

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
СОДЕРЖАНИЯ РАБОТЫ
по дополнительной общеобразовательной программе
«Мы и Танец» 1-й год обучения
Для разновозрастной группы (5-7 лет)
на 2021-2022 учебный год**

Руководитель:
Лагутина Оксана Владимировна

№ п/п	Месяц	Тема	Содержание занятия	Часы
1.	Сентябрь	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	« Паровоз Букашечка » - Развивать ритмичность, координацию движений рук и ног. - Перестроения из круга в рассыпную и обратно.	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	« Попрыгунчики », « Бабочки и гусеницы » - Формирование основных движений. - Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. - Развитие музыкальной памяти.	2
		Навыки выразительного движения	« Ленточки », « Танцем - поочередно » - Формирование способности воспринимать и воспроизводить движения, показываемые взрослым и самостоятельно.	2
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	« Мячики » - Развивает чувство ритма, двигательный опыт	1
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	« Путешествие в морское царство » - Умение передавать в движениях, создание условий для импровизации движений.	1
		Этюды, танцы	« Медведь », « Два мышонка » - Учить детей работать в паре. - Выполнять движения по тексту. - Способствовать развитию умения двигаться в соответствии с темпом и характером музыки. - Развитие образного восприятия музыки	1
2.	Октябрь	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	« Звери шли на водопой » - Ходьба на носках, топотушки, мягкий шаг, высокие шаги, прыжки на двух ножках, подскоки. - Совершенствование навыков выразительной и эмоциональной передачи игровых и сказочных образов.	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	« Выставление ноги на пятку », « Мячики » - Развитие координации движений, развитие ориентации в пространстве. - Учить детей не наталкиваться друг на друга. « Мозаика из движений » - Развиваем наблюдательность, чувство ритма. - Внимательность.	2
		Навыки выразительного движения	« Лошадки » - Развивать ритмичность, координацию движений рук и ног.	1
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	« Воробушки » - Импровизация с мячом. - Сочетание хлопков и притопов	1
		Этюды, танцы	Танцевальные элемент, шаги: «гармошка», «ёлочка» «Веселые грибочки», «Три пингвина» - Формировать элементарные плясовые навыки, расширять двигательный опыт, развивать координацию движения с музыкой. - Развивать эмоциональность и образность, восприятия музыки через движения. - Учить ритмично хлопать в ладоши.	2
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	« Сказочный остров » - Укрепление опорно-двигательного аппарата. Развитие мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей	2

			(выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок)	
3.	Ноябрь	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	«Бабочки и Гусеница» - Развивать музыкально-ритмическую координацию движений. - Способствовать приобретению умения с изменением характера звучания музыки изменять движения. - Изменять движение со сменой частей музыки.	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	«Кружимся парами» - Развивать ритмичность, координацию движений рук и ног.	1
		Навыки выразительного движения	«Мозаика из движений», «Упражнения для рук –Поющие руки, моторчик» - Развивать мышечную силу, гибкость, выносливость, скоростно-силовые и координационные способности.	2
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	«Притопы, прыжки в сочетании с ударами в ладоши» - Развивать у детей слуховое внимание, координацию движений, чувство ритма.	1
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	«Будильник»: Укрепление опорно-двигательного аппарата. Развитие мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей (выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок)	2
		Этюды, танцы	«Орел», «Лошадки танцуют» - Закреплять умение ходить высоко поднимая ноги, ровно держать спинку, уметь ориентироваться в пространстве.	2
4	Декабрь	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	«Круг, линии, змейка» - Развитие координации движений, развитие ориентации в пространстве. - Учить детей не наталкиваться друг на друга.	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	«Прыжки и хлопки в паре» - Учим детей работать в паре, ориентироваться в пространстве. - Учить согласовывать движения с партнером. - Работа над осанкой, работа над выразительностью движений. - Двигаться в танце ритмично, эмоционально.	1
		Навыки выразительного движения	«Экзерсис на развитие выразительности, положения корпуса, головы» - Умение удерживать корпус, развитие устойчивости	1
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	«Осторожный шаг и прыжки», «Прыжки и хлопки в паре» - Развивать у детей слуховое внимание, координацию движений, чувство ритма.	2
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	«Ежик в лесу» - Укрепление опорно-двигательного аппарата. - Развитие мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей (выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок)	1
		Этюды, танцы	«Часики», «Боковой галоп» - Умение координировать работу всех частей тела. - Движение боком, спиной	2

5	Январь	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	«Встаньте дети, встаньте в круг» - Умение ритмически правильно двигаться в заданном направлении и понятие «броуновского движения»	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	«Веселый крокодил» - Внимательно слушать музыку и движениями реагировать на изменения в ней. - Слушать педагога и реагировать на изменение задания. - Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями	1
		Навыки выразительного движения	«Облака» - Работа над осанкой, работа над выразительностью движений.	1
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	«Червячки» - Укрепление опорно-двигательного аппарата. - Развитие мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей (выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок)	1
		Этюды, танцы	Танец – игра «Обезьянки» - Развитие импровизации. - Формировать активность. - Развитие артистизма, работа над эмоциями и мимикой лица.	2
6	Февраль	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	«Круг, линия, диагональ» - Умение перестраиваться в заданном направлении, двигаться в ритм музыки	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	Понятие музыкальных размеров: развить ритмическую и эмоционально-действенную часть музыки танца	1
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	«Цирк» - Укрепление опорно-двигательного аппарата. - Развитие мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей (выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок)	2
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	Хлопки – «Ладушки», «Блинчики», «Тарелочки» - Развитие силы ног, двигательных навыков	2
		Этюды, танцы	«Веселые моряки», Танец «Лесной хоровод» - Улучшать качество исполнения танцевальных движений. Развитие быстроты и координации в танце. - Формировать умение выражать в танце, музыкальном движении динамику развития музыкального образа	2
7	Март	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	«Колона – перестроение» - Развивать ориентировку в пространстве. - Использовать игровые приемы для более легкого восприятия детьми задания на перестроение.	1
		Навыки выразительного движения	«Исходные позиции рук», «Шарик» - Изучение позиции рук выработать у детей красивую осанку, подтянутость, внутреннюю собранность	2
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	«Подскоки и ходьба»	1

			- Учить детей переходить от одного вида движений к другому в соответствии с музыкой.	
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	Комплекс растяжки «Печем торт» - Укрепление опорно-двигательного аппарата. - Развитие мышечно-связочного аппарата и природных хореографических способностей (выворотность ног, гибкость тела, танцевальный шаг, прыжок)	2
		Этюды, танцы	Этюд “Зайка”, Танцевальные элементы. «Шаг с притопом в продвижении», Этюд “Цапля”, Этюд “Пары”	2
8	Апрель	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	«Найди свой уголок» - Выработка правильной осанки. - Развитие внимания, умения расходиться из колонны в разные углы зала по одному, а затем вновь сходиться в колонну	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	«Бабочки и мышки» - Подводить детей к самостоятельной смене движений с изменением характера музыки. - Развивать музыкально- ритмическую координацию движений.	1
		Навыки выразительного движения	«Гуси на пруду», Танец – игра «Обезьянки», «Прыг-скок» - Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. - Умение работать в паре.	2
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	«Прыжки на одной ножке». «Ходьба и подскоки» - Развивать двигательные способности	2
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	Комплекс растяжки «Солнечные лучики» - Осуществлять профилактику плоскостопия. Упражнения для укрепления мышц спины, пресса, ног, рук, и т.д. - Развивать мышечную силу, ловкость, гибкость, выносливость.	1
		Этюды, танцы	Танец – игра «Обезьянки», Танец «Ваньки-встаньки», Хоровод «Ходит матушка весна»	2
9	Май	Музыкально-ритмическая деятельность. Построения и перестроения.	«Клубок» - Совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.	1
		Упражнения на развитие музыкальности, ритмического рисунка.	Танец – игра «Бим-Бам-Бом», «Клубок» - Помогать чувствовать характер музыки и передавать его игровыми действиями. - Умение работать в паре. - Развитие коммуникативных навыков. - Способствовать развитию у детей музыкального и выразительного исполнения движений.	2
		Ритмические упражнения Прыжки, бег	Бег на носочках и остановка с хлопками. - Учить реагировать на динамические изменения в музыке, уметь двигаться в нужном темпе (высокие шаги, ходьба на пятках, на носочках, прыжки на двух ногах, приседания и т.д.)	1
		Комплекс упражнений, выполняемый сидя и лежа на полу.	Комплекс растяжки «Игра с мячом в паре» - Способствовать оптимизации роста и развития опорно-двигательного аппарата, формировать правильную осанку, содействовать профилактике плоскостопия	2

	Этюды, танцы	Комбинация – Птичка – утюжок на каблучок» Танец – игра «Ловушка», «Мексиканский танец», «Танец обезьянок». - Учить ориентироваться в пространстве. - Закрепить последовательность движений танца. - Развивать выразительность исполнения различных видов основных танцевальных движений	2
--	-----------------	---	---

Руководитель: _____/Лагутина О.В./