

Согласовано
« 05 » 09 2025 года
зав. отдела ПОУ _____
/Н.В. Баннова/

**Календарно-тематическое планирование
на 2025 - 2026 учебный год по программе «Ритмопластика для малышей»
педагог Федорова Е.Р. Группа № 25005, 1-й год обучения**

№ п/п	Дата		Тема учебного занятия	Количество часов
	планируемая	фактическая		
1	08.09.2025		Вводное занятие Знакомство детей с правилами поведения на занятиях ритмопластикой, инструктаж по технике безопасности	1
2	11.09.2025		Разминка Различные виды ходьбы, бег. Развитие физического аппарата. Ходьба лицом, спиной вперёд.	1
3	15.09.2025		Разминка Различные виды ходьбы, бег. Развитие физического аппарата. Ходьба лицом, спиной вперёд.	1
4	18.09.2025		Разминка Различные виды ходьбы, бег. Развитие физического аппарата. Ходьба лицом, спиной вперёд, на носках.	1
5	22.09.2025		Разминка Различные виды ходьбы, бег. Развитие физического аппарата. Ходьба лицом, спиной вперёд, на носках.	1
6	25.09.2025		Разминка Различные виды ходьбы, бег. Развитие физического аппарата. Ходьба лицом, спиной вперёд, на носках, на пятках.	1
7	29.09.2025		Разминка Различные виды ходьбы, бег. Развитие физического аппарата. Ходьба лицом, спиной вперёд, на носках, на пятках.	1
8	02.10.2025		Разминка Танцевально-ритмические композиции «Вперед 4 шага»	1
9	06.10.2025		Разминка Танцевально-ритмические композиции «Зайка топни ножкой»	1
10	09.10.2025		Разминка Танцевально-ритмические композиции «Мишка с куклой»	1
11	13.10.2025		Разминка Танцевально-ритмические композиции «В лесу родилась ёлочка» «Дед мороз»	1
12	16.10.2025		Разминка Танцевально-ритмические композиции «Нет у зайки рукавиц» «Дует, дует ветерок»	1
13	20.10.2025		Разминка Танцевально-ритмические композиции Мы на луг ходили», «танец сидя»	1
14	23.10.2025		Разминка Танцевально-ритмические композиции «Уточки», «По малину»	1
15	27.10.2025		Разминка Общеразвивающие упражнения. Построение в круг и передвижение по кругу в различных направлениях	1

16	30.10.2025		Разминка Общеразвивающие упражнения. Упражнения с предметами. Упражнения с погремушками, султанчиками (хлопками).	1
17	06.11.2025		Разминка Общеразвивающие упражнения. Упражнения на расслабление мышц, дыхательные и на укрепление осанки. Свободное опускание рук положения рук, ног.	1
18	10.11.2025		Разминка Общеразвивающие упражнения. Группировки. Сед ноги врозь, сед на пятках. Перекаты в положении лежа	1
19	13.11.2025		Разминка Обще развивающие упражнения. Основные движения прямыми и согнутыми руками и ногами. Основные движения туловищем и головой	1
20	17.11.2025		Разминка Общеразвивающие упражнения. Танцевальные шаги, на носках, полуприсед на одной ноге, другую вперед на пятку. Пружинные полуприседы.	1
21	20.11.2025		Разминка Общеразвивающие упражнения . Упражнения на осанку. Имитационные, образные упражнения.	1
22	24.11.2025		Партер Ритмические композиции сидя и лежа на ковре; комплекс 1	1
23	27.11.2025		Партер Ритмические композиции сидя и лежа на ковре; комплекс 1	1
24	01.12.2025		Партер Ритмические композиции сидя и лежа на ковре;. комплекс 2	1
25	04.12.2025		Партер Ритмические композиции сидя и лежа на ковре; комплекс 2	1
26	08.12.2025		Партер Ритмические композиции сидя и лежа на ковре; комплекс 3	1
27	11.12.2025		Партер Ритмические композиции сидя и лежа на ковре; комплекс 3	1
28	15.12.2025		Партер Ритмические композиции сидя и лежа на ковре;. комплекс 3	1
29	18.12.2025		Партер Самомассаж (массаж рук с массажными мячами и без). «Покатай мяч между ладошками».	1
30	22.12.2025		Партер Самомассаж (Доступные приемы массажа с массажными мячами и без). «Сжимаем мяч».	1
31	25.12.2025		Контрольное занятие	1
32	12.01.2026		Партер Самомассаж (Доступные приемы массажа с массажными мячами и без). «Прокатим мяч по руке».	1
33	15.01.2026		Партер Самомассаж (Доступные приемы массажа с массажными мячами и без). «Массаж стоп».	1
34	19.01.2026		Партер Самомассаж (Доступные приемы массажа с массажными мячами и без). «Дождик».	1

35	22.01.2026		Партер Самомассаж (Доступные приемы массажа с массажными мячами и без). "Ласковый еж"	1
36	26.01.2026		Партер Самомассаж (Доступные приемы массажа с массажными мячами и без). "Месим тесто".	1
37	29.01.2026		Партер Общеразвивающие упражнения на ковре «бабочка», «неваляшка», «солдатик».	1
38	02.02.2026		Партер Общеразвивающие упражнения на ковре «кошка», «дельфин», «колючко».	1
39	05.02.2026		Партер Общеразвивающие упражнения на ковре «корзинка», «велосипед», «лодочка».	1
40	09.02.2026		Партер Общеразвивающие упражнения на ковре «коробочка», «кобра», «силачи», «качели».	1
41	12.02.2026		Партер Общеразвивающие упражнения на ковре «колобок», «самолет», «лягушка».	1
42	16.02.2026		Партер Общеразвивающие упражнения на ковре «цапля», «рыбка», «жуки», «я на солнышке».	1
43	19.02.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Городок (ортопедические модули)полоса препятствий 1	1
44	26.02.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Городок (ортопедические модули)полоса препятствий 1	1
45	02.03.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Городок (ортопедические модули) полоса препятствий 2	1
46	05.03.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Городок (ортопедические модули) полоса препятствий 3	1
47	12.03.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Городок (ортопедические модули) полоса препятствий 4	1
48	16.03.2026		Подвижные игры, игры соревнования Городок (ортопедические модули) полоса препятствий 3	1
49	19.03.2026		Подвижные игры, игры соревнования. Игры со спортивным инвентарём: мячи	1
50	23.03.2026		Подвижные игры, игры соревнования. Игры со спортивным инвентарём: мягкие мячи	1
51	26.03.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: скакалки	1

52	30.03.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: футбол	1
53	02.04.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: обручи	1
54	06.04.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: кегли	1
55	09.04.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: мячи сухой бассейн	1
56	13.04.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём : эстафеты	1
57	16.04.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: мячи	1
58	20.04.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: мячи и обручи	1
59	23.04.2026		Подвижные игры, игры-соревнования. Игры со спортивным инвентарём: мягкие мячи, обручи и кегли (боулинг).	1
60	27.04.2026		Итоговое занятие	1
			Итого:	60