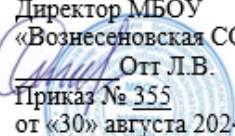


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Вознесенская средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

РАССМОТРЕНА
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МБОУ
«Вознесенская СОШ»
Отт Л.В.
Приказ № 355
от «30» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
для обучающихся с легкой умственной отсталостью (
интеллектуальными нарушениями)
развития (вариант 1)
коррекционного курса «Ритмика»
Уровень начального общего
образования
Срок освоения: 1 год (класс)
на 2024-2025 учебный год

с. Вознесенка, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программно-методические материалы по коррекционному курсу «Ритмика» составлены на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>)

Программно-методические материалы могут быть использованы для образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

«Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана, рассчитан на 33 учебные недели и составляет 1 час в неделю, 33 часа в год.

Цель коррекционного курса «Ритмика» – развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- знакомство с основными музыкально – ритмическими понятиями;
- формирование представлений о характере музыки и средствах выразительности через отображение в движениях, пластических миниатюрах, образных играх;
- коррекция двигательных нарушений;
- активизация двигательной и произвольной памяти;
- улучшение координации и точности движений, ориентации в пространстве;
- развитие слухового восприятия, памяти, мышления, дыхательного аппарата, речевой моторики, быстроты реакции;
- развитие слухоречевого координирования, музыкальной памяти, чувства ритма.

Общая характеристика коррекционного курса

Содержанием работы на занятиях ритмикой является музыкально- ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек»,

«каруселей»), движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем. Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений. Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение,

координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики. Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом. Программа по музыкально-ритмическим занятиям состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»;

«Танцевальные упражнения». В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально- ритмической деятельности. На каждом занятии осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач занятия учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве. Основное содержание второго раздела составляют ритмико- гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных

упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки. Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. П. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать). Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.). Исполнение танцев разных

народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Описание места коррекционного курса в учебном плане

Рабочая программа рассчитана на 1 года изучения в 1 классе из расчета 1 час в неделю, всего — 33 часа.

Описание материально-технического обеспечения коррекционного курса

- технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),
- детские музыкальные инструменты: трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
- дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

Методическая литература:

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно- методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000

Электронно-образовательные ресурсы:

Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>

Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>

Учительский портал <http://www.uchportal.ru>

Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>

Содержание коррекционного курса

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

- совершенствование движений и сенсомоторного развития (развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики);
- коррекция отдельных сторон психической деятельности (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных

представлений и ориентации; развитие представлений о времени);

– развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);

– развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);

– коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца, формирование умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);

– развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Планируемые образовательные результаты

В результате реализации программы коррекционного курса «Ритмика» обеспечивается достижение обучающимися с умственной отсталостью следующих результатов:

Личностные:

персональная идентичность:

– принятие и частичное освоение социальной роли обучающегося;

– формирование мотивации к учебному процессу;

– принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

– положительное отношение к окружающей действительности;

– формирование первоначальных навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в процессе выполнения совместной деятельности;

– формирование и развитие умения слушать и понимать инструкцию к учебному заданию.

Предметные:

Минимальный уровень

Должны:

– находить свое место в строю и входить в зал под музыку;

– приветствовать учителя;

– занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться);

– выполнять несложные движения и упражнения вместе с педагогом;

– ориентироваться в пространстве с помощью учителя;

– понимать несложные инструкции учителя;

– начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки с помощью учителя.

Достаточный уровень

Должны:

– готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку;

– приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение;

– ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не

мешая друг другу;

- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круги и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- выполнять игровые и простые плясовые движения, притопывая попеременно ногами.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1	Правильное исходное положение. Наклоны и выпрямления головы. Перекрестное поднимание и опускание рук. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя уронить руки вниз. Движения кистей рук в разных направлениях. <u>Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки.</u> Знакомство с танцевальными движениями.	1	С помощью учителя ориентируются в танцевальном зале. Под контролем учителя знакомятся с правилами поведения на уроках ритмики
2	Правильное исходное положение. Повороты головы. Перекрестное поднимание и опускание рук. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя уронить руки вниз. Движения кистей рук в разных направлениях. <u>Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки.</u> Бодрый шаг.	1	Под руководством учителя знакомятся с правилами входа, построения в танцевальном зале. Вызывают интерес к движениям вперед-назад, вправо- влево по инструкции учителя
3	<u>Ходьба с высоким подниманием колен.</u> Наклоны и выпрямления головы, повороты головы. Перекрестное поднимание и опускание рук. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя уронить руки вниз. Поочередное сжимание в	1	Под руководством учителя изучают правила входа, построения в танцевальном зале. Повторяют за учителем по образцу рабочие позиции ног и рук. Выполняют упражнения на расслабление рук под контролем учителя

	кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.Выполнение ритмичных движений в соответствии с различной динамикой. Спокойный шаг.		
4	<u>Ходьба с высоким подниманием колен.</u> Круговые движения плечами. Одновременные движения правой руки вверх, левой – в сторону. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя уронить руки вниз. Поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.Выполнение ритмичных движений в соответствии с различной динамикой. Топающий шаг.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя; перестроение из шеренги в круг по инструкции учителя. Выполняют поклон по образцу
5	<u>Бег с высоким подниманием колен.</u> Движения рук в разных направлениях без предметов. Одновременные движения правой руки вверх, левой – в сторону. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя уронить руки вниз. Одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различными регистрами. Бег легкий, на полупальцах.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. По словесной инструкции учителя двигаются вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга
6	<u>Бег с высоким подниманием колен.</u> Движения рук в разных направлениях без предметов. Одновременные движения правой руки вверх, левой – в сторону. Быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различными регистрами. Бег	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. По словесной инструкции учителя двигаются по кругу в медленном темпе с высоко поднятыми коленями, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка

	легкий, на полупальцах.		
7	<u>Ходьба и бег с высоким подниманием колен.</u> Движения рук в разных направлениях с предметами. Одновременные движения правой руки вперед, левой – вверх. Быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Изменение направления ходьбы в соответствии с изменениями в музыке. Подпрыгивания на двух ногах.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют упражнения на выработку осанки по инструкции и образцу. Двигаются по кругу в медленном темпе, шагая, выполняя махи вперед-вверх, повторяя действия учителя с использованием инструкции и образца. Выполняют простые движения с предметами во время ходьбы по кругу под контролем учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу
8	<u>Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.</u> Движения рук в разных направлениях с предметами. Одновременные движения правой руки вперед, левой – вверх. Быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Изменение формы ходьбы в соответствии с изменениями в музыке. Прямой галоп.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют упражнения на выработку осанки по инструкции. Двигаются по кругу в медленном темпе, шагая, выполняя махи вперед-вверх, повторяя действия учителя. Выполняют простые движения с предметами во время ходьбы по кругу под контролем учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу
9	<u>Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.</u> Наклоны туловища вправо. Одновременные движения правой руки вперед, левой – вверх. Быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Изменение направления и формы ходьбы в соответствии с изменениями в музыке. Маховые движения рук.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Двигаются шагом по кругу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу
10	<u>Бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.</u> Повороты туловища вправо. Выставление левой ноги вперед, правой руки перед	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Двигаются по кругу, меняя направление

	<p>собой. Быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Отведение и приведение пальцев одной руки. Изменение направления бега в соответствии с изменениями в музыке. Простой хороводный шаг.</p>		<p>движения, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу</p>
11	<p><u>Бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.</u> Наклоны и повороты туловища вправо. Выставление левой ноги вперед, правой руки перед собой. Подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Отведение и приведение пальцев одной руки. Изменение формы бега в соответствии с изменениями в музыке. Простой хороводный шаг.</p>	1	<p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют наклоны и повороты туловища, повторяя действия учителя, по инструкции. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу</p>
12	<p><u>Ходьба и бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.</u> Наклоны туловища влево. Выставление левой ноги вперед, правой руки перед собой. Подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Отведение и приведение пальцев обеих рук. Изменение направления и формы бега в соответствии с изменениями в музыке. Шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками.</p>	2	<p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют приседания с опорой и без опоры, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу</p>
13	<p><u>Перестроение в круг из шеренги.</u> Повороты туловища влево. Выставление правой ноги в сторону, левой руки в сторону. Подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Отведение и приведение пальцев обеих рук. Изменение направления поскоков в соответствии с изменениями в музыке. Шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками.</p>	1	<p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют перекаты с носков на пятки, с пятки на носок по инструкции и образцу. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу</p>
14	<p><u>Перестроение в круг из шеренги.</u> Наклоны и повороты</p>	1	<p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p>

	туловища влево. Выставление правой ноги в сторону, левой руки в сторону. Подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Изменение формы поскоков в соответствии с изменениями в музыке. Притопы одной ногой.		Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют движения руками по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу
15	<u>Перестроение в круг из цепочки.</u> Приседания с опорой. Выставление правой ноги в сторону, левой руки в сторону. Подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Выделение пальцев рук. Изменение направления и формы поскоков в соответствии с изменениями в музыке. Притопы одной ногой.		Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют движения руками по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу
16	<u>Перестроение в круг из цепочки.</u> Приседания без опоры. Смена позиций рук отдельно каждой. Свободное круговое движение рук. Выделение пальцев рук. Изменение направления танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Притопы ногами поочередно.	2	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют прохлопывание под руководством учителя, по образцу. Выполняют движения ногами по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу
17	<u>Ориентировка в направлении движений вперед.</u> Приседания с опорой и без опоры. Смена позиций рук отдельно каждой. Свободное круговое движение рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Изменение формы танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Притопы ногами поочередно.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют упражнения по одновременной смене позиций рук и ног по образцу. Передают ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу, с действиями учителя
18	<u>Ориентировка в направлении движений вперед.</u> Приседания с предметами. Смена позиций рук обеими одновременно. Свободное круговое движение рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Изменение направления и	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют звукоизвлекающие движения в такт музыки по образцу. Играют на музыкальном инструменте образцу и инструкции учителя.

	формы танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Притопы одной ногой и поочередно.		Выполняют упражнения на расслабление кистей рук по образцу
19	<u>Ориентировка в направлении движений назад.</u> Приседания с предметами. Смена позиций рук обеими одновременно. Свободное круговое движение рук. Исполнение восходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой рукой отдельно в среднем темпе. Выполнение имитационных упражнений и игр. Выставление ноги на носок и пятку.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют звукоизвлекающие упражнения с музыкальным инструментом (клависы) в такт музыки по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют упражнения на расслабление кистей рук, повторяя действия учителя
20	<u>Ориентировка в направлении движений назад.</u> Сгибание и разгибание ноги в подъеме. Смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно. Свободное круговое движение рук. Исполнение восходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы левой рукой отдельно в среднем темпе. Выполнение имитационных упражнений и игр. Бег парами.	2	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют звукоизвлекающие упражнения с музыкальным инструментом (клависы) в такт музыки по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют упражнения на расслабление кистей рук, повторяя действия учителя.
21	<u>Ориентировка в направлении движений вперед и назад.</u> Сгибание и разгибание ноги в подъеме. Проводить движение руки головой. Свободное круговое движение рук. Исполнение восходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Выполнение имитационных упражнений и игр. Бег парами.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют ритмические движения по образцу, повторяя действия учителя.
22	<u>Ориентировка в направлении движений направо.</u> Отведение стопы наружу и приведение ее внутрь. Проводить движение руки головой. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно. Исполнение нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой рукой отдельно в среднем	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Под руководством учителя перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки. Выполняют ритм стиха с выделением голосом сильной доли по образцу

	темпе. Передача притопами резких акцентов в музыке. Ходьба парами.		
23	<u>Ориентировка в направлении движений направо.</u> Отведение стопы наружу и приведение ее внутрь. Проводить движение руки взглядом. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно. Исполнение нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы левой рукой отдельно в среднем темпе. Передача притопами резких акцентов в музыке. Ходьба парами.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя; танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения для ног по образцу
24	<u>Ориентировка в направлении движений налево.</u> Круговые движения стопой. Проводить движение руки взглядом. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно. Исполнение нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Передача притопами резких акцентов в музыке. Кружение на месте парами.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения для ног по инструкции
25	<u>Ориентировка в направлении движений налево.</u> Круговые движения стопой. Отстукивание простых ритмических рисунков. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно под счет учителя. Передача хлопками резких акцентов в музыке. Кружение на месте парами.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя; танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения для ног по инструкции учителя
26	<u>Ориентировка в направлении движений направо и налево.</u> Выставление ноги на носок вперед. Отстукивание простых ритмических рисунков. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно под счет	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон и танцевальные движения по инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения для ног по инструкции

	учителя. Передача хлопками резких акцентов в музыке. Хороводы в кругу.		
27	<u>Ориентировка в направлении движений в кругу.</u> Выставление ноги на носок в сторону. Отстукивание простых ритмических рисунков. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками каждой отдельно под счет учителя. Передача хлопками резких акцентов в музыке. Хороводы в кругу.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон и танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения для ног
28	<u>Ориентировка в направлении движений из круга.</u> Вставание на полупальцы. Прохлопывание простых ритмических рисунков. Перенесение тяжести тела с одной ноги на другую. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно с проговариванием стихов, попевок. Музыкальные игры с предметами. Пляски с притопами.	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения для ног; шаг на всей ступе , элементы русской пляски
29.	<u>Ориентировка в направлении движений в круг и из круга.</u> Упражнения на выработку осанки. Протопывание простых ритмических рисунков. Перенесение тяжести тела с одной ноги на другую. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками каждой отдельно с проговариванием стихов, попевок. Игры с пением или речевым сопровождением. Пляски с кружением.	2	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения для ног; выполнение по образцу притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги
30.	<u>Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.</u> Упражнения на выработку осанки. Протопывание простых ритмических рисунков. Перенесение тяжести тела с	1	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют танцевальные движения последовательно, передвигаясь по кругу, по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющие упражнения

	<p>одной ноги на другую. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками каждой отдельно с проговариванием стихов, попевок. Игры с пением или речевым сопровождением. Пляски с хлопками.</p>		<p>для ног и рук по образцу и инструкции учителя</p>
	<p><u>Итого</u></p>	<p>33</p>	