

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 выражать 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

| № | Тема урока | Кол-во часов | содержание | Дата проведения |
|---|--|--------------|---|-----------------|
| 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 | Основные движения под музыку: разные виды шага (бодрый, высокий, хороводный, шаг на носочках, мягкий, пружинящий). | 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. | |
| 3 | Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса. | 1 | Разновидности танц. ходьбы и бега. Пскоки с ноги на ногу, притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Игра «Пятнашки». Упражнения на расслабление мышц. | |
| 4 | Танцевальная зарядка. Упражнения для рук. | 1 | 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 | |
| 5 | Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок). | 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. | |
| 6 | Музыкальные игры с предметами. «Зеркало». Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек». | 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 | 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 поднятие 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 поднятие 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. Поскоки 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 поскоки, 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 поскоки, 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. Пскоки 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. Инценирование 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 | Инценирование песен. | 1 | Ходьба с остановкой по сигналу и с выполнением заданий. Бег широким шагом на носках. Построения в пары. ОРУ с предметами. Инценирование 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. Инценирование 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