

Диагностика дополнительной общеразвивающей программы «Радуга ритмов».

Тема № 1.

Введение. Начало пути

Теория. Мир ритма вокруг нас, его многообразие. Знакомство с учебным кабинетом, обзор основных тем программы. Инструктаж по ТБ.

Практика. Русские нар. мелодии в современной обработке для разминки, «Пони» Суворовой, игра «Тихо-громко». *Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и укрепление осанки*

Тема № 2.

Морское путешествие

Теория. Показ на интернет доске файлов о море. Прослушивание звуков моря.

Практика. Видео-презентация «Ритм моря». Пальчиковая игра «Птицы», «Замок», (см. приложение). Игровой стретчинг. Танец «Пингвинов» Танец «Волн» Вальс Дебюси. Подвижная игра «Чей кружок быстрее соберется», с лентами.

Тема № 3.

Зоопарк.

Теория. Видео ряд зверей

Практика. Мы шагаем в зоосад,

Побывать там каждый рад...

Марш по залу, различные перестроения, виды ходьбы. Пскоки по -одному и парами.

Перестроение врассыпную по залу.

Тема № 4.

К нам приехал цирк

Теория. Видео ряд «цирк»

Практика. Ритмическая композиция «Весёлый зоопарк», Пальчиковая игра «Пять поросят», Игровой стретчинг (см. приложение). Танец «Ки-ко-ко». Танец парами «Кремена». Танец «Самба». Подвижная игра «Третий лишний».

Тема № 5.

Новогодний поезд.

Теория Художники, писатели, поэты о празднике.

Практика. *Упражнения на расслабление мышц-игра «Сосулька», дыхательные и укрепление осанки- поднимание рук на вдохе и свободное опускание рук на выдохе. Игра на внимание «Гномы и великаны». Поклон*

Тема № 6.

Незнайка

Теория. Показ движений, видео

Практика. Ритмическая композиция «Незнайка» муз. исп. Меладзе, Пальчиковая игра по желанию детей. Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий) виды бега (лёгкий, на носочках, энергичный, стремительный).

Тема № 7.

Муха Цокотуха.

Теория. Обзор сказки, вспомнить главных героев.

Практика. Хороводные шаги: топающий (топотушки, перетопы), дробный шаг. Движение по линии, против хода, в колонне по диагонали, в шеренге взявшись за руки.

Тема № 8

Будем космонавтами

Теория. Видео ряд о космосе

Практика. Разные виды ходьбы (бодрый шаг- на носках, на внутренней стороне стопы, на пятках), бег быстрый с остановкой, прыжки на двух ногах, на одной, прямой и боковой

галоп, подскоки. Подвижная игра «Застывшие фигуры», «Садись в ракету»(игра «Займи место» но с обручами, встаем спинами),«Ловишка».

Тема № 9.

Буратино

Теория. Обзор сказки и главных героев

Практика. Ритмическое упражнение «Капли», Игровой стретчинг(см. приложение).

Танец парный «Птичка польку танцевала» Танец «Шу-ва-ва» Подвижная игра «Ищи»,

«Не выпустим»,