

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 95  
комбинированного вида Невского района Санкт-Петербурга

Приоритетность и распределение приоритетов обучения, учёбы и предметов  
участия в конкурсе (проекте), проектов, связанных с творческими, научными  
и спортивными способами воспитания Федорова Е.А. Учебный план «Образование»

**ПРИНЯТ**

Решением педагогического совета

ГБДОУ детского сада № 95

Невского района Санкт-Петербурга

Протокол от 31 «08» 2021 г. № 1



# Учебный план

## к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Игровая ритмопластика» на 2021-2022 учебный год

Санкт-Петербург  
2021

## **Пояснительная записка**

Учебный план-документ, определяющий перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и, если иное не установлено настоящим Федеральным законом (Закон «Об образовании в Российской Федерации»).

*Учитывая специфику дошкольного образования-* отсутствие предметного характера содержания образования на данной ступени, реализации. Образовательных областей через детские виды деятельности, учебный план представляющий собой сетки непрерывной образовательной деятельности и образовательной деятельности режимных моментах в течении дня с распределением времени на основе действующего СанПин. Учитывается, что Программа обеспечивает развитие личности детей дошкольного возраста в различных видах общения и деятельности с учетом их возрастных, индивидуальных психологических и физиологических особенностей.

Продолжительность непрерывной образовательной деятельности для детей от 2 до 3 лет - не более 10 минут, для детей от 3 до 4 лет- не более 15 минут, для детей от 4 до 5 лет- не более 20 минут, для детей от 5 до 6 лет- не более 25 минут, а для детей от 6 до 7 лет – не более 30 минут. Максимально допустимый объем образовательной нагрузки в первой половине дня в младшей и средней не превышает 30 и 40 минут соответственно, а в старшей и подготовительной- 45 минут и 1,5 часа соответственно. В середине времени, отведенного на непрерывную образовательную деятельность, проводят физкультурные минутки. Перерыв между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

## Планирование образовательной деятельности

### *Ранний дошкольный возраст*

Сроки реализации	Наименование разделов и тем	<b>Общее количество часов</b>
		Для детей 2 лет
Сентябрь-Октябрь	1.Знакомство с игровой ритмопластикой 2.Изучение базовых движений: -Марш -Пружинка -Поднимание рук-На вдохе. Свободное опускание на выдохе. -Наклоны корпуса	16
Ноябрь-Декабрь	1.Игротанцы -Пружинные полууприседания -Ритмические танцы -Хлопки в разном ритме под музыку -Прыжки 2.Изучение танцевальных комбинаций	16
Январь-Февраль	1. Музыкально-подвижные игры «Помогатор», «Веселый марш», «Пятна» 2.Постановка танцевальной композиции	16
Март-Апрель	1.Постановка танцевальной композиции 2.Внедрение актерского мастерства	16
Май	1.Отработка танцевальной композиции. 2.Итоговый показ/открытый урок	8
	<b>ИТОГО часов:</b>	<b>72</b>

***Младший дошкольный возраст***

Сроки реализации	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	
		Для детей 3-4 лет	Для детей 4-5 лет
Сентябрь -Октябрь	1.Знакомство с игровой ритмопластикой 2.Изучение базовых движений: -Марш -Пружинка -Поднимание рук-На вдохе. Свободное опускание на выдохе. -Наклоны корпуса	8	8
Ноябрь-Декабрь	1.Игротанцы -Пружинные полуприседания -Ритмические танцы -Хлопки в разном ритме под музыку -Прыжки 2.Постановка танцевальных этюдов	8	8
Январь-Февраль	1. Музыкально-подвижные игры «Помогатор», «Веселый марш», «Пятна» 2.Постановка танцевальной композиции	8	8
Март-Апрель	1.Постановка танцевальной композиции 2.Внедрение актерского мастерства	8	8
Май	1.Отработка танцевальной композиции. 2.Итоговый показ/открытый урок	4	4
	<b>ИТОГО часов:</b>	<b>36</b>	<b>36</b>

***Старший дошкольный возраст***

Сроки реализации	Наименование разделов и тем	Общее количество часов	
		Для детей 5-6 лет	Для детей 6-7 лет
Сентябрь-Октябрь	<p>1.Знакомство с игровой ритмопластикой,</p> <p>2.Введение навыков музыкальных знаний:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-танцевальный этюд на внимательность к ритму(образный этюд).</li> <li>-Упражнение с хлопками, прыжками, маршем , с целью попадания движением в четкий ритм.</li> </ul> <p>3Изучение базовых движений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Хлопки</li> <li>-Прыжки «Сосиска», «Вареная сосиска»</li> <li>-Марш</li> <li>-ходьба на корточках с удержанием рук в стороны «Гусь в полете»</li> <li>-Бег захлест назад</li> <li>-Бег высокий</li> </ul> <p>4.Введение упражнений на выносливость:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Каракатица</li> </ul>	8	16
Ноябрь-Декабрь	<p>1.Изучение танцевальных этюдов разного характера и ритма.</p> <p>2.Усложнение базовых движений:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-добавление рук в упражнения</li> <li>-смена ритма на более быстрый или медленный</li> <li>-смена ракурса</li> </ul>	8	16
Январь-Февраль	<p>1.Внедрение актерского мастерства.</p> <p>2.Постановка сюжетных танцевальных этюдов .</p>	8	16
Март-Апрель	<p>Знакомство с импровизацией:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Произвольные танцы под разного ритма музыку «Танцевальная минутка»</li> </ul>	8	16
Май	<p>1.Отработка танцевальной композиции.</p> <p>2.Итоговый показ/открытый урок</p>	4	8
<b>ИТОГО часов:</b>		<b>36</b>	<b>72</b>