

ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа п. Усть-Уда»

Рассмотрено:
На заседании МО школы
Протокол № 7
от «20» августа 2021г.

Согласовано:
Зам. директора по УР
Т.Н. Рыбкина
от «23» августа 2021 г.

Утверждаю:
Директор ГОКУ СШК п. Усть-Уда
А.Е. Максимова
«24» августа 2021 г.
Приказ № 4575 от 23.08.2021 г.



Рабочая программа коррекционного курса

« Ритмика »

Для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (1 вариант), реализуется в 1,2,3,4,5,6 классах

Составитель: Борисова О.М.

2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело. Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

Программа «Ритмика»

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Беспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

Рабочая программа коррекционно – развивающих занятий внеурочной деятельности «Ритмика» составлена на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»,
3. Программы для 1 – 4 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений под редакцией В. В. Воронковой, автор А.А. Айдар Бекова., допущенной Министерством образования РФ. Издательство М.: «Просвещение», 2013 г.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Цель предмета: исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
- развитие общей и речевой моторики,
- эмоционально-волевое развитие учащихся,
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

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

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Преподавание ритмики в специальной (коррекционной) школе обусловлено необходимостью осуществления коррекции нарушений психического и физического развития обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды. Основным принципом построения ритмики является тесная связь движений и музыки, где организующим началом выступают музыка, ритм. Коррекция нарушений функций и дальнейшего развития сохранных требуют от обучающегося собранности, внимания, конкретности представлений, развития памяти – эмоциональной, зрительной, образной (при восприятии образца движений), словесно-логической (при осмыслении задач и запоминании последовательности выполнения движений под музыку),

двигательно-моторной (двигательно-мышечные ощущения), произвольной (связанной с самостоятельным выполнением упражнений). Специфические средства воздействия являются основой формирования универсальных учебных действий: обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять разнообразные движения, петь, танцевать.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: учащиеся 1-6 классов (7 – 13 лет).

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 30 минут. Занятия проводятся на улице или в спортивном зале при плохой погоде.

Формы занятий: ведущей формой организации обучения является **групповая**. Содержание программы ориентировано на добровольные разновозрастные группы детей. В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам: смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях.

Описание учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа рассчитана на четыре года изучения в начальной школе из расчета 1 час в неделю, всего – 102 часа

в 1 классе на 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели;
во 2 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;
в 3 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;
в 4 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;
в 5 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебной недели ;
в 6 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебной недели;

Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии. Методы ведения учебных занятий курсов различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и 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.

Формы занятий:

- ритмопластика и ритмическая гимнастика;
- логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
- психогимнастика под музыку;
- корригирующие игры с пением;
- коррекционные подвижные и пальчиковые игры;

- коммуникативные танцы;
- Во время проведения занятий используются здоровые сберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока. рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока. интерес к теме или уроку. распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корректируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

Содержание коррекционного курса

Содержание обучения направлено на развитие и корригированные координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

Программа содержит 4 раздела:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой.

Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями. (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырём разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Личностные и предметные результаты

В результате реализации программы коррекционного курса обеспечивается достижение обучающимися с умственной отсталостью:

Предметных результатов:

1 класс

Минимальный уровень

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

- уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

2-3 класс

Минимальный уровень:

- уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

- уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или прыжками).

3-4 класс

Минимальный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях 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 (хлопками или притопами).

Достаточный уровень:

- самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменной частью музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

5-6 классы

Минимальный уровень:

- 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 сменной частью музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

- 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.

Достижение личностных результатов:

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
- развитие танцевальных навыков,
- развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
- расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
- освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
- способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

Достижение базовых учебных действий:

- познавательных учебных действий:
- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.
- регулятивных учебных действий:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

- коммуникативных учебных действий:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Календарно-тематическое планирование

1 класс

| № урока | Тема занятия | Кол-во часов | Дата проведения | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
|---|--|--------------|-----------------|--|
| I четверть | | | | |
| Упражнения на ориентирование в пространстве | | | | |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение. | 1 | 3.09 | Упражнения на ориентирование в пространстве. |
| 2 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. | 1 | 10.09 | Направление движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. |

| | | | | |
|-------|---|---|----------------|---|
| 3 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. | 1 | 17.09 | Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. |
| 4 | Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами | 1 | 24.09 | Движения рук в разных направлениях; наклонить, повернуть туловище вправо, влево. |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднимание и опускание рук. | 1 | 1.10 | Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно. |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук | 1 | 8.10 | Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед. |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук. | 1 | 15.10 | Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи. |
| 8 | Перенесение тяжести тела с пятки на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). | | 22.10 | Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую. |
| 9 | Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях. | 1 | 5.11 | Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы. |
| 10 | Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки | 1 | 12.11 | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики |
| 11 | Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке | 1 | 19.11 | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики |
| 12 | Игры под музыку. Передача игровых образов. | 1 | 26.11 | Прямой галоп. Танцевальные движения. Танец «Барыня». |
| 13 | Игры под музыку. Смена ролей в импровизации | 1 | 3.12 | Шагать бодро, спокойно, тихо, топя ногами. «Утята» |
| 14 | Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением | 1 | 10.12 | Легкий бег на полу пальцах, легкий шаг на полу пальцах. |
| 15-16 | Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами | 2 | 17.12 24.12 | Галоп. Прыжки на двух ногах с разными положениями рук. |

| | | | | |
|----|--|---|-------|---|
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево. | 1 | 14.01 | Движения вперед, назад, направо, налево пляски с хлопками. |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга. | 1 | 21.01 | Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга |
| 19 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. РК | 1 | 28.01 | Простые шаги, шаги на носках. Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад. |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища | 1 | 4.02 | Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём выпянуть. Круговые движения стопой. |
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры | 1 | 11.02 | Приседания с опорой и без опоры, с предметами |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами | 1 | 18.02 | Выставлять ногу на носок в разные стороны пляски с кружением, хлопками. |
| 23 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 | 25.02 | Подъем на полу пальцы. Вырабатывать осанку. |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 | 4.03 | Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук. |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук | 1 | 11.03 | Провожать движения рук головой, взглядом |
| 26 | Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. | 1 | 18.03 | Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой ритмический рисунок. |
| 27 | Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков. | 1 | 1.04 | Проговаривать слова стихов, песен |

| | | | | |
|-------|--|-------|----------------|---|
| 28 | Игры под музыку. Имитационные упражнения. | 1 | 8.04 | Изменять направление и формы ходьбы |
| 29 | Игры под музыку. Движения транспорта, людей. | 1 | 15.04 | Имитационные игры, движения |
| 30 | Музыкальные игры с предметами. РК | 2 | 22.04 29.04 | Музыкальные игры с предметами. |
| 31-32 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски | 2 | 6.05 13.05 | Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2 |
| 33 | Танцевальные упражнения. Движения парами | 1 | 20.05 | Элементы русской пляски. положение рук в русском танце. |
| | | 33 | | |
| | | часа. | | |

Календарно-тематическое планирование 2 класс

| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Дата | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
|-------|--|--------------|-------|---|
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение. | 1 | 3.09 | Выполнение обучающимися: исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, шеренга |
| 2 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. | 1 | 10.09 | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. |
| 3 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. | 1 | 17.09 | Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. |
| 4 | Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами | 1 | 24.09 | Движения рук в разных направлениях; наклонить, повернуть туловище вправо, влево. |

| | | | | |
|-------|---|---|----------------|--|
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднимание и опускание рук. | 1 | 1.10 | Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно. |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук | 1 | 8.10 | Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед. |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук. | 1 | 15.10 | Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи. |
| 8 | Перенесение тяжести тела с пятки на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). | 1 | 22.10 | Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую. |
| 9 | Координация движений, регулируемыми музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях. | 1 | 5.11 | Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы. |
| 10 | Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки | 1 | 12.11 | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики |
| 11 | Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке | 1 | 19.11 | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики |
| 12 | Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями | 1 | 26.11 | Прямой галоп. Танцевальные движения. Танец «Барыня», |
| 13 | Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг. | 1 | 3.12 | Шагать бодро, спокойно, тихо, топая ногами. «Утяга» |
| 14 | Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах. | 1 | 10.12 | Легкий бег на полупальцах, легкий шаг на полупальцах. |
| 15-16 | Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. РК | 2 | 17.12 24.12 | Галоп. Прыжки на двух ногах с разными положениями рук. |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево. | 1 | 14.01 | Движения вперед, назад, направо, налево пляски с хлопками. |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга. | 1 | 21.01 | Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга |
| 19 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | 1 | 28.01 | Простые шаги, шаги на носках. Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад. |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища | 1 | 4.02 | Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения ступней. |

| | | | | |
|----|---|---|-------|---|
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры | 1 | 11.02 | Приседания с опорой и без опоры, с предметами |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами | 1 | 18.02 | Выставлять ногу на носок в разные стороны пляски с кружением, хлопками. |
| 23 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 | 25.02 | Подъем на полупальцах. Выбатывать осанку. |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 | 4.03 | Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук. |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук | 1 | 11.03 | Провожать движения рук головой, взглядом |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник» | 1 | 18.03 | Прохлопать простой рисунок пляски с притопами |
| 27 | Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. | 1 | 1.04 | Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой ритмический рисунок. |
| 28 | Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане | 1 | 8.04 | Проговаривать слова стихов, попевок, песен |
| 29 | Игры под музыку. Имитационные упражнения. | 1 | 15.04 | Изменять направление и формы ходьбы |
| 30 | Игры под музыку. Движения транспорта, людей. | 1 | 22.04 | Имитационные игры, движения |
| 31 | Музыкальные игры с предметами | 1 | 29.04 | Музыкальные игры с предметами. |
| 32 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски | 1 | 6.05 | Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2 |
| 33 | Танцевальные упражнения. Движения парами | 1 | 13.05 | Элементы русской пляски. положение рук в русском танце. |

| | | | | |
|----|----------------------------|---|-------|---|
| 34 | Танец «Пляска с притопами» | 1 | 20.05 | Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. |
|----|----------------------------|---|-------|---|

**Календарно-тематическое планирование
3класс**

| № урока | Тема урока | Кол-во часов | Дата | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
|---------|---|--------------|-------|--|
| 1 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами. | 1 | 3.09 | Совершенствование обучающимися навыки ходьбы, бега. Ходить вдоль стен с чётким поворотом в углах зала. Как строиться, ходить, положение рук. |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. | 1 | 10.09 | Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, парами. Как строиться в круг. |
| 3 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения с лентами РК | 1 | 17.09 | Развести руки в стороны, раскачивать их перед собой, упражнения с предметами. Как правильно держать мяч. |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы | 1 | 24.09 | Наклонять и поворачивать голову вперёд, назад |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища | 1 | 1.10 | Наклонять и поворачивать корпус в сочетании с движениями рук |
| 6 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук | 1 | 8.10 | Поворачивать корпус с передачей предмета |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения | 1 | 15.10 | Движение головой и левой рукой в разных направлениях, перекрестное движение. положение пальцев ног. |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения рук и ног | 1 | 22.10 | Отвести ногу в сторону, назад, в сторону, назад вместе с руками. Положение кистей рук. |
| 9 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Круговые движения руками. | 1 | 5.11 | Круговые движения кистью руки: напряженно и свободно |

| | | | | |
|-------|---|---|----------------|--|
| 10 | Упражнения на детских музыкальных инструментах. | 1 | 12.11 | Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать другой руки в медленном темпе. Отработать положение ног при выполнении этого упражнения |
| 11 | Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки | 1 | 19.11 | Выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Различать темповые, динамические изменения |
| 12 | Игры под музыку. Различение изменений в музыке РК | 1 | 26.11 | Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы. Знать передаваемые образы |
| 13 | Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг. | 1 | 3.12 | Ходить тихо, настороженно, мягко, пружинисто, танцевально |
| 14 | Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Хлопки. Польшка. | 1 | 10.12 | Пскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. |
| 15-16 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 | 17.12 24.12 | Построиться в колонну по два человека; построиться в колонну по одному из колонны парами. |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги. | 1 | 14.01 | Построение круга из шеренги. |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами | 1 | 21.01 | Построиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную. |
| 19 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета РК | 1 | 28.01 | Уклонять и поворачивать голову вперед, туловище назад |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног. | 1 | 4.02 | Опускать, поднимать предметы перед собой |
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки | 1 | 11.02 | Выставлять ноги вперед поочередно Резко поднимать согнутую в колене ногу |

| | | | | |
|----|---|---|-------|--|
| 22 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 | 18.02 | Отвести ногу в сторону, назад, вместе с руками |
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Ускорение и замедление движений | 1 | 25.02 | Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена движений. | 1 | 4.03 | Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук. | 1 | 11.03 | Выполнять свободное падание рук из исходного положения, из положения руки в стороны. Знать исходное положение. |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе | 1 | 18.03 | Раскачивать руки в стороны, перед собой и в сочетании с наклоном корпуса |
| 27 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног | 1 | 1.04 | Выбрасывать поочередно правую ногу вперед, левую |
| 28 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне | 1 | 8.04 | Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать пальцы другой в медленном темпе, с ускорением |
| 29 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане | 1 | 15.04 | Уметь исполнять восходящие гаммы и нисходящие в пределах пяти нот |
| 30 | Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов. | 1 | 22.04 | Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы |
| 31 | Игры под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением. | 1 | 29.04 | Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением |
| 32 | Игры под музыку. Инсценирование доступных песен. | 1 | 6.05 | Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. |
| 33 | Танцевальные упражнения. Переменные прыжки. | 1 | 13.05 | Выполнять прыжки переменные, прыжки с выбрасыванием ноги вперед |
| 34 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски | 1 | 20.05 | Элементы русской пляски Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением |

**Календарно-тематическое планирования
4класс**

| № урока | Тема урока | Кол-во часов | Дата | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
|---------|--|--------------|-------|---|
| 1 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом. | 1 | 3.09 | Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Знать исходное положение, построение в шеренгу |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы. | 1 | 10.09 | Чередовать ходьбу с приседанием |
| 3 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три. | 1 | 17.09 | Ходить на носочках, пятках. Рассчитываться на 1, 2, 3. знать положение рук при выполнении этих упражнений |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. | 1 | 24.09 | Наклоны, повороты, круговые движения головы |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях | 1 | 1.10 | Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища. Знать, определять тип музыки |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 | 8.10 | Взмах ногой в разные стороны с одновременным движением рук. Знать, как соединяются ладошки при хлопке. |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча. | 1 | 15.10 | Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус, стоя на полу пальцах. Знать положение головы |
| 9 | Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения | 1 | 22.10 | Передавать в движениях частей музыкального произведения |
| 10 | Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке | 1 | 5.11 | Передавать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта |
| 11 | Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца | 1 | 12.11 | Элементы танца по программе, выполнять чётко, красиво. Знать положение рук при выполнении движений |

| | | | | |
|---|---|---|----------------|---|
| 12 | Танцевальные упражнения. Шаг на носках | 1 | 19.11 | Шаг на носках (простой), шаг на носках на счёт три, четыре – опуститься. Шаг польки |
| 13 | Танцевальные упражнения. Шаг польки. | 1 | 26.11 | Высокие подскоки, боковой галоп |
| 14 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга | 1 | 3.12 | Перестроиться из одного круга в два, три |
| 15-16 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги | 2 | 10.12 17.12 | Перестроиться в концентрические круги |
| 17 | Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками. | 1 | 24.12 | Сгибать, разгибать, встряхивать, поворачивать руки в разных направлениях. Сжимать, разжимать пальцы в кулак |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами | 1 | 14.01 | Выполнение движений с лентами, обход их при ходьбе, передаче предметов. |
| 19 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание | 1 | 21.01 | Приседать, подниматься на носки (движения делать раздельно и слитно) Круговые движения ног (ступни) Выставлять ногу в разных направлениях. |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 | 28.01 | Упражнения на выработку осанки |
| 21 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами | 1 | 4.02 | Перелезание через сцепленные руки, через палку. Выполнять упражнения на координацию движений с предметами |
| 22 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. | 1 | 11.02 | Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами) |
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела | 1 | 18.02 | Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую, из стороны в сторону |
| Координационные движения, регулируемые музыкой | | | | |
| 24 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах | 1 | 25.02 | Исполнять гаммы в пределах одной октавы обеими руками (отдельно). |

| | | | | |
|--------------------------------|---|---|---------------|--|
| 25 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. РК | 1 | 4.03 | Составить простой ритмический рисунок повторять любой ритм, заданный учителем. |
| Игры под музыку | | | | |
| 26 | Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений | 1 | 11.03 | Прохлопывать несложный ритмический рисунок |
| Игры под музыку | | | | |
| 27 | Игры под музыку. Передача игровых образов. | 1 | 18.03 | Передавать образ при инсценировке песни |
| 28 | Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. | 1 | 1.04 | Передавать в движении развернутый сюжет |
| 29 | Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами | 1 | 8.04 | Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их. |
| 30 | Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением РК | 1 | 15.04 | Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением РК |
| Танцевальные упражнения | | | | |
| 31 | Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп | 1 | 22.04 | Двигаться парами по кругу лицом, боком |
| 32 | Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки. | 1 | 29.04 | Двигаться парами по кругу лицом, боком |
| 33 | Танцевальные упражнения Элементы русской пляски | 2 | 6.05 13.05 | Элементы русской пляски на месте, с передвижениями |
| 34 | Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев | 1 | 20.05 | Выполнять основные движения народных танцев |

Календарно-тематическое планирование 5 класс

| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Дата | Основные виды деятельности обучающихся |
|-------|---|--------------|-------|--|
| 1 | Введение . Что такое ритмика. | 1 | 3.09 | -беседа о технике безопасности, танце и ритмике. Знакомство с залом.- исполнять основные танцевальные движения |
| 2 | Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса | 1 | 10.09 | позиции рук и ног -построение в шахматном порядке;- показывать высоту шага и научиться равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу. |
| 3 | Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия | 1 | 17.09 | |
| 4 | Позиции ног в классическом стиле. Основные понятия. | 1 | 24.09 | |
| 5 | Понятие о рабочей и опорной ноге | 1 | 1.10 | |
| 6 | Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середин | 1 | 8.10 | |
| 7 | Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом | 1 | 15.10 | -исполнять выразительные танцевальные шаги: -разучивание и исполнение танцевальных шагов по диагонали;- подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций;- крестное исполнение парами по прямой;- соблюдать расстояние между парами. - разучивание и исполнение танцевальных шагов по диагонали;- подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций;- крестное исполнение парами по прямой;- соблюдать расстояние между парами. - |
| 8 | Танцевальный элемент «Марш». | 1 | 22.10 | |
| 9 | Перестроения. «Линии». | 1 | 5.11 | |
| 10 | Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп) | 1 | 12.11 | ритмично исполнять различные мелодии;- ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп); -принимать участие в игре -«Повтори ритм».-похлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии |
| 11 | Ритмический рисунок | 1 | 19.11 | |
| 12 | Ритмическая схема. Ритмическая игра | 1 | 26.11 | |
| 13 | Пластичная гимнастика | 1 | 03.12 | упражнения на развитие гибкости и пластичности;- точности и ловкости движений;- крестное исполнение парами по прямой;- соблюдать расстояние между парами. - парное исполнение соблюдая музыкальные средства выразительности. -уметь применять упражнения на напряжение |
| 14 | Элементы асимметричной гимнастики. | 1 | 10.12 | |
| 15 | Синхронность и координация | 1 | 17.12 | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|-------|--|
| | | | | | и расслабление мышц тела; -контролировать процесс правильного дыхания во время |
| 16 | движений, используя танцевальные упражнения. Гимнастика 3 четверть | 1 | | 24.12 | |
| 17 | Упражнения на развитие тела под музыку | 1 | | 14.01 | -исполнение и изучение танцевальных шагов; -упражнения на развитие гибкости и пластичности; -точности и ловкости движений. |
| 18 | Красота движений | 1 | | 21.01 | |
| 19 | Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. | 1 | | 28.01 | определять танцы: балльные, народные; -подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций. |
| 20 | Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. | 1 | | 4.02 | |
| 21 | Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. | 1 | | 11.02 | -исполнять движения, под музыкальными фразами акцентируя ритмический рисунок и постановку корпуса; -исполнять работу индивидуально, и в паре; -основы и позиции народного экзерсиса.- коллективное исполнение и изучение танцевальных элементов; - работа по кругу и по диагонали.-отработка движений по линиям. |
| 22 | Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. | 1 | | 18.02 | |
| 23 | Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре | 1 | | 25.02 | |
| 24 | Элементы народной хореографии: ковьярлочка, елочка, гармошка. | 1 | | 4.03 | |
| 25 | Элементы народной хореографии: ковьярлочка, елочка, гармошка. | 1 | | 11.03 | |
| 26 | Простейшие фигуры в танцах. | 1 | | 18.03 | участвовать в совместной деятельности при воплощении музыкальных образов; -исполнять образно-игровые движения, раскрывающие образ, настроение или состояние. - исполнение простейших танцевальных элементов; - ритмично исполнять |
| 27 | Танец «Полька» | 1 | | 01.04 | характер различных мелодий; -исполнение танцевальных этюдов: под веселую музыку; -игры на определение характера.- исполнение танца «Вальс» и «Полька» |
| 28 | Танец «Полька» | 1 | | 8.04 | |
| 29 | Танец «Вальс» | 1 | | 15.04 | |
| 30 | Танец «Вальс» | 1 | | 22.04 | |
| 31 | Этюдная работа | 1 | | 29.04 | участвовать в совместной деятельности; -сочинять и импровизировать танцевальный этюд без подготовки; -сочетание музыки и движений; - |
| 32 | Образные танцы | 1 | | 6.05 | |

| | | | | |
|----|-----------------------|---|-------|---|
| | | | | импровизация по подгруппам; -оценка исполнение подгрупп.-участвовать в совместной деятельности, создании образа; -передавать характер персонажей сказки; -реагировать на музыкальное вступление и динамические оттенки музыки . |
| 33 | Театрализация и танец | 1 | 13.05 | участвовать в совместной деятельности; -сочинять и импровизировать танцевальный этюд без подготовок; -сочетание музыки и движений; - импровизация по подгруппам; -оценка исполнение подгрупп.-участвовать в совместной деятельности, создании образа; -передавать характер персонажей сказки; -реагировать на музыкальное вступление и динамические от тенки музыки; -исполнение танцевального индивидуального образа |
| 34 | Урок-смотр знаний | | 20.05 | освоение сложных видов движений: шаг на припадании, переменный шаг, шаг польки, различные виды галопа, -освоение навыков актерского мастерства; -умение соревноваться и добиваться желаемого результата. -работа над артистичностью и выразительностью |

Календарно-тематическое планирование

6 класс

| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Дата проведения | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
|-------|---|--------------|-----------------|---|
| 1 | Введение. Что такое ритмика | 1 | 3.09 | беседа о технике безопасности, танце и ритмике. Знакомство с залом. - исполнять основные танцевальные движения |
| 2 | Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. | 1 | 10.09 | Разучивание и исполнение движений разминки.- разучивание основных позиции рук и ног и ног.-построение в шахматном порядке;- показывать высоту шага и научиться равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу. |
| 3 | Позиции рук в классическом стиле. Основные понятия. | 1 | 17.09 | |
| 4 | Позиции ног в классическом стиле. Основные понятия. | 1 | 24.09 | |
| 5 | Понятие о рабочей и опорной ноге | 1 | 1.10 | |

| | | | | |
|----|---|---|-------|--|
| 6 | Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. | 1 | 8.10 | |
| 7 | Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом | 1 | 15.10 | -исполнять выразительные танцевальные шаги: -разучивание и исполнение танцевальных шагов по диагонали;-подготовка танцевальных элементов в для танцевальных комбинаций;-крестное исполнение парами по прямой;-соблюдать расстояние между парами. -разучивание и исполнение танцевальных шагов по диагонали;-подготовка танцевальных 1 элементов для танцевальных комбинаций;-крестное исполнение парами по прямой;-соблюдать расстояние между парами.- определять тему «марш». |
| 8 | Танцевальный элемент «Марш | 1 | 22.10 | |
| 9 | Перестроения. «Линии» | 1 | 5.11 | |
| 10 | Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп | 1 | 12.11 | |
| 11 | Ритмический рисунок | 1 | 19.11 | ритмично исполнять различные мелодии;- ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп);-принимать участие в игре -«Повтори ритм».-похлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. |
| 12 | Ритмическая схема. Ритмическая игра | 1 | 26.11 | |
| 13 | Пластичная гимнастика | 1 | 3.12 | упражнения на развитие гибкости и пластичности;-точности и ловкости движений;-крестное исполнение парами по прямой;-соблюдать расстояние между парами. - парное исполнение соблюдая музыкальные средства выразительности. -уметь применять упражнения на напряжение и расслабление мышц тела;- контролировать процесс |
| 14 | Элементы асимметричной гимнастики. | 1 | 10.12 | |
| 15 | Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения. | 1 | 17.12 | |
| 16 | Гимнастика | 1 | 24.12 | |
| 17 | Упражнения на развитие тела под музыку. | 1 | 14.01 | -исполнение и разучивание танцевальных шагов; -упражнения на развитие гибкости и пластичности ; -точности и ловкости движений. |
| 18 | Красота движений. | | 21.01 | |
| 19 | Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. | 1 | 28.01 | |
| 20 | Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней. | 1 | 4.02 | Определять танцы: балльные, народные; -подготовка танцевальных элементов для танцевальных комбинаций |
| 21 | Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. | 1 | 11.02 | |
| 22 | Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. | 1 | 18.02 | |
| 23 | Танцы народов РФ, их особенности и костюмы. Разучивание танца в паре. | 1 | 25.02 | |
| 24 | Элементы народной хореографии: | 1 | 4.03 | Исполнение танцевальных этюдов;-исполнять движения, под |

| | | | | | |
|----|---|---|-------|--|--|
| | ковырялочка, елочка, гармошка. | | | | музыкальными фразами акцентируя ритмический рисунок и постановку корпуса;-исполнять работу индивидуально, и в паре;- основы и позиции народного экзерсиса.-коллективное исполнение и разучивание танцевальных эле ментов;- работа по кругу и по диагонали.-отработка движений по линиям. |
| 25 | Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка. | 1 | 11.03 | | |
| 26 | Простейшие фигуры в танцах | 1 | 18.03 | | |
| 27 | Танец «Полька» | 1 | 01.04 | | |
| 28 | Танец «Полька» | 1 | 08.04 | | |
| 29 | Танец « Вальс» | 1 | 15.04 | | |
| 30 | Танец « Вальс» | | 22.04 | | |
| 31 | Этюдная работа | 1 | 29.04 | | |
| 32 | Образные танцы | 1 | 06.05 | | |
| 33 | Театрализация и танец | 1 | 13.05 | | |
| 34 | Урок –смотр знаний | 1 | 20.05 | | |

Материальное обеспечение образовательного процесса

Компьютер

Колонки

Музыкальный центр

Учебно-методическое обеспечение:

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007 г.
2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва 2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -6 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.