

Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Введенская специальная (коррекционная) школа, имеющая интернат для обучающихся, детей –  
сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».

«Рассмотрено»  
на заседании  
МО учителей КОО  
Протокол № 1  
от «30» августа 2016 г.

«Согласовано»  
Заместитель директора по  
УВР  
Е.Б. Филиппова

Утверждаю  
Приказ от 30.08.2016  
№ 318  
А.А. Егоров  
Директор школы  
А.А. Егоров



## Рабочая программа учебного предмета

«Ритмика»

для 1-4 классов

Авторы составители:  
Булатова Т.А.  
Лобанова Л.В.  
Мурашова А.В.  
Никонова Е.А.

с. Введенское, 2016 г

### Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Ритмика» для обучающихся с ОВЗ (вариант 9.1) – программа для обучения этой категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» составлена на основании следующих нормативно – правовых документов:

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
2. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) протокол от 22 декабря 2015г. № 4/15
3. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: Подготовительный, 1—4 классы / Под ред. В.В. Воронковой; 4-е издание. - М.: Просвещение, 2006. - 192 с.

**Цель курса:** развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

#### Задачи курса:

- Развивать восприятие музыкальных образов и выразить их в движениях
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.
- Развивать умение слушать музыку.
- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Развивать творческие способности личности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

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

У детей с легкой умственной отсталостью наблюдается резкое снижение внимания к музыкальному звучанию, недостаточность эмоциональной отзывчивости на музыку (остаются безучастными к звучанию и спокойных лирических мелодий, и плясовой, и маршевой музыки). Детям свойственны неадекватные эмоциональные проявления при восприятии различных характерных пьес и песен, что связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы, слабостью интереса к окружающим предметам и явлениям вообще.

У детей с легкой умственной отсталостью нарушены двигательные функции, общая и речевая моторика.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой

моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

### **Формы организации учебной деятельности**

Основной формой организации учебного процесса является классно-урочная система. Программа предусматривает дополнительные формы организации учебного процесса:

- беседа;
- использование здоровьесберегающих технологий;
- использование информационных технологий;
- групповая работа.
- индивидуальная
- по образцу
- по алгоритму

### **Методы реализации программы:**

- наблюдение;
- практические: игры и упражнения;
- словесные: объяснение, беседа.

### **Общая характеристика предмета, курса**

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:**

коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений;

коррекция – развитие двигательной памяти;

коррекция – развитие внимания;

формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);

развитие пространственных представлений и ориентации;

развитие представлений о времени.

**Развитие различных видов мышления:**

развитие наглядно-образного мышления;

развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

**Развитие основных мыслительных операций:**

развитие умения сравнивать, анализировать;

развитие умения выделять сходство и различие понятий;

**Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:** развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

**Коррекция – развитие речи:** развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Предмет «ритмика» изучается на уровне коррекционно-развивающей области  
Программа по ритмике рассчитана на:

1 класс - 1 ч. в неделю (33 учебных недели) – 33 часов.

2 класс - 1 ч. в неделю (34 учебных недели) - 34 часов.

3 класс - 1ч. в неделю (34 учебных недели) – 34 часов.

4 класс – 1 ч. в неделю (34 учебных недели) – 34 часов.

### **Планируемые результаты**

К личностным результатам освоения АООП относятся:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение 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) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

### **Коммуникативные учебные действия:**

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения: вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель-класс);

использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

обращаться за помощью и принимать помощь;

слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;

сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;

договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

### **Регулятивные учебные действия:**

Регулятивные учебные действия включают следующие умения: адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);

принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

### **Познавательные учебные действия:**

К познавательным учебным действиям относятся следующие умения: выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

устанавливать видо-родовые отношения предметов; делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;

пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями; читать; писать; выполнять арифметические действия; наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;

работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

Программой определяется два уровня овладения **предметными результатами**: минимальный и достаточный.

*Минимальный уровень:*

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;

*Достаточный уровень:*

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
  - ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
  - ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

### **Содержание учебного предмета (курса)**

#### ***УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ***

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

#### ***РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ***

· *Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

· *Упражнения на координацию движений.* Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

· *Упражнение на расслабление мышц.* Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в

нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

#### *УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ*

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

#### *ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ*

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

#### *ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ*

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

**1 класс.**  
**Тематическое планирование**

№ урока	Раздел, тема (с указанием количества часов)	Характеристика деятельности обучающихся	Дата	
			план	факт
1	Шаг на всех ступне, отработка простого шага, отработка переменного шага.	Адекватные представления о собственных возможностях. Контроль ощущений и знания положений тела (частей тела)	1	
2	Шаг подбоченившись, парное движение подскоками по кругу, шаг с притопом на месте.	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
3	Шаг вперед с разведением рук в стороны, полуприсяд с выставлением ноги на пятку.	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
4	Ходьба змейкой, присядка «Чеботуха», движение с предметом во время ходьбы.	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
5	Шаг с притопом на месте, ритмичная пульсация.	Игровая. Учебная двигательная активность	1	
6	Шаг с предметом, через предмет. (кегли), обруч	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
7	Наклоны, выпрямление и повороты головы, отработка круговых движений плечами («паровозики»).	Установка на здоровый образ жизни	1	
8	Вращение рук в разных направлениях с предметами и без, повороты туловища, приседания с опорой и без.	Знание комплекса упражнений для укрепления мышечного корсета, развития хорошего самочувствие человека	1	
9	Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Выполнение движений в заданном темпе после паузы.	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
10	Упражнения на координацию движений: перекрестное поднимание, опускание рук, одновременное движение руками.	Знание комплекса упражнений для укрепления мышечного корсета, развития хорошего самочувствие человека	1	
11	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и	Знание комплекса упражнений для укрепления мышечного корсета,	1	

	обратно (маятник).	развития хорошего самочувствие человека		
12	Наклоны, выпрямление и повороты головы, отработка круговых движений плечами («паровозики»).	Знание комплекса упражнений для укрепления мышечного корсета, развития хорошего самочувствие человека	1	
13	Отстукивание простых ритмических рисунков на бубне.	Адекватные представления о собственных возможностях Контроль ощущений и знания положений тела (рук)	1	
14	Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане ладошка	Адекватные представления о собственных возможностях	1	
15	Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане одной палочкой и двумя палочками одновременно	Контроль ощущений и знания положений тела (рук)	1	
16	Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане с проговариванием речевок, попевок	Адекватные представления о собственных возможностях	1	
17	Отстукивание простых ритмических рисунков ложками	Контроль ощущений и знания положений тела (рук)	1	
18	Отстукивание ложками народных мотивов	Адекватные представления о собственных возможностях	1	
19	Отстукивание ложками ритма стихотворения	Контроль ощущений и знания положений тела (рук)	1	
20	Музыкально-подвижная игра «Затейники» (характеру музыки громко-тихо).	Игровая. Учебная, двигательная активность Адекватные представления о собственных возможностях	1	
21	Музыкально - подвижная игра «Муха-Цокотуха».	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
22	Музыкально-подвижная игра «Волк и козлята».	Адекватные представления о собственных возможностях	1	
23	Музыкально-подвижная игра «Канон» (поочередное, подтактное вступление движений).	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
24	Музыкально-подвижная игра «Запрещенное движение» (ритмические акценты быстро-медленно).	Адекватные представления о собственных возможностях	1	
25	Музыкально-подвижная игра «Зеркала» (имитация	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	

	движений друг друга).			
26	Музыкально-подвижная игра «Водяной» (хороводная, подвижная игра).	Адекватные представления о собственных возможностях	1	
27	Хоровод «Отработка движений змейкой».	Установка на здоровый образ жизни Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
28	Хоровод «Отработка движений по кругу с приставлением ноги».	Установка на здоровый образ жизни	1	
29	Хоровод «Отработка движений по кругу с поднятием рук».	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
30	Знакомство с танцем «Матрешки»	Установка на здоровый образ жизни	1	
31	Положение рук в русской пляске «Матрешки» - разучивание движений.	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
32	Движение к ритмическому рисунку в музыке.	Установка на здоровый образ жизни	1	
33	Работа над образом в танце.	Игровая. Учебная, двигательная активность	1	
	Итого		33	

**2 класс**

<b>№</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>содержание</b>	<b>Дата проведения</b>
<b>1</b>	Организационный урок. Введение. Инструктаж по технике безопасности.	<b>1</b>	Инструктаж по Т.Б. Ходьба по разметкам. Построения в шеренгу и колонну по 1. Повторение танцевальных движений 1кл. Игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц	
<b>2</b>	Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий).	<b>1</b>	Ходьба и бег с предметами. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Упр. на координацию движений под музыку.	
<b>3</b>	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	<b>1</b>	Разновидности танц. ходьбы и бега. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц.	
<b>4</b>	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук.	<b>1</b>	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построение круга из шеренги. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Третий лишний». Упражнения на расслабление мышц	
<b>5</b>	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	<b>1</b>	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Ходьба и бег с предметами. Построения в цепочку. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.	
<b>6</b>	Музыкальные игры с предметами. «Зеркало». Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».	<b>1</b>	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Музыкальные игры с предметами.	
<b>7</b>	Ритмико-гимнастические упражнения.	<b>1</b>	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построения из колонны по 2 в колонну по 1. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Игра «Третий лишний». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.	

8	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1	Ходьба и бег с предметами. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Упр. на координацию движений под музыку. Игра «Третий лишний». Упражнения на расслабление мышц.	
9	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1	Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Игра «Море волнуется...». Упражнения на расслабление мышц.	
10	Пляска с притопами, кружением, хлопками.	1	Ходьба с перешагиванием через предметы. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Упр. на координацию движений под музыку. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки. Повторение народных танц. элементов. Игра «Море волнуется...». Упражнения на расслабление мышц.	
11	Игры с пением и речевым сопровождением.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. ОРУ на формирование осанки. Основные движения народных танцев. Упражнения на музыкальных инструментах. Игры «Угадай по голосу», «Повторяй за мной». Упражнения на расслабление мышц.	
12	Создание музыкально-двигательного образа.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Точный расчет», «Море волнуется...». Упражнения на расслабление мышц.	
13	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Игра «Салки маршем». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.	

14	Составление несложных танцевальных композиций «Часики», «Мельница».	1	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Упр. на координацию движений. Разучивание элементов танца. Игры «Карусели», «У ребят порядок строгий». Упражнения на расслабление мышц.	
15	Движения парами. Парная пляска. Чешская народная мелодия	1	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Разучивание элементов танца. Упр. на координацию движений. Игры «Волшебный мешок», «Что изменилось?». Упражнения на расслабление мышц.	
16	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Часовые и разведчики». Упражнения на расслабление мышц.	
17	Элементы народных танцев	1	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в пары. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. <u>Элементы:</u> Шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись 1 рукой, другая с платочком поднятая в сторону, вверх, слегка согнута в локте. Игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц.	
18	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в колонну по 2. ОРУ типа зарядки. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. <u>Элементы.</u> Игра «К своим флажкам». Упражнения на расслабление мышц	
19	Ритмические упражнения.	1	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Игра «Часовые и разведчики». Упражнения на расслабление мышц.	
20	Русская хороводная пляска	1	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Ходьба и бег с предметами. Построения в цепочку. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.	

21	Правила танцевального этикета.	1	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Построение в колонну по 2. Ходьба и бег с предметами. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игры: «К своим флажкам», «У медведя во бору». Упражнения на расслабление мышц.	
22	Танцевальные упражнения парами. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».	1	Перестроение из колонны по 2 в колонну по1. ОРУ в движении. Перешагивание через набивные мячи. Разучивание элементов танца. Игры «Точный расчет», «Салки маршем». Упражнения на расслабление мышц.	
23	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1	Перестроение из колонны по 2 в колонну по1. ОРУ в движении. Перешагивание через набивные мячи. Разучивание элементов танца. Игры «Точный расчет», «Салки маршем». Упражнения на расслабление мышц.	
24	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. ОРУ типа зарядки. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки. Выполнение основных элементов танца. Упражнения на расслабление мышц.	
25	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Упражнения на расслабление мышц.	
26	Инсценирование песен по выбору детей	1	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, перекладывать с места на место. Построения в пары. ОРУ с предметами. Инсценирование песни. Игры с пением и речевым сопровождением. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.	
27	Строевые упражнения	1	Ходьба и бег вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в пары. ОРУ с предметами. Инсценирование песни. Игры с пением и речевым сопровождением. Повторение танц. элементов. Упражнения на расслабление мышц	

28	Упражнения на развитие осанки	1	Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на расслабление мышц	
29	Танцевальные упражнения. Постановка танцевальной композиции.	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Игра «Салки маршем». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц	
30	Танцевальные упражнения. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.	1	Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц	
31	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1	Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выполнение основных элементов танца. Упражнения на расслабление мышц.	
32	Игры под музыку. Танцевальные импровизации.	1	Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Выполнение основных элементов танца. Музыкальные игры с предметами. Упражнения на расслабление мышц.	
33	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1	Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Музыкальные игры с предметами. Упражнения на расслабление мышц.	
34	Контрольный урок.	1	Подвести итог, задачи на следующий год.	

### 3 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	содержание
1	Организационный урок. Введение. Инструктаж по технике безопасности.	1	Инструктаж по Т.Б. Ходьба по разметкам. Построения в шеренгу и колонну по 1. Повторение танцевальных движений 1кл. Игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц
2	Элементы танца по программе 2 класса	1	Повторение танцевальных движений 2кл. Игра «Пятнашки маршем». ОРУ типа зарядки. Упражнения на расслабление мышц
3	Строевые упражнения	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба на носках и пятках. Построения в колонну и шеренгу по 2. Повторение танцевальных упр. 2кл. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Игра «Пятнашки маршем». ОРУ типа зарядки. Упражнения на расслабление мышц
4	Танцевальная ходьба	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Перестроения из 1 круга в 2, 3. ОРУ типа зарядки. Шаг польки. Сильные пскоки, боковой галоп. Элементы: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением Игра «Пятнашки маршем». Упражнения на расслабление мышц
5	Элементы русской пляски	1	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, широким и мелким шагом, держа ровно спину. Построения в пары. ОРУ типа зарядки. Сильные пскоки, боковой галоп. Элементы. Развитие координационных способностей. Игра «К своим флажкам»
6	Музыкальные игры с предметами.	1	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Музыкальные игры с предметами.
7	Ритмико-гимнастические упражнения.	1	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построения из колонны по 2 в колонну по 1. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Игра «Третий лишний». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
8	Упражнения на координацию движений  Пляска мальчиков «Чеботуха» /русская народная мелодия/	1	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построения из колонны по 1 в колонну по 3. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Игра «Шишки, желуди, орехи». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц

9	Упражнения на музыкальных инструментах.	1	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией, с различным положением рук. Построение круга из шеренги. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Пятнашки маршем». Упражнения на расслабление мышц
10	Элементы народных танцев	1	Ходьба и бег с предметами. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два и обратно. Упр. на координацию движений под музыку. Основные движения народных танцев. Игра «Море волнуется...». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц
11	Дружные тройки. Полька /музыка И. Штрауса/	1	Ходьба с перешагиванием через предметы, до различных ориентиров. Повороты направо, налево без контроля зрения. Перестроение из колонны по одному в колонну по два и обратно. Упражнения на координацию движений под музыку. Основные движения народных танцев. Игры «Запрещенное движение», «Совушка». Упражнения на расслабление мышц
12	Придумывание вариантов к играм и пляскам	1	Ходьба до различных ориентиров. Повороты направо, налево без контроля зрения. Перестроение из круга в квадрат по ориентирам. Упр. на координацию движений под музыку. Основные движения народных танцев. Игра «Совушка». Упражнения на расслабление мышц
13	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Игра «Салки маршем». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
14	Украинская пляска «Коло» /украинская народная мелодия/	1	Передвижение в колонне по 2 по указанным ориентирам. Ходьба и бег с предметами. Построения в колонну по 3. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Игры: «К своим флажкам», «Запрещенное движение». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц
15	Украинская пляска «Коло» /украинская народная мелодия/	1	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Построение в колонну по 2. Ходьба и бег с предметами. ОРУ с предметами. Выполнение основных элементов танца. Игры: «К своим флажкам», «Пустое место». Упражнения на расслабление мышц
16	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Часовые и разведчики». Упражнения на расслабление мышц.

17	Хороводы в кругу, пляска притопами, кружением, хлопками.	1	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в пары. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. <u>Элементы</u> : Шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись 1 рукой, другая с платочком поднятая в сторону, вверх, слегка согнута в локте. Игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц.
18	Танцевальные упражнения парами	1	Разновидности танц. шага и бега. Перестроение из колонны по 2 в колонну по1. ОРУ в движении с предметами. Перешагивание через набивные мячи с высоким подниманием бедра. Разучивание элементов танца. Игры «Стой!», «Салки маршем». Упражнения на расслабление мышц
19	Создание музыкально-двигательного образа	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба и бег по ориентирам. ОРУ в определенном ритме и темпе. Повторение танц. элементов. Упражнения на музыкальных инструментах. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Белые медведи», «По местам», «Море волнуется...». Упражнения на расслабление мышц
20	Русская хороводная пляска	1	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Ходьба и бег с предметами. Построения в цепочку. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
21	Правила танцевального этикета.	1	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Построение в колонну по 2. Ходьба и бег с предметами. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игры: «К своим флажкам», «У медведя во бору». Упражнения на расслабление мышц.
22	Игры с пением и речевым сопровождением	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Перестроения из 1 круга в 4. ОРУ на осанку. Повторение народных танц. элементов. Упражнения на музыкальных инструментах. Игры «Угадай по голосу», «Повторяй за мной», «Запрещенное движение». Упражнения на расслабление мышц
23	Выполнения движений в заданном темпе и после остановки музыки	1	Перестроение из колонны по 2 в колонну по1. ОРУ в движении. Перешагивание через набивные мячи. Разучивание элементов танца. Игры «Точный расчет», «Салки маршем». Упражнения на расслабление мышц.
24	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Построения в цепочку, круг. ОРУ типа зарядки. Поскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки. Выполнение основных элементов танца. Упражнения на расслабление мышц.

25	Парная пляска /чешская народная мелодия/	1	Движения парами. Разучивание элементов танца. Упр. на координацию движений. Упражнения на музыкальных инструментах. Игры «Великаны и гномы», «Шишки, желуди, орехи». Упражнения на расслаб. мышц
26	Парная пляска /чешская народная мелодия/	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Часовые и разведчики». Упражнения на расслабление мышц
27	Танцевальные движения «Прямой галоп»	1	Ходьба и бег вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в пары. ОРУ с предметами. Инсценирование песни. Игры с пением и речевым сопровождением. Повторение танц. элементов. Упражнения на расслабление мышц
28	Отстукивание, прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков	1	Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на расслабление мышц
29	Танцевальные упражнения с платочками. Шаг с притопом на месте и с продвижением	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Игра «Салки маршем». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц
30	Танцевальное движение «Дружные тройки»	1	Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц
31	Инсценирование песен.	1	Ходьба с остановкой по сигналу и с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках. Построения в пары. ОРУ с предметами. Инсценирование песни. Игры с пением и речевым сопровождением со сменой ролей. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц
32	Игры под музыку. Танцевальные импровизации.	1	Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Выполнение основных элементов танца. Музыкальные игры с предметами. Упражнения на расслабление мышц.
33	Смена ролей в импровизации	1	Ходьба с остановкой по сигналу и с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках. ОРУ с предметами. Повторение танцевальных элементов. Инсценирование песни. Игра с созданием музыкально-двигательного образа. Упражнения на расслабление мышц
34	Контрольный урок.	1	Подвести итог, задачи на следующий год.

4 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Содержание
1	Перестроение из колонны.	1	Инструктаж по Т.Б. Ходьба по разметкам. Построения в шеренгу и колонну по 1. Повторение танцевальных движений 3 кл. Игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц
2	Движения под музыку.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Перестроения из 1 круга в 2, 3. ОРУ типа зарядки. Шаг польки. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полу присядка на месте и с продвижением Игра «Пятнашки маршем». Упражнения на расслабление мышц
3	Ходьба по центру.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба на носках и пятках. Построение в колонну и шеренгу по 2. Повторение элементов народных танцев. Игра «Музыкальные змейки». ОРУ типа зарядки. Упражнения на расслабление мышц.
4	Танец «Круговой галоп».	1	Ходьба и бег с предметами. Построение в колонну по 3. Сильные поскоки, боковой галоп. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Игры: «К своим флажкам», «Запрещенные движения». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
5	Построение с использованием лент.	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Игра «Салки маршем». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц
6	Танец «Хоровод».	1	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, широким и мелким шагом, держа ровно спину. Построения в пары. ОРУ типа зарядки. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы. Развитие координационных способностей. Игра «К своим флажкам»
7	Упражнения с предметами.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба и бег по ориентирам. ОРУ в определенном ритме и темпе. Повторение танц. элементов. народных танцев и составление танц. композиций. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнение на расслабление мышц.
8	Упражнения с предметами.	1	Построение из 1 круга в 4. ОРУ в определенном темпе и ритме. Повторение танц. элементов. народных танцев и составление танц. композиций. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнение на расслабление мышц.
9	Закрепление танцевальных	1	Построение из 1 круга в 4. ОРУ на осанку. Повторение танц. элементов. народных танцев и составление танц.

	движений.		композиций. Игры: «Угадай по голосу», «Повторяй за мной». Упражнение на расслабление мышц.
10	Игра «Зимний хоровод».	1	Ходьба и бег по залу. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из нескольких кругов в звездочки. Упражнение на координацию движений под музыку. Упражнения на расслабление мышц.
11	Танец «Хлоп-хлоп».	1	Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Ходьба и бег с предметами. Построения в цепочку. ОРУ с предметами. Разучивание элементов танца. Игры: «К своим флажкам», «Два мороза». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
12	Круговые движения головы, плеч, туловища, кистей рук.	1	Движения парами. Упр. на координацию движений. Выполнение основных элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Часовые и разведчики». Упражнения на расслабление мышц.
13	Упражнения на выработку осанки.	1	Построение из 1 круга в 4. ОРУ на осанку. Повторение танц. элементов. народных танцев и составление танц. композиций.
14	Танец «Новогодняя пляска».	1	Ходьба и бег по залу. Размыкание и смыкание приставными шагами. Упражнение на координацию движений под музыку. Игра «Море волнуется». Упражнения на расслабление мышц.
15	Игра «Если весело живётся» (разнообразные сочетания частей тела).	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба и бег по ориентирам. ОРУ в определенном ритме и темпе. Повторение танц. элементов. народных танцев и составление танц. композиций. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнение на расслабление мышц.
16	Новогодние игры и танцы, самостоятельное составление ритмических рисунков.	1	Перестроение из 1 круга в 4. ОРУ в определенном ритме и темпе. Повторение танцевальных элементов и составление танц. композиций. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
17	Сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.	1	Ходьба до различных ориентиров. Повороты направо, налево без контроля зрения. Перестроение из круга в квадрат по ориентирам. Упр. на координацию движений под музыку. Основные движения народных танцев. Игра «Совушка». Упражнения на расслабление мышц.
18	Упражнения на расслабление мышц.	1	Ходьба с высоким подниманием бедра, с различным положением рук. Построения из колонны по 2 в колонну по 1. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Игра «Третий лишний». Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
19	Прыжки на двух ногах.	1	Ходьба с высоким поднятием бедра, с различным положением рук. Пскоки с продвижением назад. Построение из колонны по 1 в колонну по 3. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением. Игра «Фигуры». Упражнение на расслабление мышц.

20	Танец «Бульба».	1	Ходьба с высоким поднятием бедра, с различным положением рук. Перестроение из общего круга в несколько кружочков, карусели. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Игра «Фигуры». Упражнение на расслабление мышц.
21	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией, с различным положением рук. Построение круга из шеренги. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Пятнашки маршем». Упражнения на расслабление мышц
22	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией, с различным положением рук. Построение круга из шеренги. ОРУ на осанку. Разучивание элементов танца. Упражнения на музыкальных инструментах. Игра «Пятнашки маршем». Упражнения на расслабление мышц
23	Танец «Лезгинка».	1	Перестроение из колонны по 2 в колонну по 1. ОРУ в движении. Быстрые мелкие шаги на всей ступне и полупальцах. Разучивание элементов танца. Упражнение на расслабление мышц.
24	Выполнение несложных упражнений на музыкальном инструменте.	1	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Музыкальные игры с предметами.
25	Выполнение несложных упражнений на музыкальном инструменте.	1	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Музыкальные игры с предметами.
26	Узбекский танец.	1	Ходьба в «коридоре» на носках в чередовании с бегом. Разучивание элементов танца. Упражнения на координацию движений. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
27	Обобщающий урок.	1	Ходьба с остановкой по сигналу с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках. ОРУ с предметами. Повторение танцевальных элементов. Упражнения на расслабление мышц.
28	Составление несложных танцевальных композиций.	1	Ходьба с остановкой по сигналу и с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках. ОРУ с предметами. Повторение танцевальных элементов. Инсценирование песни. Игра с созданием музыкально-двигательного образа. Упражнения на расслабление мышц.
29	Упражнения на различение элементов народных танцев.	1	Ходьба и бег с предметами. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два и обратно. Упр. на координацию движений под музыку. Основные движения народных танцев. Игра «Море волнуется...». Упражнения на музыкальных инструментах.

			Упражнения на расслабление мышц
30	Танец «Кадриль».	1	Ходьба по центру зала, по диагональным линиям. Пружинящий бег. Построение в шеренгу. ОРУ типа зарядки. Шаг кадрили: три простых шага и 1 скользящий, носок ноги вытянут. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Составление ритм. рисунков в сочетании хлопков и притопов. Игра «Запрещенное движение». Упражнение на расслабление мышц.
31	Инсценировка сказки «Репка».	1	Ходьба с остановкой по сигналу и с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках. Построение в пары. ОРУ с предметами. Инсценирование песни, сказки. Игры с пением и речевым сопровождением со сменой ролей. Упражнения на музыкальных инструментах. Упражнения на расслабление мышц.
32	Игры с пением, речевым сопровождением.	1	Разновидности танц. ходьбы и бега. Ходьба по разметкам. Перестроение из 1 круга в 4 ОРУ на осанку. Повторение народных танц. элементов. Игры «Угадай по голосу», «Повторяй за мной». Упражнения на расслабление мышц.
33	Танец «Петушок».	1	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, широким и мелким шагом, держа ровно спину. Построения в пары. ОРУ типа зарядки. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы. Развитие координационных способностей.
34	Итоговый урок «Путешествие в мир танцев».	1	Построение в пары. ОРУ с предметами. Инсценирование песни, сказки. Игры с пением и речевым сопровождением. Повторение танц. элементов. Подведение итогов.

## **Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности**

### **Учебно-методическая литература для учителя:**

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: Подготовительный, 1—4 классы / Под ред. В.В. Воронковой; 4-е издание. - М.: Просвещение, 2006. - 192 с.

### **Технические средства обучения:**

1. Магнитофон
2. Телевизор

### **Компьютерные и информационно – коммуникационные средства:**

1. Компьютер