

Планирование занятий по сюжетно-ролевой ритмической гимнастике

по музыкальной сказке «Волк и семеро козлят» для детей младшего дошкольного возраста

Содержание занятий	Январь-март								
	1	2	3	4	5	6	7	8	ИТОГ 9
«Волк и семеро козлят»									
<i>Композиция 1 «Песенка козлят»</i>									
1. Наклон до касания рукой пола (русский поклон)	и	и	и	з	з	з	с	с	с
2. Ходьба хороводом, взявшись за руки	и	и	з	з	з	з	с	с	с
3. Серия полуприседов, в сочетании с работой рук и туловища	и	и	и	з	з	з	с	с	с
4. Выставление ноги вперёд на пятку, слегка приседая на опорной	и	и	и	з	з	з	с	с	с
<i>Композиция 2 «Предостережение мамы-козы»</i>									
1. Полуприседы в сочетании с наклонами в стороны и приседами	и	и	и	з	з	з	с	с	с
2. Волнообразные движения рук вперёд - вверх				и	и	з	з	с	с
<i>Композиция №3 «Козлята остались одни»</i>									
1. Повторение упражнений композиции №1				з	з	з	с	с	с
2. Движения рук с мячом вверх и в стороны		и	и	з	з	з	с	с	с
3. Вращение мяча кистями рук вперёд и назад		и	и	з	з	з	с	с	с
4. Подбрасывание мяча вверх и ловля его		и	и	з	з	з	с	с	с
5. Отбивание мяча об пол и ловля его после отскока		и	и	з	з	з	с	с	с
6. Прыжки на двух ногах	и	и	и	з	з	з	с	с	с
7. Прыжки ноги врозь - вместе	и	и	и	з	з	з	с	с	с
8. Бег по сигналу	и	и	и	з	з	з	с	с	с
<i>Композиция №4 «Волк стучится к козлятам»</i>									
1. Полуприседы с различными движениями рук	и	и	и	з	з	с	с	с	с
2. Наклоны вперёд	и	и	и	з	з	з	с	с	с

3. Танцевальные движения типа «твист»	И	И	И	З	З	З	С	С	С
<i>Композиция №5 «Волк бежит к Пете-кузнецу»</i>									
1. Минутный бег по кругу					З	З	З	С	С
2. Перестроение в малые круги				З	З	З	С	С	С
<i>Композиция №6 «Петя учит волка петь»</i>									
1. Приседания в сочетании с дыхательными упражнениями.				З	З	З	С	С	С
2. Дыхательные упражнения со звуковым произношением				З	З	З	С	С	С
3. Бег на месте с упором на руки				З	З	З	С	С	С
<i>Композиция №7 «Волк поёт голосом мамы»</i>									
1. Прогибы и сгибание позвоночника в упоре на четвереньках				З	З	З	С	С	С
2. Высокие прыжки на двух ногах.									
<i>Композиция №8 «Мама ищет козлят»</i>				З	З	З	С	С	С
1. Повторение упражнений из композиции 1,3				З	З	З	С	С	С
2. Вращение скакалкой				З	З	З	С	С	С
3. Перепрыгивание через скакалку				З	З	З	С	С	С
4. Прыжки на скакалке				З	З	З	С	С	С
<i>Композиция №9 «Финал»</i>				З	З	З	С	С	С
1. Ходьба по кругу с носка				З	З	З	С	С	С
2. Группировка				З	З	З	С	С	С
3. «Велосипед»				З	З	З	С	С	С
4. Покачивание из седа «по-турецки»				З	З	З	С	С	С
<i>Композиция №10</i>				З	З	З	С	С	С
1. Повторение упражнений из композиций 1,3, 8				З	З	З	С	С	С

Примечание: И-изучение, З-закрепление, С-совершенствование