

Министерство образования и науки Алтайского края краевое
государственное бюджетное образовательное учреждение для обучающихся,
воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Михайловская
общеобразовательная школа-интернат»

Программа рассмотрена на заседании М/О учителей предметников Протокол № 1 <u>« 29 » 08 2023 г.</u>	Согласовано И.о.заместителя директора по УР /_____/ Т.Ю.Кабак <u>«31 » 08 2023г.</u>	Принято на заседании педсовета Протокол № 1 <u>« 31 » 08 2023 г.</u>	Утверждаю директор школы- интерната /_____/М.А.Убраев Приказ № 141- <u>« 01 » 09 2023 г.</u>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Рабочая программа

по обязательным индивидуальным и групповым коррекционным
занятиям по ритмике для учащихся 5 класса

Вариант 1

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

Учитель: Беленко Ирина Викторовна

Первая квалификационная категория

2023-2024 уч. г.

Паспорт рабочей программы

Тип программы: адаптированная основная общеобразовательная программа. .

Статус программы: рабочая программа по ритмике.

Назначение программы: для обучающихся образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг.

Категория обучающихся: учащиеся 5 класса КГБ ОУ Михайловская общеобразовательная школа – интернат».

Сроки освоения программы: 1 год.

Объем учебного времени: 34 часа.

Форма обучения: очная

Режим занятий: 1 час в неделю.

Формы контроля-проверочные и контрольные работы, текущий опрос.

Содержание

1.Пояснительная записка.....	4
2.Содержание обучения.....	10
3.Тематическое планирование.....	12

1.Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями)далее ФАООПУО(вариант1),утвержденной приказом Министерства просвещения России от24.11.2022г. №1026(<https://clck.ru/33NMkR>).

1.Федерального закона от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

2.ФАООП УО (вариант 1), (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026 ;

3.Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), КГБОУ «Михайловская общеобразовательная школа – интернат»;

4.Учебного плана КГБОУ «Михайловская общеобразовательная школа-интернат»;

5.Положения о порядке разработки и утверждения рабочей программы предмета, коррекционного занятия КГБОУ «Михайловская общеобразовательная школа-интернат»;

6.СанПиН 2.4.3648 – 20 от 18.12.2020 г № 61573 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.»;

7.Письма МО РФ№ АФ-150/06 от 18 апреля 2008 г. «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми - инвалидами»;

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом

реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Программа по обязательным индивидуальным и групповым коррекционным занятиям по ритмике для учащихся 5 класса рассчитана на 34 часа в год по 1 часу в неделю.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих **задач**:

- развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);
- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

В программе обозначены два уровня умений: минимальный и достаточный.

Методы ведения учебных занятий курса могут быть следующими:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
- Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
- Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
- Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Планируемые личностные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину посредством народных музыкальных произведений;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 5) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 6) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 7) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 9) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 10) формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- 11) формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
- 12) оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо);
- 13) развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств средствами ритмики;
- 14) реализация творческого потенциала в процессе выполнения

ритмических движений под музыку;

15) формирование позитивной самооценки своих музыкально - творческих возможностей.

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none">– иметь представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;– знать основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;– уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;– различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;– отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;– различать основные характерные движения некоторых народных танцев.	<ul style="list-style-type: none">– знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;– уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;– знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;– уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.– развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;– повторять любой ритм, заданный учителем.

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью планируемых результатов освоения образовательной программы по учебному предмету «Ритмика» в 1 классе

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

2. Содержание коррекционного курса

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Основные направления работы по ритмике:

- игры под музыку;
- танцевальные упражнения;
- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц, упражнения с детскими музыкальными инструментами).

Упражнения на ориентировку в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка). Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико-гимнастические упражнения. *Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полу пальцы. Упражнения на выработку осанки. *Упражнения на координацию движений.* Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рукотдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. *Упражнение на расслабление мышц.* Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). *Упражнения с музыкальными инструментами.* Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца

остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя спроговариванием стихов, попевок и без них.

Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

3.Тематическое планирование

№	Тема предмета	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности		Дата
				Минимальный уровень	Достаточный уровень	
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	Самостоятельно занимают правильное исходное положение. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах.Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.	знать основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; – уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;	
2	Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие темпа и ритма. Понятие «музыкальная фраза», «длительность».	1	Самостоятельно занимают правильное исходное положение. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах.Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на	иметь представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;	развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;	

			<p>всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.</p>			
3	Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Упражнения для развития активной гибкости.	1	<p>Двигаются в соответствии с разнообразным характером музыки, различают в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передают в движении ритмический рисунок. Выставляют правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Учатся различать начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Учатся правильно маршировать, отрабатывает повороты на месте.</p>	<p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p>	<p>знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;</p>	
4	Паузы в движении. Маршевая и танцевальная музыка.	1	<p>Отстукивают простые ритмические рисунки на барабане и ложках. Повторяют термины: громко - тихо, высоко - низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки (быстро, медленно, умеренно).</p>	<p>отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;</p>	<p>развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;</p>	

5	Разучивание разминки. Знакомство с построением в линию, колонну, круг.	1	Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка). Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;	уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;	
6	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение из одной колонны в два ряда.	1	Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка). Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;	
7	Ритмико-гимнастические упражнения (хлопки, выстукивание, притопы)	1	Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. Выполняют простые шаги, шаги на носках. Сочетают движения с хлопками.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	повторять любой ритм, заданный учителем.	

			Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений.			
8	Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки,	повторять любой ритм, заданный учителем.	
9	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, змейка.	1	Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук..	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	повторять любой ритм, заданный учителем.	
10	Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене.)	1	Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	

			Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками			
11	Танцевальные шаги (на месте и в продвижении, со сменой положения рук.)	1	Имеют представления о народных танцах. Различают основные характерные движения некоторых народных танцев. Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляют ногу с носка на пятку.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	
12	Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг)	1	Учатся «исполнять» танцы: выход, настроение, подача. Приседают с опорой и без опоры, с предметами. Выполняют сильные поскоки, боковой галоп, приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Выстраиваются по команде (сигнальной карте) в круг, диагональ, колонну.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	

13	Общеразвивающие упражнения. Ритмические композиции.	1	Исполняют движения пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя известные элементы движений и танца. Исполняют основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопучкой, на полном приседе и с прыжком.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	
14	Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны	1	Исполняют движения пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя известные элементы движений и танца. Исполняют основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопучкой, на полном приседе и с прыжком.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	
15	Позиции ног. Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	

			инструкции учителя. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляют ногу с носка на пятку.	частей музыкальных фраз;		
16	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1	Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.	отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;	
17	Прямые позиции ног, рук. Основные правила.	1	Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.	четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки,	развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;	
18	Упражнения на координацию движений. Ходьба с координацией рук, ног.	1	Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд.	четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки,	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	

			<p>Выполняют по сигналу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма.</p> <p>Выполняют основные движения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку. Соблюдают темп движений, обращая внимание на музыку.</p>			
19	Знакомство с групповым танцем. Основные правила.	1	<p>Имеют представления о народных танцах. Различают основные характерные движения некоторых народных танцев.</p> <p>Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляют ногу с носка на пятку.</p> <p>Учатся «исполнять» танцы: выход, настроение, подача.</p>	ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;	
20	Игры под музыку. Ритмическая комбинация:	1	Упражнения на самостоятельную передачу в движении	уметь правильно и быстро находить нужный темп	повторять любой ритм, заданный	

	шаги на месте, с остановкой на каблук.		ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.	ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;	учителем.	
21	Ходьба с остановкой на пятках, на носках.	1	Выполняют ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняют перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируются в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. Выполняют простые шаги, шаги на носках. Сочетают движения с хлопками. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений.	уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;	уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве,	
22	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег.	1	Выполняют ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняют перестроение в круг из шеренги, цепочки.	уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;	уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве,	

			<p>Ориентируются в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.</p> <p>Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.</p>			
23	Ходьба с ускорением и замедлением темпа.	1	<p>Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд.</p> <p>Выполняют по сигналу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма.</p>	<p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p>	<p>уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве,</p>	
24	Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками.	1	<p>Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд.</p> <p>Выполняют по сигналу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма.</p> <p>Выполняют основные движения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку.</p>	<p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p>	<p>уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве,</p>	

			<p>Соблюдают темп движений, обращая внимание на музыку.</p> <p>Воспроизводят (и обучают слабых учеников) упражнения на выработку осанки.</p>			
25	Повороты с продвижением. Повороты на месте.	1	<p>Выполняют основные движения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку. Соблюдают темп движений, обращая внимание на музыку.</p>	<p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p>	<p>повторять любой ритм, заданный учителем.</p>	
26	Смена ритма и скорости движения. «Музыкальные змейки». Движения по линии танца.	1	<p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений.</p> <p>Выполняют во время ходьбы и бега несложных задания с предметами: оббегают их, собирают, передают, перекладывают с места на место.</p> <p>Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку (на доступном уровне).</p> <p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития тактильно-кинестетической способности рук.</p>	<p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p>	<p>повторять любой ритм, заданный учителем.</p>	

27	Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч)	1	<p>Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма.</p> <p>Наклоняют, поворачивают голову. Выполняют ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями.</p> <p>Выполняют наклоны, повороты, круговые движения головы, движения рук в разных направлениях, повороты туловища, выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Бросают, подбрасывают, ловят, катают, передают, перекачивают мяч.</p>	уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;	повторять любой ритм, заданный учителем.	
28	Комплекс упражнений на формирование правильной осанки.	1	<p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений. Выполняют во время ходьбы и бега несложные задания с предметами: оббегают их, собирают, передают, перекачивают с места на место.</p>	ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	повторять любой ритм, заданный учителем.	

			<p>Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку (на доступном уровне).</p> <p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития тактильно-кинестетической способности рук.</p>			
29	Диско-танец. Танец-импровизация.	1	<p>Изучают базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов).</p> <p>Закрепляют названия простых танцевальных шагов и умение их выполнять.</p>	ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	повторять любой ритм, заданный учителем.	
30	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение вкруг из шеренги, цепочки.	1	Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;	уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве,	
31	Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка	1	<p>Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке.</p> <p>Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз,</p>	четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки,	повторять любой ритм, заданный учителем.	

			малоконтрастных частей музыки.			
32	Танцевальные упражнения. Составление несложных танцевальных композиций.	1	Изучают базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Закрепляют названия простых танцевальных шагов и умение их выполнять. Исполняют основные упражнения на середине зала.	различать основные характерные движения некоторых народных танцев.	повторять любой ритм, заданный учителем.	
33	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1	Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляют ногу с носка на пятку.	различать основные характерные движения некоторых народных танцев.	повторять любой ритм, заданный учителем.	
34	Игры под музыку.	1	Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.	четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки,	уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве,	

