|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Согласовано»**Руководитель МО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Крайнова Л.В.Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 г. | **«Согласовано»**Заместитель директора школы по УР \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Калгатин А.В«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 г. | **«Утверждаю»**директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кирсанов А.В. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 г. |

**Адаптированная общеобразовательная программа**

**обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

**«Ритмика»**

**4 класс**

**вариант 1**

 **на 2023-2024 учебный год.**

Разработана учителем

Безменовой Е.В.

Алексеевка 2023

**СОДЕРЖАНИЕ**

[I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3](#_Toc158651842)

[II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 5](#_Toc158651843)

[III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 7](#_Toc158651844)

[IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 12](#_Toc158651845)

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программно-методические материалы по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>)

Программно-методические материалы могут быть использованы для образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Ритмика относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 4 классе рассчитана на 34 часа (34 учебные недели) и составляет 1 час в неделю.

Федеральная адаптированная основная образовательная программа определяет цель и задачи коррекционных занятий.

Цель коррекционного курса «Ритмика»– развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

* развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;
* обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;
* расширение кругозора обучающихся через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
* создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;
* формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;
* коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы

Цель коррекционного курса - развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

* совершенствование умения слушать музыку;
* овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
* совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
* коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
* развитие координации движений, чувства ритма, темпа;
* выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;
* овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
* развитие мышечной памяти, творческого воображения, мышления;
* развитие эстетического вкус, эмоционального и физического благополучия обучающегося;
* совершенствование навыков участия в коллективной творческой деятельности.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность обучающихся с нарушениями интеллекта. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

* совершенствование движений и сенсомоторного развития (развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики);
* коррекция отдельных сторон психической деятельности (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);
* развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);
* развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);
* коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирование умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);
* развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Содержание разделов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Название раздела | Кол-вочасов | Контрольныеработы |
| 1. | Упражнения на ориентировку в пространстве  | 6 | - |
| 2. | Ритмико-гимнастические упражнения  | 11 | - |
| 3. | Упражнения с музыкальными инструментами  | 4 | - |
| 4. | Игры под музыку  | 6 | - |
| 5. | Танцевальные упражнения | 7 | - |
| **Итого:** | 34 | - |

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Личностные:**

*персональная идентичность*

* осмысление роли обучающегося в образовательном учреждении;
* умение вступать в контакт и работать в коллективе, используя принятые ритуалы социального взаимодействия (учитель - ученик, ученик – ученик, ученики);
* активизация самостоятельности в выполнении заданий, поручений, договоренностей;
* развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
* развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

**Предметные:**

Минимальный уровень:

Должны:

* выполнять несложные упражнений под руководством учителя;
* знать основные правила поведения на уроках ритмики и осознанно их применять;
* выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении команд;
* иметь представления о двигательных действиях;
* выполнять подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
* выполнять ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями;
* участвовать в музыкальных играх под руководством учителя;
* выполнять ритмические комбинации движений на уровне возможностей обучающихся;
* понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);
* уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
* определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

Достаточный уровень

Должны:

* выполнять ритмические комбинации на максимально высоком уровне;
* иметь представления о выразительных средствах музыки;
* уметь характеризовать музыкальное произведение; согласовывать музыку и движение; самостоятельно выполнять комплексы упражнений;
* соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
* самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с
* малоконтрастными построениями;
* выполнять игровые и плясовые движения, передавая в них различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
* передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем;
* задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения.

**Примерные планируемые результаты
формирования БУД (базовых учебных действий):**

**Личностные учебные действия:**

* осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

**Коммуникативные учебные действия** обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

* вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
* использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
* обращаться за помощью и принимать помощь;
* слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
* сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
* договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

**Регулятивные учебные действия** обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

* соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
* выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

**Познавательные учебные действия** представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

* выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
* устанавливать видо-родовые отношения предметов;
* делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
* пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
* читать; писать; выполнять арифметические действия;
* наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

**Система оценки достижения обучающихся**

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.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:

*Стартовый контроль* (входная диагностика)**,** позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Текущий контроль* (контрольная диагностика):

* прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
* пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
* рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
* контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Текущий контроль (контрольная диагностика)**,** позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Итоговый контроль* (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № |  Тема коррекционного курса | Кол-вочасов | Программное содержание | Дифференциация видов деятельности |
| Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве – 6 часов** |
| 1 | Инструктаж по ОТ и ТБ. Ходьба с изменением направления и темпа движения  | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Повторение правил поведения и техники безопасности на уроках во время проведения занятий.Передвижение по залу с изменениемнаправления и скорости движенияМузыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.Выполняют поклон после объяснения и демонстрации всех действий, выполняют задание вместе с учителем; передвигаются по залу, с изменением направления и скорости движения.Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон, после объяснения и демонстрации всех действий, выполняют задание по словесной инструкции; передвижение по залу, с изменением направления и скорости движения.Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте |
| 2 | Перестроение изколонны по одному в колонну по четыре |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение действия под ритмичное отстукивание.Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по инструкции учителя; перестроение в колонны по четыре по образцу. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняя инструкцию учителя, исполняют движения | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; перестроение в колонны по четыре . Исполняют движения музыкально-ритмической игры |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 | Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов,сужение и расширение их | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение действий под ритмичное отстукивание.Перестроение из нескольких колонн в несколько круговМузыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по инструкции учителя; перестроение в колонны по четыре по образцу. Перестраиваются из нескольких колонн в несколько кругов,ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися.Передают в движении темп и ритм стиха | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; перестроение в нескольких колонн в несколько кругов.Передают в движении темп и ритм стиха, выделяя голосом сильную долю |
| 4 | Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение упражнений на формирование правильной осанки.Выполнение перестроения из круга в звездочку и карусель, с соблюдением дистанции, определение местоположения, направления движения при перестроении.Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон;упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя.Перестраиваются из круга в карусель из центра круга, лучами по 2 человека, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы.Принимают участие в музыкально-ритмической игре по инструкции учителя | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон; упражнения на формирование правильной осанки.Перестраиваются из круга в карусель из центра круга, лучами по 2 человека.Выполняют ритм стиха музыкально-ритмической игры |
| 4 | Ходьба по центру зала, умение намечатьдиагональные линии из угла в угол | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение комплекса ритмических упражнений Построение в колонну.Передвижение по залу с изменениемнаправления и скорости движения.Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон;упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя.Выполняют построение в колонну по инструкции учителя и образцу.Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики самостоятельно.Выполняют построение в колонну.Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки |
| 5 | Сохранение правильной дистанции во всех видахпостроений с использованием лент, обручей, скакалок | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение комплекса ритмических упражнений. Отработка навыка выбора правильной дистанции.Построение в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки. Выполнение упражнений с лентой, мячом | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон;комплекс ритмической гимнастики под контролем учителя.Отрабатывают навык выбора правильной дистанции, выполняя построения по образцу.Строятся в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки по инструкции учителя. Выполняют упражнения с лентой, мячом по инструкции | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон ; комплекс ритмической гимнастики самостоятельно.Отрабатывают навык выбора правильной дистанции, выполняя построения по инструкции учителя.Строятся в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки. Выполняют упражнения с лентой, мячом |
| 6 | Сложные упражнения с предметами | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение комплекса музыкально- ритмических упражнений с предметами. Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков  | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты).Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков или музыкальных инструментов |
| **Ритмико-гимнастические упражнения – 11 часов** |
| 7 | Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Построение в шеренгу. Выполнение комплекса упражнений для рук в быстром и медленном темпе. Выполнение комплекса ритмических упражнений (по выбору учителя).Музыкально – ритмическая игра  | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Передают несложный ритмический рисунок совместно с учителем | Входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами. Строятся в шеренгу.Передают ритмический рисунок |
| 8 | Повороты туловища в положении стоя, сидя спередачей предметов | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Ритмические движения с выполнением заданий.Упражнения на координацию движений.Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу.Принимают участие в музыкально-ритмической игре по инструкции учителя, выполняя совместно движения | Входят и строятся в танцевальном зале.Выполняют поклон. Самостоятельно выполняют комплекс ритмической гимнастики и упражнения на координацию движений; движения музыкально-ритмической игры  |
| 9 | Круговые движения туловища с вытянутыми встороны руками, за голову, на поясе | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение комплекса упражнений для корпуса. Расслабляющие упражнения для рук. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя).  | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон;комплекс упражнений для корпуса по инструкции;упражнения для расслабления по образцу; комплекс музыкально - ритмических упражнений по инструкции.Принимают участие в музыкально-ритмической игре по инструкции, содержанию музыкально-ритмической игры | Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс упражнений для корпуса; упражнения для расслабления, повторяя действия учителя. Выполняют комплекс музыкально - ритмических упражнений самостоятельно.Маршируют, выполняя движения соответственно содержания |
| 10 | Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение комплекса ритмических упражнений для укрепления мышц ног. Упражнения на координацию движений | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон;комплекс упражнений для укрепления мышц ног по образцу; упражнения на координацию по инструкции учителя | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале, выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики.для укрепления мышц ног; упражнения на координацию |
| 11 | Упражнения на выработку осанки. Упражненияна координацию движений | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение комплекса ритмической гимнастики. Упражнения на координацию движений и формирование осанки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; упражнения на координацию движений и формирование осанки по инструкции | Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики;упражнения на координацию движений и формирование осанки |
| 12 | Разнообразные сочетания одновременныхдвижений рук, ног, туловища, кистей | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение комплекса упражнений на синхронизацию движений рук, ног, туловища по выбору учителя. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; упражнения на синхронизацию движений рук, ног и туловища по образцу.Передают несложный ритмический рисунок | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики;упражнения на синхронизацию движений рук, ног и туловища, по образцу.Передают ритмический рисунок музыкально-ритмической игры |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 13 | Выполнение упражнений под музыку спостепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Движение по кругу с ускорением и замедлением. Игра «Ритмическая карусель». Выполнение комплекса ритмических упражнений (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу ; двигаются по кругу с ускорением; играют в игру по инструкции учителя.  | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики;двигаются по кругу с ускорением; соблюдают правила игры, соблюдая ритмы. |
| 14 | Поочерёдные хлопки над головой, на груди, передсобой, справа, слева, на голени | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Комплекс ритмических упражнений на координацию. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики на координацию по образцу;Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмических упражнений на координацию; воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков или музыкальных инструментов |
| 15 | Самостоятельное составление несложныхритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном) | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение творческого задания по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.С помощью учителя выполняют творческое задание по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов по инструкции.Передают в движении ритм и темп стиха по образцу | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют творческое задание по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов. Передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю |
| 16 | Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом («петрушка») | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение прыжков в движении по кругу. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя). Упражнения на расслабление ног  | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; прыжки в движении по кругу, по образцу и под контролем учителя.Принимают участие в музыкально-ритмической игре, передают ритмический рисунок по образцу.Выполняют упражнение на расслабление, повторяя действия учителя. | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют прыжки самостоятельно, упражнение на расслабление по инструкции ; инструкцию в движении по кругу.Передают ритмический рисунок на музыкальных инструментах |
| 17 | Упражнение «Цветок распускается» - с позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам  | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение приседаний с различными движениями рук. Выполнение движений, имитирующих распускание цветка.Выполнение комплекса ритмических упражнений | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу ; движения, имитирующие распускание цветка, по инструкции.Исполняют приседания с различными движениями рук, по инструкции. | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют поклон. Исполняют приседания с различными движениями рук. Выполняют движения, имитирующие распускание цветка.Выполняют комплекс ритмической гимнастики самостоятельно |
| **Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 4 часа** |
| 18 | Упражнения для кистей рук с барабанными палочками | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Упражнения для гибкости кистей рук. Игра на барабане барабанными палочками под музыкальное сопровождение. Маршировка под музыку с одновременной барабанной игрой | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения для гибкости кистей рук по образцу.Играют барабанными палочками на барабане несложные ритмические рисунки по инструкции учителя.Маршируют под музыку | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют упражнения для гибкости кистей рук.Самостоятельно исполняют барабанными палочками на барабане несложные ритмические рисунки.Маршируют под музыку с одновременной барабанной игрой |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 19 | Отстукивание ритмических рисунков на металлофоне | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Построение в колонну. Упражнения на развитие чувства ритма. Отработка игры на металлофоне под музыкальное сопровождение | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.По инструкции строятся в колонну.Выполняют по образцу упражнения на развитие чувства ритма.Играют простые мелодии на металлофоне под музыкальное сопровождение совместно с учителем | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Строятся в колонну самостоятельно.Выполняют упражнения на развитие чувства ритма.Играют на металлофоне под музыкальное сопровождение |
| 20 | Отстукивание ритмических рисунков кастаньетами | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Построение в шеренгу. Упражнения на развитие чувства ритма.Отработка игры на кастаньетах под музыкальное сопровождение  | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.По инструкции строятся в шеренгу.Выполняют по образцу упражнения на развитие чувства ритма.Играют простые мелодии на кастаньетах под музыкальное сопровождение совместно с учителем | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Самостоятельно строятся в шеренгу .Выполняют упражнения на развитие чувства ритма.Играют на кастаньетах под музыкальное сопровождение |
| 21 | Инсценировка детской песенку, играя на музыкальных инструментах  |  | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнений на развитие гибкости кистей рук. Прослушивание мелодии детской песенки. Работа над определением характера, темпа, музыкальных акцентов мелодииПодыгрывание на барабане, металлофоне ритмического рисунка простой мелодии | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу, повторяя действия за учителем.Слушают мелодию.Определяют характер, темп, музыкальные акценты мелодии с помощью учителя.Подыгрывают на барабане, металлофоне, следуя ритмическому рисунку мелодии совместно с учителем | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Самостоятельно выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук.Слушают мелодию.Определяют характер, темп, музыкальные акценты мелодии по опорным словам.Подыгрывают на бубне, опираясь на ритмический рисунок мелодии, делая акценты |
|  | **Игры под музыку – 6 часов** |
| 21 | Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, темповых идинамических изменений в музыкеИгра «Танцуй как я, танцуй лучше» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений. Игра «Танцуй как я, танцуй лучше»:- выполнение придуманных танцевальных движений одним из участников игры внутри круга;- приглашение им к участию в танце следующего участника (при продолжении танца этим участником) и т.д., пока все участники не окажутся танцующими. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений по образцу, повторяя действия учителя.Принимают участие в игре «Танцуй как я, танцуй лучше» | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Самостоятельно выполняют упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений по инструкции педагога.Выполняют танцевальные движения игры  |
| 22 | Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.Музыкальная игра «День - ночь» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Беседа о музыкальных оттенках, восприятии разнохарактерной музыки.Игра «День-ночь» под музыкальное сопровождение  | Входят и строятся в танцевальном зале с соблюдением интервала под контролем учителя. Выполняют поклон, движения соответствующие темпу, настроению музыки,ориентируясь на реакцию окружающих, инструкцию учителя.Эмоционально реагируют на изменение характера музыкальных фраз.Принимают участие в музыкально-ритмической игре | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Слушают беседу и отвечают на вопросы учителя.Выполняют движения, передавая ритмический рисунок, эмоциональное содержание музыки.Принимают активное участие в музыкально-ритмической игре, проявляя фантазию и эмоциональную реакцию на изменения характера музыки.Выполняют инструкции учителя |
| 23 | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.Игра «Карусели» | 1 | Построение с соблюдением интервала.Выполнение поклона. Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение. Игра «Карусели»:- передача в движении ритма и темпа стиха, выделяя голосом сильную долю;- передача несложного ритмического рисунка;- перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение.Участвуют в игре «Карусели»:- передают несложный ритмический рисунок- перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон.Исполняют движения под музыкальное сопровождение.Участвуют в игре «Карусели»:- передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю- передают несложный ритмический рисунок-перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки |
| 24 | Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование | 1 | Построение с соблюдением интервала.Выполнение поклона. Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение. Игра «Кто же, кто же к нам пришел?»:- передача несложного ритмического рисунка- передача в движении ритма и темпа стиха, выделяя голосом сильную долю;- передача через движение особенностей характера музыки;- перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение.Участвуют в игре «Кто же к нам пришёл?»:- передают несложный ритмический рисунок- перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по инструкции учителя | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон.Исполняют движения под музыкальное сопровождение.Исполняют знакомые движений под музыкальное сопровождение.Участвуют в игре «Кто же к нам пришёл?»:- передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю;- передают несложный ритмический рисунок;-передают через движение особенностей характера музыки;- перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки |
| 25 | Составление несложных танцевальныхкомпозиций. Игры с пением и речевым сопровождением  | 1 | Построение с соблюдением интервала.Выполнение поклона.Повторение известных танцевальных упражнений под музыку. Игра «Ходим кругом»:- ходьба по кругу с пением, в центре которого стоит ведущий; - повторение за ведущим показанного им танцевального движения; - выполнение водящим поклона и передача роли ведущего следующему участнику игры.Самостоятельное составление обучающимися несложных танцевальных композиций  | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение.Участвуют в игре «Ходим кругом»: -выполняют действия, повторяя действия учителя:- ходят по кругу, в центре которого стоит ведущий, с пением;- повторяют за ведущим показанное им танцевальное движение.Составляют несложные танцевальные композиции по образцу и инструкции педагога | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон.Исполняют движения под музыкальное сопровождение.Исполняют знакомые движений под музыкальное сопровождение.Участвуют в игре «Ходим кругом»: - самостоятельно выполняют действия:- ходят по кругу, в центре которого стоит ведущий, с пением;- повторяют за ведущим показанное им танцевальное движение;- передают роль ведущего следующему игроку. Составляют несложные танцевальные композиции  |
| 26 | Инсценирование музыкальных сказок, песен |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Исполнение музыкальных сказок, песен, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки.Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.Исполняют песни с демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки по инструкции учителя. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняют движения | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон.Исполняют музыкальные сказки, песни, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки.Синхронно выполняют движения под музыку |
| **Танцевальные упражнения – 7 часов** |
| 27 | Исполнение элементов плясок и танцев. Упражнения на различение элементов народных танцев |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение элементов плясок и танцев (подскоки, шажки) под ритмическое отстукивание.Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; элементы народных плясок после показа учителем и по образцу; упражнение на расслабление ног | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон.Исполняют элементы танца по словесной инструкции.Выполняют упражнение на расслабление ног |
| 28 | Шаг кадрили. Пружинящий бег. Упражнения на дыхание и для развития осанки |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение простых и скользящих шагов, пружинящего бега с ускорением и замедлением темпа, под ритмическое отстукиваниеУпражнения на расслабление ног, восстановление дыхания и развитие осанки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; шажки и бег по инструкции и неоднократного показа учителем.Выполняют упражнение на расслабление ног, восстановление дыхания и развитие осанки, повторяя действия за учителем | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон.Исполняют элементы танца по словесной инструкции.Выполняют упражнение на расслабление ног, восстановление дыхания и развитие осанки |
| 29 | Поскоки с продвижением назад (спиной) |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение подскоков с продвижением по кругу назад спиной под ритмическое отстукивание.Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; поскоки после объяснения и демонстрации всех действий учителем.Выполняют упражнение на расслабление ног по инструкции | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног.Исполняют движения по словесной инструкции. |
| 30 | Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полу- пальцах |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение мелких шажков на полу-пальцах и на всей ступне со сменой темпа и направления.Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; задание в совместной деятельности с учителем; упражнение на расслабление ног по образцу  | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног.Исполняют движения по словесной инструкции |
| 31 | Русские народныедвижения «каблучок», «гармошка» |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Исполнение движений, выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.Инсценировка песен.Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.Исполняют движения по образцу.Принимают участие в инсценировке доступных песен.Выполняют упражнение на расслабление ног по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон.Исполняют движения по словесной инструкции.Инсценируют песни.Выполняют упражнения на расслабление ног |
| 32 | Русский народный танец. Каблук, носок, приставной шаг, хлопки, поскоки, поворот под рукой |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Исполнение народного танца, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыкиУпражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по образцу; по образцу приставные шажки, поскоки. | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног; элементы народного танца (шажки, хлопки, подскоки, повороты) в заданном темпе.Исполняют приставные шажки, поскоки, повороты. |
| 33 | Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре. Вальсовый поворот в паре. Лодочка, окошечко |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение вальсовых движений в паре (поворот, лодочка, окошко) Выполнение упражнений на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по образцу ; элементы вальса по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног.Исполняют элементы вальса |
| 34 | Урок конкурс «Лучшая пара»Исполнение в парах простейших танцевальных фигур  |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.Выполнение вальсовых движений в паре (поворот, лодочка, окошко)Соревнование между парами, за звание «Лучшая пара»Выполнение упражнений на расслабление ног по инструкции | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по инструкции ; элементы вальса по инструкции | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног.Исполняют элементы вальса.Исполняют в парах простейшие танцевальные фигуры |