Содержание

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета\_\_\_\_\_\_\_ 2- 10
2. Содержание учебного предмета «Ритмика»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_11- 15
3. Календарно- тематическое планирование\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 16- 31

**I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Ритмика» :**

**Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с легкой умственной отсталостью**

Умственная отсталость — это стойкое, выраженное недоразвитие познавательной деятельности вследствие диффузного (разлитого) органического поражения центральной нервной системы (ЦНС). Понятие «умственной отсталости» по степени интеллектуальной неполноценности применимо к разнообразной группе детей. Степень выраженности интеллектуальной неполноценности коррелирует (соотносится) со сроками, в которые возникло поражение ЦНС – чем оно произошло раньше, тем тяжелее последствия.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отличается качественным своеобразием. Однако особая организация учебной и внеурочной работы, основанной на использовании практической деятельности; проведение специальных коррекционных занятий не только повышают качество ощущений и восприятий, но и оказывают положительное влияние на развитие интеллектуальной сферы, в частности овладение отдельными мыслительными операциями.

Меньший потенциал у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их **мышления**, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Эти мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их **памяти**. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений.

Использование различных дополнительных средств и приемов в процессе коррекционно-развивающего обучения (иллюстративной, символической наглядности; различных вариантов планов; вопросов педагога и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в особенностях их **внимания,**которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей, что выражается в неустойчивости внимания. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Однако, если задание посильно для ученика и интересно ему, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне. Под влиянием специально организованного обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость значительно улучшаются, что позволяет говорить о наличии положительной динамики, но вместе с тем, в большинстве случаев эти показатели не достигают возрастной нормы.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые **представления**и **воображение**. Поэтому, начиная с первого года обучения, в ходе преподавания всех учебных предметов проводится целенаправленная работа по уточнению и обогащению представлений, прежде всего ― представлений об окружающей действительности.

У школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии **речевой деятельности**.

Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений. Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создает положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в нарушении **эмоциональной** сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранны, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обусловливают формирование некоторых специфических особенностей **личности** обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование социально зрелых отношений со сверстниками и взрослыми. При этом специфическими особенностями **межличностных отношений** является: высокая конфликтность, сопровождаемая неадекватными поведенческими реакциями; слабая мотивированность на установление межличностных контактов и пр. Снижение адекватности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми людьми обусловливается незрелостью социальных мотивов, неразвитостью навыков общения обучающихся, а это, в свою очередь, может негативно сказываться на их **поведении**, особенности которого могут выражаться в гиперактивности, вербальной или физической агрессии и т.п. Практика обучения таких детей показывает, что под воздействием коррекционно-воспитательной работы упомянутые недостатки существенно сглаживаются и исправляются.

Выстраивая психолого-педагогическое сопровождение психического развития детей с легкой умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями), следует опираться на положение, сформулированное Л. С. Выготским, о единстве закономерностей развития аномального и нормального ребенка, а так же решающей роли создания таких социальных условий его обучения и воспитания, которые обеспечивают успешное «врастание» его в культуру. Таким образом, педагогические условия, созданные в образовательной организации для обучающихся с умственной отсталостью, должны решать как задачи коррекционно-педагогической поддержки ребенка в образовательном процессе, так и вопросы его социализации, тесно связанные с развитием познавательной сферы и деятельности, соответствующей возрастным возможностям и способностям обучающегося.

**Особые образовательные потребности обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Недоразвитие познавательной, эмоционально-волевой и личностной сфер обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляется не только в качественных и количественных отклонениях от нормы, но и в глубоком своеобразии их социализации. Они способны к развитию, хотя оно и осуществляется замедленно, атипично, а иногда с резкими изменениями всей психической деятельности ребёнка. При этом, несмотря на многообразие индивидуальных вариантов структуры данного нарушения, перспективы образования детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) детерминированы в основном степенью выраженности недоразвития интеллекта, при этом образование, в любом случае, остается нецензовым.

Таким образом, современные научные представления об особенностях психофизического развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) позволяют выделить образовательные потребности, как общие для всех обучающихся с ОВЗ, так и специфические.

К общим потребностям относятся: время начала образования, содержание образования, разработка и использование специальных методов и средств обучения, особая организация обучения, расширение границ образовательного пространства, продолжительность образования и определение круга лиц, участвующих в образовательном процессе.

Для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны следующие специфические образовательные потребности:

* раннее получение специальной помощи средствами образования;
* обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание предметных областей, так и в процессе коррекционной работы;
* научный, практико-ориентированный, действенный характер содержания образования;
* доступность содержания познавательных задач, реализуемых в процессе образования;
* систематическая актуализация сформированных у обучающихся знаний и умений; специальное обучение их «переносу» с учетом изменяющихся условий учебных, познавательных, трудовых и других ситуаций;
* обеспечении особой пространственной и временной организации общеобразовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
* использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрирующих доброжелательное и уважительное отношение к ним;
* развитие мотивации и интереса к познанию окружающего мира с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка к обучению и социальному взаимодействию со средой;
* специальное обучение способам усвоения общественного опыта ― умений действовать совместно с взрослым, по показу, подражанию по словесной инструкции;
* стимуляция познавательной активности, формирование позитивного отношения к окружающему миру.

Коррекционная работа на занятиях ритмикой базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. На занятиях осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

**Основные направления работы по ритмике:**

− восприятие музыки (в исполнении педагога и аудиозапси): определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух музыки двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки;

− упражнения на ориентировку в пространстве: простейшие построения и перестроения (в одну и две линии, в колонну, в цепочку, в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в классе, различные положения в парах и т. д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты;

− ритмико-гимнастические упражнения: общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц;

− упражнения с детскими музыкальными инструментами: игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

− игры под музыку: музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально- двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования (кто скорее, кто лучше, кто более и т.д.),игры по ориентировке в пространстве;

− танцевальные упражнения: выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев;

− декламация песен под музыку: выразительная декламация песен под музыкальное сопровождение и управление педагога, воспроизведение ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.). 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).

Адаптированная основная общеобразовательная программа для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по ритмике

составлена на основе Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МКОУ ГСОШ.

Удовлетворение перечисленных особых образовательных потребностей обучающихся возможно на основе реализации личностно-ориентированного подхода к воспитанию и обучению обучающихся через изменение содержания обучения и совершенствование методов и приемов работы.

**Личностные результаты:**

1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

12) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) формирование готовности к самостоятельной жизни.

**Предметные результаты:**

**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 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 притопами).

**3 класс Минимальный уровень**:

* уметь рассчитываться 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 сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
* различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**4 класс 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 сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
* различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**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.

**II. Содержание учебного предмета «Ритмика» Основные разделы программы:**

**1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы раздела** | **Тема раздела** | **Форма занятия** | **Ожидаемый результат** |
| 1 | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | **1 уровень** - знать пространственные понятия, понятия «исходное положение», «линия», «колонна», «круг»;  **2 уровень** - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; равняться в шеренге, колонне; ходить и бегать по кругу с сохранением дистанции;  **3 уровень** - входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение, приветствовать учителя; ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях; |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать названия всех частей тела; знать основные упражнения;  **2 уровень** – выполнять несложные движения руками и ногами; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме;  **3 уровень** – выполнять задания после показа и по словесной инструкции; придумывать и показывать простейшие упражнения для разных частей тела; |
| 3 | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать музыкальные инструменты; знать звучание музыкальных инструментов; знать и отличать понятия «громко-тихо», «быстро-медленно»;  **2 уровень** – начинать и заканчивать движения по сигналу музыки; 10 соотносить темп движений с музыкальным сопровождением;  **3 уровень** – определять настроения музыки (веселая, грустная, спокойная); координировать движения в соответствием с характером музыки; |
| 4 | Игры под музыку. | Групповое занятие | **1 уровень** - знать правила игр;  **2 уровень** – целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя;  **3 уровень** – выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ; |
| 5 | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать названия движений и упражнений;  **2 уровень** – ловко и быстро переходить от одного движения к другому;  **3 уровень** – выполнять плясовые движения; уметь работать в паре. |

**2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы раздела** | **Тема раздела** | **Форма занятия** | **Ожидаемый результат** |
| **1** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | **1 уровень** - знать пространственные понятия, понятие «дистанция»  **2 уровень** - сохранять правильную дистанцию в колонне парами;  **3 уровень** - организованно строиться; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя со звуковым и музыкальным сигналами; |
| **2** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать понятие «исходное положение», знать исходное положение всех упражнений и движений; знать названия некоторых движений и упражнений;  **2 уровень** – выполнять общеразвивающие движения в определенном темпе и ритме;  **3 уровень** – самостоятельно выполнять упражнения, заданные словесной инструкцией учителя; |
| **3** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать понятия «музыкальный акцент», «темп»;  **2 уровень** – ощущать смену частей музыкального произведения;  **3 уровень** – самостоятельно координировать движения в соответствии со звучанием музыки; |
| **4** | Игры под музыку. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать о нюансах в музыке;  **2 уровень** – начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки;  **3 уровень** – легко, непринужденно выполнять игровые движения; |
| **5** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать музыку, используемую для отдельных танцев и танцевальных движений; **2 уровень** – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движений;  **3 уровень** – легко, непринужденно выполнять игровые и плясовые движения. |

**3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы раздела** | **Тема раздела** | **Форма занятия** | **Ожидаемый результат** |
| **1** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | **1 уровень** - знать и понимать направления движения, знать особенности перестроений в разные фигуры;  **2 уровень** - соблюдать правильную дистанцию в колонне по три, в концентрических кругах; рассчитываться на первый, второй, третий для построения в колонну;  **3 уровень** - ориентироваться в пространстве зала и любого другого помещения; |
| **2** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать особенности выполнения упражнений для основных групп мышц;  **2 уровень** – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;  **3 уровень** – самостоятельно выполнять требуемые упражнения; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; |
| **3** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения;  **2 уровень** – ощущать смену частей музыкального произведения; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;  **3 уровень** – уметь четко и быстро скоординировать свои движения под любую, даже не знакомую музыку; |
| **4** | Игры под музыку. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать и повторять текст считалок и танцевальных игр;  **2 уровень** – повторять ритм, заданный учителем, задавать ритм самим;  **3 уровень** – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые движения; |
| **5** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать названия танцевальных элементов и комбинаций;  **2 уровень** – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;  **3 уровень** – приобретение опыта публичного выступления; |

**4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ темы раздела** | **Тема раздела** | **Форма занятия** | **Ожидаемый результат** |
| **1** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | **1 уровень** - знать все пространственные понятия; знать правила работы в группе;  **2 уровень** - четко, организованно перестраиваться;  **3 уровень** - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; |
| **2** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать названия всех упражнений и особенности их выполнения;  **2 уровень** – выполнять упражнения с соблюдением всех правил;  **3 уровень** – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; |
| **3** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки;  **2 уровень** – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки,  **3 уровень** – передавать в движении ритмический рисунок мелодии; |
| **4** | Игры под музыку. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать правила игр;  **2 уровень** – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;  **3 уровень** – играть, соблюдая правила; |
| **5** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | **1 уровень** – знать названия движений народного танца, отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, различать основные характерные движения некоторых народных танцев;  **2 уровень** – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением;  **3 уровень** – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; |

**III. Календарно- тематическое планирование учебного предмета «Ритмика»:**

**1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Основные виды деятельности** |
| 1 | ТБ на занятиях ритмики. Упражнения на ориентировку в пространстве. | 1 | Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Как строиться, ходить, положение рук. |
| 2 | Ходьба вдоль стен с поворотами. | 1 |
| 3 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонну по два. | 1 | Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. |
| 4 | Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. | 1 |
| 5 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. | 1 | Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. |
| 6 | Упражнения с лентами | 1 |
| 7 | Ритмико- гимнастические упражнения с предметами. | 1 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. |
| 8 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы | 1 |
| 9 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения на расслабление мышц. | 1 | Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. |
| 10 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища | 1 |
| 11 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения на формирование правильной осанки. | 1 | Перекрёстные движения рук и ног; упражнения на формирование правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении характер частей музыкального произведения. |
| 12 | Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук Передача в движении характер частей музыкального произведения. | 1 |
| 13 | Ритмико- гимнастические упражнения на координацию движений. | 1 | Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно выполнять позиции заданные учителем . Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 14 | Перекрестные движения. Выполнение имитационных упражнений и игр. | 1 |
| 15 | Ритмико- гимнастические упражнения на координацию движений. | 1 | Познакомить с танцами народов РФ. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 16 | Сопряженные движения рук и ног | 1 |
| 17 | Координационные движения, регулируемые музыкой. | 1 | Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: творчески мыслить, обыгрывать любимых сказочных героев, показать движениями их характер, повадки. |
| 18 | Выполнение имитационных упражнений и игр. Круговые движения руками. | 1 |
| 19 | Упражнения на детских музыкальных инструментах. | 1 | Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков. Участие в совместной творческой деятельности. Научиться: правильно и последовательно разучивать элементы танца. Работа в паре. |
| 20 | Упражнения на детских музыкальных инструментах. Работа в паре. | 1 |
| 21 | Игры под музыку. | 1 | Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Участие в совместной творческой деятельности. |
| 22 | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки | 1 |
| 23 | Игры под музыку. | 1 | Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно исполнять танцевальные движения и переходы в позиции рук. |
| 24 | Различение изменений в музыке. Выполнение имитационных упражнений и игр. | 1 |
| 25 | Танцевальные упражнения, основные позиции рук и ног. | 1 | Выучить основные позиции рук и ног. Научится: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища, шеи, в положении сидя. Развитие ловкости, выразительности движений, развитие пластичности, гибкости, мягкости рук |
| 26 | Тихая ходьба, пружинящий шаг. | 1 |
| 27 | Танцевальные упражнения. не сложные элементы марша | 1 | Научить маршировать марш от других танцев, счет, темы марша, постукивание на счет 1,2,3,4 Научится: выполнять не сложные элементы марша Формирование навыков перестроения в пространстве зала, навыки координации рук и ног при ходьбе, развитие ритмического слуха, воспитание внимания, быстроты реакции, самостоятельности |
| 28 | Подскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Хлопки. Полька. | 1 |
| 29 | Упражнения на ориентирование в пространстве. | 1 | Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 30 | Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 |
| 31 | Упражнения на ориентирование в пространстве, повороты на право, на лево. | 1 | Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне. |
| 32 | Построение круга из шеренги | 1 |
| 33 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Основные танцевальные точки в зале. | 1 | Обучить основным танцевальным точкам в зале. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 34 | Выполнение упражнений во время ходьбы и бега заданий с предметами | 1 |
| 35 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Высокий шаг. | 1 | Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 36 | Повороты туловища с передачей предмета | 1 |
| 37 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения для постановки корпуса. | 1 | Научить детей не смотреть себе под ноги, Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 38 | Движения рук и ног. | 1 |
| 39 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения с танцевальными элементами | 1 | Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 40 | Упражнения на выработку осанки | 1 |
| 41 | Упражнения на выработку осанки. Выполнение имитационных упражнений и игр. | 1 |
| 42 | Ритмико- гимнастические упражнения на расслабление мышц. | 1 | Выучить основные позиции рук и ног. Поднимание и опускание рук вперёд по счёту. Хлопки в ладоши. Произвольные упражнения на воспроизведение музыки. Разучивание кругового галопа. |
| 43 | Разучивание кругового галопа, основные позиции рук и ног. | 1 |
| 44 | Ритмико- гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе | 1 | Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений. |
| 45 | Ритмические упражнения в различных комбинациях. | 1 |
| 46 | Ритмико- гимнастические упражнения на расслабление мышц. | 1 | Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений. |
| 47 | Ритмические упражнения в различных комбинациях. | 1 |
| 48 | Выбрасывание ног в танцевальных комбинациях | 1 |
| 49 | Координационные движения, регулируемые музыкой | 1 | Отрабатывать элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Уметь выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя |
| 50 | Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне | 1 |
| 51 | Координационные движения, регулируемые музыкой | 1 | Знакомство с танцевальными движениями. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Научиться: качественно, ритмично выполнять движения по линии танца, выполнять перестроения по диагонали. |
| 52 | Ритмические движения по линии танца, выполнение перестроения по диагонали. | 1 |
| 53 | Игры под музыку. | 1 | Проверка знаний. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 54 | Передача в движениях игровых образов. | 1 |
| 55 | Игры под музыку с предметами. | 1 | Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. |
| 56 | Игры с пением и речевым сопровождением. | 1 |
| 57 | Игры под музыку. | 1 | Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений |
| 58 | Инсценирование русских народных песен. | 1 |
| 59 | Танцевальные упражнения. | 1 | Выполнять притопы переменные, прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 60 | Переменные притопы. | 1 |
| 61 | Кадриль. Русская народная мелодия. | 1 |
| 62 | Танцевальные упражнения. | 1 | Элементы русской пляски. Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением |
| 63 | Элементы русской пляски | 1 |
| 64 | Танцевальные упражнения. | 1 | Выполнять основные движения парами по прямой, по кругу. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 65 | Основные движения парами по прямой, по кругу. | 1 |
| 66 | Танцевальные движения танцев народов Урала. | 1 |
|  | **Итого** | **66 ч** |  |

**2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Основные виды деятельности** |
| 1 | ТБ на занятиях ритмики. Правильное исходное положение на уроках ритмики. | 1 | Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала |
| 2 | Ходьба и бег с высоким подниманием колен. | 1 | Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. |
| 3 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. |
| 4 | Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 |
| 5 | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | 1 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. |
| 6 | Выполнение простых движений с предметами во время бега. | 1 |
| 7 | Упражнение на расслабление мышц. | 1 | Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. |
| 8 | Свободное падение рук с исходного положения в стороны | 1 |
| 9 | Свободное падение рук с исходного положения перед собой. | 1 |
| 10 | Основные танцевальные правила танцевальной технологии. | 1 | Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении частей музыкального произведения. Передача в движении частей музыкального произведения. |
| 11 | Упражнения на формирование правильной осанки. | 1 |  |
| 12 | Позиция рук. Основные правила. | 1 | Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно выполнять позиции, заданные учителем . |
| 13 | Позиция ног. Основные правила. | 1 |
| 14 | Танцы народов РФ, | 1 | Познакомить с танцами народов РФ. |
| 15 | Особенности костюмов народов РФ. | 1 |
| 16 | Знакомство с танцами народов РФ. | 1 |
| 17 | Игры под музыку. Выполнение имитационных упражнений и игр. | 1 | Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: творчески мыслить, обыгрывать любимых сказочных героев, показать движениями их характер, повадки. |
| 18 | Музыкальная игра «Гуси» | 1 |
| 19 | Позиции в паре. Основные правила. | 1 | Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков. Участие в совместной творческой деятельности. Научиться: правильно и последовательно разучивать элементы танца. Работа в паре. |
| 20 | Танец «Диско». Элементы танца. | 1 |
| 21 | Упражнения для улучшения гибкости | 1 | Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Участие в совместной творческой деятельности. |
| 22 | Упражнений на координацию движений, | 1 |
| 23 | Упражнение на расслабление мышц. | 1 |
| 24 | Комбинация «Ладошки» | 1 | Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно исполнять танцевальные движения и переходы в позиции рук. |
| 25 | Танцевальные движения и переходы в позиции рук. | 1 |
| 26 | Разучивание позиций рук и ног. | 1 | Выучить основные позиции рук и ног. Научится: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища, шеи, в положении сидя. Развитие ловкости, выразительности движений, развитие пластичности, гибкости, мягкости рук. |
| 27 | Игра «Группа смирно» | 1 |
| 28 | Три «кита» в музыке. | 1 | Научить маршировать марш от других танцев, счет, темы марша, постукивание на счет 1,2,3,4 Научится: выполнять не сложные элементы марша Формирование навыков перестроения в пространстве зала, навыки координации рук и ног при ходьбе, развитие ритмического слуха, воспитание внимания, быстроты реакции, самостоятельности |
| 29 | Песня, танец, марш. | 1 |
| 30 | Понятие о марше, ритмический счет | 1 |
| 31 | Фигуры в танце. | 1 | Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце. |
| 32 | Фигуры в танце. | 1 |
| 33 | Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. | 1 | Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне. |
| 34 | Игры на развитие понятия о правой, левой руке, правой, левой стороне. | 1 |
| 35 | Основные танцевальные точки, диагональ, шаги, середина. | 1 | Обучить основным танцевальным точкам в зале. |
| 36 | Основные танцевальные точки. Диагональ | 1 |
| 37 | Основные танцевальные точки. шаги. середина. | 1 |
| 38 | Понятие о рабочей и опорной ноге. | 1 | Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу. |
| 39 | Понятие о рабочей и опорной ноге. | 1 |
| 40 | Постановка корпуса. | 1 | Научить детей не смотреть себе под ноги, поставить корпус. |
| 41 | Движения плечами, бедрами, руками, животом. | 1 |
| 42 | Простейшие танцевальные элементы. | 1 | Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы. |
| 43 | Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. | 1 |
| 44 | Танцевальный шаг, галоп. | 1 |
| 45 | Разучивание позиций рук и ног. | 1 | Выучить основные позиции рук и ног. Поднимание и опускание рук вперёд по счёту. Хлопки в ладоши. Произвольные упражнения на воспроизведение музыки. Разучивание кругового галопа. |
| 46 | Круговой галоп. Венгерская народная мелодия. | 1 |
| 47 | Наклоны и повороты с хореографической точки зрения. | 1 | Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений. |
| 48 | Ритмические упражнения в различных комбинациях. | 1 |
| 49 | Ритмические упражнения в различных комбинациях. | 1 |
| 50 | Гимнастические элементы. | 1 | Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений. |
| 51 | Ритмические упражнения в различных гимнастических комбинациях. | 1 |
| 52 | Ритмические упражнения в различных гимнастических комбинациях. | 1 |
| 53 | Ритмико- гимнастические упражнения под музыку | 1 | Отрабатывать элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Уметь выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя |
| 54 | Ритмико- гимнастические упражнения под музыку | 1 |
| 55 | Элементы русской пляски: простой хороводный шаг | 1 |
| 56 | Элементы русской пляски: простой хороводный шаг | 1 |
| 57 | Притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. | 1 |
| 58 | Притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. | 1 |
| 59 | шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) | 1 |
| 60 | шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) | 1 |
| 61 | Движение по линии танца. | 1 | Знакомство с танцевальными движениями. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Научиться: качественно, ритмично выполнять движения по линии танца, выполнять перестроения по диагонали. |
| 62 | Знакомство с танцевальными движениями. Полька | 1 | Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. |
| 63 | Элементы танца Полька | 1 |
| 64 | Элементы танца Полька | 1 |
| 65 | Движения по линии танца, выполнять перестроения по диагонали | 1 |
| 66 | Движения по линии танца, выполнять перестроения по диагонали | 1 |
| 67 | Игры под музыку. Выполнение имитационных упражнений и игр. | 1 |
| 68 | Игры под музыку. Выполнение имитационных упражнений и игр. | 1 |
|  | **Итого** | **68 ч** |

**3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Основные виды деятельности** |
| 1 | ТБ на занятиях ритмики. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом. | 1 | Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы. | 1 | Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. |
| 3 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонну по два. | 1 | Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. |
| 4 | Построение в колонны по три. | 1 |
| 5 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. | 1 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. |
| 6 | Наклоны, повороты и круговые движения головы. | 1 |
| 7 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами | 1 |
| 8 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. | 1 | Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. |
| 9 | Движения рук в разных направлениях | 1 |
| 10 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения на координацию движений. | 1 | Перекрёстные движения рук и ног; упражнения на формирование правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении частей музыкального произведения. Передача в движении частей музыкального произведения. |
| 11 | Одновременные движения рук и ног. | 1 |
| 12 | Перекрёстные движения рук и ног; | 1 |
| 13 | Ритмико- гимнастические упражнения на координацию движений. | 1 | Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно выполнять позиции заданные учителем. |
| 14 | Круговые движения ног и рук. | 1 |
| 15 | Ритмико- гимнастические упражнения на расслабление мышц. | 1 | Познакомить с танцами народов РФ. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 16 | Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча. | 1 |
| 17 | Познакомить с танцами народов РФ | 1 |
| 18 | Игры под музыку. | 1 | Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: творчески мыслить, обыгрывать любимых сказочных героев, показать движениями их характер, повадки. |
| 19 | Передача в движениях частей музыкального произведения | 1 |  |
| 20 | Сказочные герои - их характер, движениями повадки. | 1 |
| 21 | Игры под музыку. | 1 | Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков. Участие в совместной творческой деятельности. Научиться: правильно и последовательно разучивать элементы танца. |
| 22 | Передача в движении динамического нарастания в музыке | 1 |
| 23 | Работа в паре. | 1 |
| 24 | Танцевальные упражнения. | 1 | Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Участие в совместной творческой деятельности. |
| 25 | Элементы хороводного танца | 1 |
| 26 | Хороводный шаг. Работа в группе | 1 |
| 27 | Танцевальные упражнения. | 1 | Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно исполнять танцевальные движения и переходы в позиции рук. |
| 28 | Шаг на носках. Бульба. | 1 |
| 29 | Белорусская народная мелодия. | 1 |
| 30 | Танцевальные упражнения. Шаг польки. | 1 | Научить маршировать марш от других танцев, счет, темы марша, постукивание на счет 1,2,3,4 Научится: выполнять не сложные элементы марша Формирование навыков перестроения в пространстве зала, навыки координации рук и ног при ходьбе, развитие ритмического слуха, воспитание внимания, быстроты реакции, самостоятельности |
| 31 | Узбекский танец. Музыка Р. Глиэра. | 1 |
| 32 | Упражнения на ориентирование в пространстве. | 1 | Научить маршировать марш от других танцев, счет, темы марша, постукивание на счет 1,2,3,4 Научится: выполнять не сложные элементы марша Формирование навыков перестроения в пространстве зала, навыки координации рук и ног при ходьбе, развитие ритмического слуха, воспитание внимания, быстроты реакции, самостоятельности |
| 33 | Перестроение из одного круга в два, три круга | 1 |
| 34 | Упражнения на ориентирование в пространстве. | 1 | Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 35 | Перестроение из одного круга в концентрические круги | 1 |
| 36 | Музыкальные инструменты. | 1 | Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 37 | Упражнение с барабанными палочками. | 1 |
| 38 | Упражнения на ориентирование в пространстве. | 1 | Обучить основным танцевальным точкам в зале. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. |
| 39 | Выполнение движений с предметами | 1 |  |
| 40 | Обучить основным танцевальным точкам в зале. | 1 |
| 41 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. | 1 | Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу. |
| 42 | Поднимание на носках и приседание | 1 |
| 43 | Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. | 1 | Научить детей не смотреть себе под ноги, поставить корпус. |
| 44 | Упражнения на выработку осанки | 1 |
| 45 | Ритмико- гимнастические упражнения на координацию движений. | 1 | Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы. |
| 46 | Упражнения с предметами | 1 |
| 47 | Ритмико- гимнастические упражнения на координацию движений. | 1 | Выучить основные позиции рук и ног. Поднимание и опускание рук вперёд по счёту. Хлопки в ладоши. Произвольные упражнения на воспроизведение музыки. Разучивание кругового галопа. |
| 48 | Основные позиции рук и ног. | 1 |
| 49 | Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. | 1 |
| 50 | Ритмико- гимнастические упражнения на расслабление мышц. | 1 | Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений. |
| 51 | Перенесение тяжести тела | 1 |
| 52 | Координационные движения, регулируемые музыкой. | 1 | Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений. |
| 53 | Исполнение гаммы на музыкальных инструментах | 1 |
| 54 | Координационные движения, регулируемые музыкой. | 1 | Отрабатывать элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Уметь выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя |
| 55 | Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. | 1 |
| 56 | Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений | 1 | Знакомство с танцевальными движениями. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Научиться: качественно, ритмично выполнять движения по линии танца, выполнять перестроения по диагонали. |
| 57 | Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца | 1 | Проверка знаний |
| 58 | Игры под музыку. Передача игровых образов. | 1 | Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. |
| 59 | Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. | 1 | Передавать в движении развернутый сюжет |
| 60 | Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами | 1 | Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их. |
| 61 | Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением | 1 | Двигаться парами по кругу лицом, боком |
| 62 | Танцевальные упражнения. | 1 | Двигаться парами по кругу лицом, боком |
| 63 | Сильные подскоки, боковой галоп | 1 |  |
| 64 | Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, подскоки. | 1 | Уметь выполнять одно и то же движение в паре, одинаково и синхронно. Двигаться по кругу, соблюдая дистанцию и одновременно выполнять танцевальные движения. Элементы русской пляски на месте, с передвижениями |
| 65 | Танцевальные упражнения | 1 | Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка. Выполнять основные движения народных танцев |
| 66 | Элементы русской пляски | 1 |
| 67 | Танцевальные упражнения | 1 | Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка. Выполнять основные движения народных танцев |
| 68 | Основные движения народных танцев | 1 |
|  | **Итого** | **68 ч** |  |

**4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Основные виды деятельности** |
| 1 | Построение, вход в зал. |  | Круговые движения головы, повороты, наклоны. Круговые движения кистей. Передача в движении частей музыкального произведения. Повторение танцевальных элементов, изученных в 3 классе. |
| 2 | Повторение танцевальных элементов. |  | Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении частей музыкального произведения. Передача в движении частей музыкального произведения. |
| 3 | Перекрёстные движения рук и ног |  |
| 4 | упражнения на формирование правильной осанки. |  |
| 5 | Движения рук в соответствии с характером музыки. |  | Движения рук в разных направлениях. Противоположные круговые движения. Движение кистей рук, их встряхивание. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг на носках. Шаг польки. |
| 6 | Передача в движении изменений темпа музыки. |  |
| 7 | Coвершенствование навыков ходьбы. |  | Упр-ния на координацию движений. Сжимание и разжимание кистей рук в соответствии с характером музыки. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг польки. Широкий и высокий бег |
| 8 | Шаг польки. Широкий и высокий бег |  |
| 9 | Построение в шахматном порядке. |  | Повороты туловища в сочетании с наклонами. Упр- ния на координацию движений с предметами. Упражнения для кистей рук. Передача в движении изменений темпа музыки. Подскоки переменным шагом с продвижением вперёд. Боковой галоп. |
| 10 | Подскоки переменным шагом с продвижением вперёд. Боковой галоп. |  |
| 11 | Упражнения с гимнастическими палками |  | Приседание с опорой и без. Перебрасывание мяча с ударом о пол. Упр-ния на выработку осанки. Исполнение различных ритмов на барабане. Упр-ния в передаче игровых образов при инсценировании песен, сказок. Сильные подскоки, боковой галоп. Приставные шаги с приседаниями. |
| 12 | Приседание с опорой и без. |  |
| 13 | Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен, сказок. |  |
| 14 | Упражнения со скакалками. |  | Поднимание на носках и полуприседания. Круговые движения ступни. Исполнение различных ритмов на барабане. Инсценирование песен. Приседания и полуприседания на месте. |
| 15 | Инсценирование песен. |  |
| 16 | Ходьба. Умение намечать диагональные линии. |  | Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону. Разучивание попевок, их прохлопывание. Действия с воображаемыми предметами. |
| 17 | Действия с воображаемыми предметами. |  |
| 18 | Повторение изученного. |  | Упражнения на координацию движения с предметами. Разучивание попевок, их прохлопывание и протопывание. Действия с воображаемыми предметами. Движения парами. |
| 19 | Упражнения на координацию движения с предметами. |  |
| 20 | Разучивание попевок, их прохлопывание и протопывание. |  |
| 21 | Движения парами. Действия с воображаемыми предметами. |  |
| 22 | Ходьба, бег с сохранением правильной дистанции. |  | Общеразвивающие ритмико- гимнастические упр-ния. Упр-ния с предметами. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Подвижные игры с речевым сопровождением. |
| 23 | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. |  |
| 24 | Упражнения с лентами. |  | Упр-ния на выработку правильной осанки. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Музыкальные игры. Полька. |
| 25 | Музыкальные игры. Полька. |  |
| 26 | Упражнения с обручами. |  | Упр-ния на выработку правильной осанки. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Музыкальные игры. Полька. |
| 27 | Упражнения на выработку правильной осанки. |  |
| 28 | Упражнения на выработку осанки. |  | Повороты, наклоны. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей. Передача в движении частей музыкального произведения. |
| 29 | Повторение танцевальных элементов |  |
| 30 | Ходьба и бег в различном темпе. |  | Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. |
| 31 | Перекрёстные движения рук и ног; упражнения на формирование правильной осанки. |  |
| 32 | Передвижение шагом в колоне в ритме марша. |  | Движения рук в разных направлениях. Противоположные круговые движения. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг на носках. Шаг польки. |
| 33 | Шаг на носках. Шаг польки. |  |
| 34 | Ходьба, имитирующая движение различных животных. |  | Упр-ния на координацию движений. Сжимание и разжимание кистей рук в соответствии с характером музыки. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг польки. Широкий и высокий бег. |
| 35 | Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг польки. |  |
| 36 | Широкий и высокий бег. |  |
| 37 | Шаг польки. Широкий и высокий бег. |  | Шаг польки. Широкий и высокий бег. Упражнения для кистей рук. Передача в движении изменений темпа музыки. Подскоки переменным шагом с продвижением вперёд. Боковой галоп. |
| 38 | Подскоки переменным шагом с продвижением вперёд. |  |
| 39 | Повторение танцевальных элементов. |  | Приседание с опорой и без. Упр-ния на выработку осанки. Исполнение различных ритмов на барабане. Упр-ния в передаче игровых образов при инсценировании песен, сказок. Сильные подскоки, боковой галоп. Приставные шаги с приседаниями. |
| 40 | Боковой галоп. |  |
| 41 | Приседание с опорой и без. |  |
| 42 | Упр-ния в передаче игровых образов при инсценировании песен, сказок. |  |
| 43 | Боковой галоп. Приставные шаги с приседаниями. |  |
| 44 | Повторение игровых упражнений. |  | Поднимание на носках и полуприседания. Круговые движения ступни. Исполнение различных ритмов на бубне. Инсценирование песен. Приседания и полуприседания на месте. |
| 45 | Поднимание на носках и полуприседания. |  |
| 46 | Круговые движения ступни. |  |
| 47 | Исполнение различных ритмов на бубне. |  |
| 48 | Инсценирование песен. |  |
| 49 | Приседания и полуприседания на месте. |  |
| 50 | Инсценирование музыкальных сказок, песен |  | Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону. Разучивание попевок, их прохлопывание. Действия с воображаемыми предметами. Движения парами. |
| 51 | Разучивание попевок, их прохлопывание. |  |
| 52 | Разучивание попевок, их прохлопывание. |  |
| 53 | Действия с воображаемыми предметами. |  |
| 54 | Действия с воображаемыми предметами. |  |
| 55 | Действия с воображаемыми предметами. Движения парами. |  |
| 56 | Совершенствование навыков ходьбы |  | Упражнения на координацию движения с предметами. Разучивание попевок, их прохлопывание и протопывание. Действия с воображаемыми предметами. Действия с воображаемыми предметами. |
| 57 | Упражнения на координацию движения с предметами. |  |
| 58 | Элементы плясок и танцев. |  | Общеразвивающие ритмико- гимнастические упр-ния. Упр-ния с предметами. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Подвижные игры с речевым сопровождением. Основные движения народных танцев. |
| 59 | Грузинский танец «Лезгинка». |  |
| 60 | Грузинский танец «Лезгинка». |  |
| 61 | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. |  |
| 62 | Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. |  |
| 63 | Подвижные игры с речевым сопровождением. |  |
| 64 | Подвижные игры с речевым сопровождением. |  |
| 65 | Повторение изученного за год. Основные движения народных танцев. |  | Общеразвивающие ритмико- гимнастические упр-ния. Упр-ния с предметами. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Подвижные игры с речевым сопровождением. Основные движения народных танцев. |
| 66 | Общеразвивающие ритмико- гимнастические упр-ния. |  |
| 67 | Упр-ния с предметами. |  |
| 68 | Подвижные игры с речевым сопровождением. |  |
|  | **Итого** | **68 ч** |  |
|  |  |  |  |