. И.п. лежа на животе. Ноги вместе лежат на полу. Руки отведены назад. Держим палочку двумя руками, палочка лежит на ягодицах. 1) Смотрим вперед, прогнулись, подняли голову, подняли палочку как можно выше за спиной, ноги от пола не отрываем и не сгибаем. 2) и.п.	
		24 Лодочка качается на волнах	Цель: укрепление мышц пресса и мышц спины. Развитие гибкости спины. Выполняем без палочки. И.п. лежа на животе. Приподнимаем прямые руки и прямые ноги и раскачиваемся, как лодочка на волнах. Можно помогать себе руками раскачиваться.	
		25 Лодочка и крокодил		
	Не боимся мы крокодилов. Всех распугали. Пора отправляться на рыбалку.	32 Рыбалка	Развивать ритмичные хлопки и умение проговаривать текст. Развивать выдержку, бежать только после окончания слов. Развивать скорость. Встанем рано в пять утра. На рыбалку нам пора. Раз-два-три беги.	
	Теперь и я пойду на рыбалку. Ух берегитесь.	31 Удочка	Дети присаживаются на корточки, рядом друг с другом. Педагог водит над детьми удочкой и говорю слова: Удочку в руках держу, по воде вожу-вожу. Рыбку я поймать хочу. 1вар. Опускаем удочку на пол, а дети-рыбки перепрыгивают ее. 2вар. Дети убегают, а я бегу с за ними с удочкой.	

Карта наблюдения
(программа Бурениной А.И. «Ритмическая мозаика. Программа по ритмической пластике»).

Способ оценки результативности планируемых результатов – педагогические наблюдения

3-4 года

№	Фамилия, имя ребёнка	Исполнение основных движений под музыку (ходьба, бег, высокий шаг, топающий шаг)	Умение передавать музыкальный образ	Умение ориентироваться в пространстве (вставать в круг, строиться в шеренгу)	Умение повторить за педагогом заданный ритм	Освоение танцевальных элементов («пружинки» «носочек» «пяточка» «притопы» «топотушки» движение руками)	Эмоциональная отзывчивость

4-5 лет

№	Фамилия, имя ребёнка	Качественное выполнение основных движений (ходьба, бег, подскоки, высокий шаг, топающий шаг, прямой галоп)	Умение передавать музыкальный образ	Умение ориентироваться в пространстве (вставать в круг, строиться в шеренгу, колонну)	Умение повторить за педагогом заданный ритм	Умение выполнять сложные танцевальные движения (сложнопараллельные, сложнопоследовательные).	Эмоциональная отзывчивость

Высокий – выполняет самостоятельно

Средний – выполняет с помощью педагога

Низкий – не выполняет