ПРИНЯТА
решением педагогического совета
ГБОУ ЛО «Киришская школа-интернат»
протокол№_1__от «_31___»__08__ 2021года

УТВЕРЖДЕНА
распоряжением № 57
от «__31__»_08__2021___года
по ГБОУ ЛО «Киришская школа-интернат»
Директор:_____Поташева О.Л.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО РИТМИКЕ
(ВАРИАНТ 1)
8-А КЛАСС
на 2021-2022 учебный год

Учитель по физической культуре:
Алексеева Татьяна Владимировна
Высшая квалификационная категория

г. Кириши 2021г.

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО РИТМИКЕ ДЛЯ 8 (КЛАССА (ВАРИАНТ1).

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» для 8 класса общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), разработана на основе:

— Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)1;

— Адаптированной основной общеобразовательной программы ГБОУ ЛО «Киришская школа-интернат» (далее - АООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1). Рабочая программа по физической культуре составлена в соответствии с АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), данная рабочая программа по ритмике разработана на основе:

«Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида» под редакцией Воронковой В.В. (Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации, 2-е издание, 2006 год)

Рабочая программа обеспечивает достижение личностных и предметных планируемых результатов освоения АООП в соответствии с требованиями АООП, предусматривает два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) общеобразовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развитиях, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся по программе VIII вида. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

Цель программы обучения:

осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

Задачи курса:

- способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности
- ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;
- исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
- развивать у учащихся речь, художественный вкус,
- укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

Основными в освоении, Программы данного курса, являются принципы: “от простого к сложному”, “от медленного к быстрому”, “посмотри и повтори”, “осмысли и выполни”, “от эмоций к логике”, “от логики к ощущению”. Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения, его ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно.

Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения.

В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец начинается “от пола”, и следует показать и объяснить в последовательности:

куда наступает (как переносим вес);

-как ставим ногу (как работает стопа);

-что делает колено;

-как работают бедра;

- что делает корпус;

- как танцуют руки;

- куда направлен взгляд (что делает голова).

Успешное усвоение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству. На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание. В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

1.1.Психолого-педагогическая характеристика обучающихся.

Численный состав класса составляет 9 обучающихся из них 1 девочка и 8 мальчиков. У обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение , в некоторых случаях физическое развитие, нарушение координации движений.

Учителю физического культуры необходимо разбираться в структурах дефекта аномального ребенка; знать причины, вызвавшие умственную отсталость; уровень развития двигательных возможностей; характер двигательных нарушений.

Так как у обучающихся различные уровни работоспособности, поэтому необходимо следить за физическим состоянием обучающихся во время проведения урока и давать дозированную нагрузку.

Организация уроков по физкультуре требует дифференцированного подхода к детям. Поэтому все учащиеся в зависимости от состояния здоровья делятся на группы: основная, подготовительная и специальная. Специальная медицинская группа условно делится на А и Б.

Медицинская группа	**Характеристика групп**
Основная	К ней относятся: обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и соответственную возрасту физическую подготовленность; учащиеся с незначительными (чаще функциональными) отклонениями, но не отстающие от сверстников в физическом развитии физической подготовленности
Подготовительная	К ней относятся: практически здоровые обучающиеся, имеющие те или иные морфофункциональные отклонения или физически слабо подготовленные; входящие в группы риска по возникновению патологии или с хроническими заболеваниями в стадии стойкой клинико-лабораторной ремиссии не менее 3-5 лет
Специальная группа«А»	К специальной группе А относятся обучающиеся с отчетливыми отклонениями в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания, врожденные пороки развития в

	стадии компенсации) или временного характера либо в физическом развитии, не мешающие выполнению обычной учебной или воспитательной работы, однако, требующие ограничения физических нагрузок.
Специальная группа«Б»	К специальной группе Б относятся обучающиеся, имеющие значительные отклонения в состоянии здоровья постоянного (хронические заболевания в стадии субкомпенсации) и временного характера, но без выраженных нарушений самочувствия и допущенные к посещению теоретических занятий в общеобразовательных учреждениях.

1.2.Место предмета в учебном плане

В соответствие с недельным учебным планом общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на предмет «ритмика» отводится 2 часа в неделю (68 ч/в год). Срок реализации программы с 01.09. 2021 по 27 .05 2020г.

I четверть	II четверть	IIIчетверть	IV четверть	За год
16 часов	16часов	21 часов	15 часов	**68 часов**

2.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

2.1.Личностные результаты.

Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимых для достижения основной цели современного образования – введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Всестороння и комплексная оценка овладения обучающимися социальными (жизненными) компетенциями осуществляется на основании применения метода экспертной оценки.

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 умениями, 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, формирование и развитие 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, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания 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.

2.2.Предметные результаты.

Минимальный уровень:

- 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;

Достаточный уровень

- Различать темп, ритмический рисунок, мелодии, название упражнений комплекса ОРУ.
- Различать названия движений и песен, используемых на уроках;
- Знать элементы танца и движения:
- Знать все изученные термины и названия.
- Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;

Характеристика базовых учебных действий

Группа БУД	Учебные действия и умения
Личностные учебные действия	- испытывать чувство гордости за свою страну; - гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; - адекватно эмоционально откликаться на произведение литературы , музыки, живописи и др.; -уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности, активно включаться в общеполезную социальную деятельность; -бережно относиться к культурно – историческому наследию родного края и страны.
Коммуникативные учебные действия	- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); - слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно важных задач; -использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.
Регулятивные учебные действия:	- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; - осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;

	- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; - адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.
Познавательные учебные действия:	- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно – пространственную организацию; - использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение ,классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно – следственных связей на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями; - использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Характеристика детей с учетом уровня обученности

I группу составляют ученики, наиболее успешно овладевающие программным материалом в процессе обучения. Большинство движений ими, как правило, выполняются самостоятельно. Они не испытывают больших затруднений при выполнении усложнения или изменения в движениях, в основном правильно используют имеющийся опыт, выполняя новое упражнение. Сознательно усваивают программный материал. Полученные знания и умения такие ученики успешнее остальных применяют на практике. При выполнении сравнительно сложных заданий им нужна незначительная помощь взрослого.

II группы также достаточно успешно обучаются в классе. В ходе изучения движений эти дети испытывают несколько большие трудности, чем ученики I группы. Они в основном понимают объяснение учителя, неплохо запоминают изучаемый материл, но без помощи сделать элементарные выводы и обобщения не в состоянии. Учащиеся II группы отличаются меньшей самостоятельностью в выполнении всех видов работ, они нуждаются в помощи учителя, как активизирующей, так и организующей. Перенос знаний в новые условия их в основном не затрудняет. Но при этом ученики снижают темп работы, допускают ошибки, которые могут быть исправлены с незначительной помощью.

III группе относятся ученики, с трудом усваивающие программный материал, нуждающиеся в разнообразных видах помощи (словесно-логической, наглядной и предметно- практической). Успешность усвоения знаний зависит от понимания детьми того, что им сообщается. Для них характерно недостаточное осознание нового материала (правила, движения). Им трудно определить главное, установить логическую связь частей, отделить второстепенное. Такие учащиеся нуждаются в дополнительном объяснении. Их отличает низкая самостоятельность. Темп усвоения материала у этих учащихся значительно ниже, чем у детей, отнесенных к II группе. Несмотря на трудности усвоения материала, ученики в основном не теряют приобретенных знаний и умений могут их применить при выполнении аналогичного задания, однако каждое несколько измененное задание воспринимается ими как новое.

3.ОПИСАНИЕ ПРОЦЕДУРЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ.

Промежуточная аттестация проводится в начале и в конце учебного года на основе использования материала специально подобранны учителем.

Для осуществления текущего контроля успеваемости по данному учебному предмету используются разнообразные методы и формы, взаимно дополняющие друг друга.

№ п/п	Параметры	Результат	Форма представления		
			Стартовый	Текущий	Итоговый
1	Музыкальность	Способность различать жанр произведения, уметь выражать в движении характер музыки и ее настроение	Выполнение заданий в процессе занятия	Опрос	Контрольное занятие
2	Эмоциональная сфера	Способность к выразительному, одухотворенному исполнению движений	Выполнение образно-игровых движений	Музыкально-игровые задания	Контрольное занятие
3	Внимание	Умение изменять движения в соответствии с различным темпом, ритмом и формой музыкального произведения – по фразам	Выполнение заданий в процессе занятия	Контрольные упражнения	Контрольное занятие
4	Память	Освоение большого объема разнообразных композиций и отдельных видов движений	Выполнение заданий в процессе занятия	Контрольные упражнения	Контрольное занятие
5	Координация движений	Умение исполнять разнонаправленные движения для рук и ног, сложные циклические виды движений	Выполнение заданий в процессе занятия	Контрольные упражнения	Контрольное занятие
6	Пластичность, гибкость	Грация, легкость и изящество	Выполнение заданий в процессе занятия	Контрольные упражнения	Контрольное занятие
7	Творческие проявления	Умение сочинять несложные плясовые движения и их комбинации	Выполнение образно-игровых движений	Выполнение образно-игровых движений	Контрольное занятие

4.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Упражнения на ориентировку в пространстве.	**16**
Ритмико-гимнастические упражнения	**20**
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	**6**
Игры под музыку.	**16**
Танцевальные упражнения.	**10**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ 16ч

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ 20ч

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ 6ч

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ 16ч

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в

соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 10ч.

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

5.СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

5.1.Оценки личностных результатов.

Всесторонняя и комплексная оценка овладения обучающимися социальными (жизненными) компетенциями осуществляется на основании применения метода экспертной оценки.

Результаты будут внесены в индивидуальную карту развития.

Оценка результатов осуществляется в баллах:

0 - нет фиксируемой динамики;

1 - минимальная динамика;

2 - удовлетворительная динамика;

3 - значительная динамика.

5.2.Оценка предметных результатов обучения:

Основной формой контроля учащихся является правильность исполнения движений и устный опрос. Первоочередной задачей урока является овладение координацией движений, развитие чувства ритма. Рекомендуется регулярно опрашивать учащихся, приучать давать четкие развернутые ответы на поставленные вопросы о названиях движений, танцев, постановке в паре.

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков;
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата;
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение;
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения;
- как понимает объяснение учителя, терминологию;
- как относится к урокам;
- каков его внешний вид;
- соблюдает ли дисциплину.

Основной формой контроля учащихся является правильность исполнения движений и устный опрос. Первоочередной задачей урока является овладение координацией движений, развитие чувства ритма. Рекомендуется регулярно опрашивать учащихся, приучать давать четкие развернутые ответы на поставленные вопросы о названиях движений, танцев, постановке в паре.

5.3.Система оценки БУД

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;
1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;
2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;
3 балла — способен , самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;
4 балла — способен ,самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;
5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

7.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Тема	Кол-во часов.		Домашнее задание
1.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.	
2.	Игры («Холодно-горячо)	1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Игры («Холодно-горячо)	
3.	Упражнения с мячом	1	Самостоятельно занимает правильное исходное положение.	
4.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой	
5.	Марш по периметру зала	1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	
6.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Свободное круговое движение рук.	
7.	Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1	Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).	
8.	Релаксирующие упражнения.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
9.	Подвижные игры с мячом.	1	Шагать бодро, спокойно, тихо, топая ногами. Подвижные игры с мячом.	

10.	Игра «Секретное задание».	2	Начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки; легко, непринужденно выполнять игровые движения;	
11.	Ритмические упражнения с мячом.	1	Преодоление двигательной скованности движений. Действовать с предметом	
12.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	Выполнять задания по показу и по словесной инструкции учителя.	
13.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	
14.	Релаксирующие упражнения.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
15.	Подвижные игры с мячом.	1	Действовать в соответствии с темпом музыки и правилами игр.	
16.	Отработка маршевого шага.	1	Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга	
22.	Упражнения на координацию движений.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
23.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Пустое место».	1	Проговаривать слова стихов, подпевок, песен	
24.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	Проговаривать слова стихов, подпевок, песен	
25.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Отбивай мяч».	1	Проговаривать слова стихов, подпевок, песен	
26.	Подготовительные упражнения к танцам . Повторные три притопа.	1	Разминка. Выполнение подготовительных упражнений к танцам. Повторные три притопа.	
27.	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы.	1	Разминка. Выполнение подготовительных упражнений к танцам. Вставание на полупальцы.	
28.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	Знать особенности выполнения упражнений для	

			основных групп мышц; выполнять их	
29.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	Самостоятельно выполнять требуемые упражнения; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;	
30.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	Передавать в движении ритмический рисунок мелодии;	
31.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	2	Изучить и закрепить понятие «Ритмический рисунок»	
32.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	
33.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Отбивай мяч».	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	
34.	Упражнения ритмической гимнастики. С мячом.	1	Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	
35.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
54.	Упражнения ритмической гимнастики. С мячом.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
36.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	
37.	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы	
38.	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	Ориентируются в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.	
39.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения	1	Выполняют упражнения на	

	рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).		движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево	
40	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	Изучают базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов);	
41.	Упражнения ритмической гимнастики короткой скакалкой.	1	Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;	
42.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;	
43.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	Самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;	
44.	Танцы. Круговой галоп.	1	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и 15 особенностями музыки и движений;	
45.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и 15 особенностями музыки и движений;	
46.	Подготовительные упражнения к	1	Выставлять правую и	

	танцам. Выставление ноги на носок.		левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение	
47.	Упражнения ритмической гимнастики гимнастической палкой.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
48.	Игра «Покажи жестами»	1	Начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки; легко, непринужденно выполнять игровые движения;	
49.	Упражнения и игры со скакалкой	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
50.	Прохлопывание ритма песен	1	Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и ложках.	
51.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
52.	Упражнения на координацию движений	1	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	
53.	Упражнения на поскоки	1	Выполнение упражнений на подскоки	
54.	Марш по периметру зала, отработка поворотов .	1	Маршировать под музыку с отработкой поворотов.	
55.	Упражнения с мячом.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
56.	Передача характера музыки в движении.	1	Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.	
57.	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики	
58.	Отработка маршевого шага.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
59.	Маршировка и пение.	1	Исполняет маршировку с пением и речевым сопровождением.	
60.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
61.	Подвижные игры с мячом.	1	Действовать в соответствии с музыкой и правилами игры.	

62.	Релаксирующие упражнения .	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
63.	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы.	1	Элементы русской пляски. положение рук в русском танце.	
64.	Упражнения с мячом в кругу.	1	Выполнять задания по словесной инструкции учителя.	
65.	Отработка маршевого шага.	1	Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга	
66.	Маршировка и пение.	1	Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга	
67.	Итоговые занятия.	2	Демонстрация полученных навыков.	
	Итого:68 часов.			