


Коммунаровская средняя общеобразовательная школа филиал муниципального автономного общеобразовательного учреждения Шороховской средней общеобразовательной школы Исетского района Тюменской области

РАССМОТРЕНО
на заседании КМО
протокол № 1
от 30.08. 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
заведующий филиала
 Р. Р. Мещеров
30 августа 2023 г

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
школы № 202
от 31.08. 2023 г.

**Адаптированная основная общеобразовательная
программа по ритмике для обучающихся
с лёгкой умственной отсталостью
5-9 класс
на 2023-2024 учебный год
(основное общее образование)**

Составитель: Афонечкин А.В.,
учитель начальных классов
высшей квалификационной категории

п. Коммунар
2023 г.

1. Пояснительная записка

Программа коррекционного курса «Ритмика» разработана на основе ФАООП УО (вариант 1 для обучающихся с легкой умственной отсталостью), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 года № 1026, соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа составлена с учетом особенностей познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью, характеристики детей обучающихся в данных классах.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

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 (интеллектуальными нарушениями).

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих задач:

- развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);
- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

В программе обозначены два уровня умений: минимальный и достаточный.

Коррекционный курс «Ритмика» изучается с 5 по 9 класс по 1 часу в неделю. Распределение по годам 5-9 класс по 34 часа в год. Итого 170 часов.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплекс, включающий:

1. М. А. Михайлова, Н.В. Воронина. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - М., 2001.
2. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
3. М. А. Касицина, И. Г. Бородин Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007.
4. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородин – Москва, 2007г.
5. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова М.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.:Издательство «Глобус», 2009

Методы ведения учебных занятий курса могут быть следующими:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
- Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
- Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
- Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

2.Общая характеристика учебного предмета, коррекционного курса с учетом особенностей его освоения обучающимися

Содержанием работы на уроках ритмики 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 осуществляется развитие представления обучающихся 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 обучающихся с интеллектуальными нарушениями 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 ритмике 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 уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока 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 обучающихся с ОВЗ 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.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

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 обучающихся 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).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок».

Обучению детей с ОВЗ 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, обучающиеся 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 приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Предмет «Ритмика» входит в коррекционно-развивающую область в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и изучается на всех этапах

обучения. В соответствии с планом АООП и годовым календарным графиком Коммунаровской СОШ филиал МАОУ Шороховской СОШ программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

2. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

Планируемые личностные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину посредством народных музыкальных произведений;
- 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 социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 5) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 6) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 7) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 9) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 10) формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- 11) формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
- 12) оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо);
- 13) развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств средствами ритмики;
- 14) реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку;
- 15) формирование позитивной самооценки своих музыкально - творческих возможностей.

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 5 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none"> – иметь представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; – знать основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение; – уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; – различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; – отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно 	<ul style="list-style-type: none"> – знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; – уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг; – знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций; – уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

<p>менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <p>– различать основные характерные движения некоторых народных танцев.</p>	<p>– развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;</p> <p>– повторять любой ритм, заданный учителем.</p>
---	---

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 6 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<p>– уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;</p> <p>– организованно строиться (быстро, точно);</p> <p>– сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</p> <p>– самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</p> <p>– соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</p> <p>– легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;</p> <p>– ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.</p>	<p>– уметь рассчитывать на первый, второй;</p> <p>– соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;</p> <p>– самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</p> <p>– ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p> <p>– передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;</p> <p>– самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;</p> <p>– повторять любой ритм, заданный учителем;</p> <p>– задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).</p>

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 7 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<p>– уметь рассчитывать на первый, второй, третий;</p> <p>– соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</p> <p>– самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</p> <p>– передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;</p> <p>– передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;</p>	<p>– самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p> <p>– четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</p> <p>– отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;</p> <p>– четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <p>– владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;</p>

<ul style="list-style-type: none"> – уметь определять музыкальные жанры: танец, марш, песня. – повторять любой ритм, заданный учителем; – задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами). 	<ul style="list-style-type: none"> – различать основные характерные движения некоторых народных танцев. – передавать хлопками ритмический рисунок мелодии.
---	--

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 8 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none"> – уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; – различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; – отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; – различать основные характерные движения некоторых народных танцев; – выполнять ритмические комбинации движений на уровне возможностей обучающихся; понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка). 	<ul style="list-style-type: none"> – знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; – уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг; – знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций; – знать правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя; – самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; – уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 9 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none"> – уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; – различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; – знать основные строевые команды; – делать подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; – отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей 	<ul style="list-style-type: none"> – выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне; – подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений; – знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; – уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг; – знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;

<p>музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <p>– различать основные характерные движения некоторых народных танцев;</p> <p>– выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд.</p>	<p>– соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</p> <p>– задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения;</p> <p>– ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p> <p>– передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.</p>
---	--

3. Содержание коррекционного курса

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

Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц, упражнения с детскими музыкальными инструментами);
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

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 полу пальцы. Упражнения на выработку осанки. *Упражнения на координацию движений.* Перекрестное поднятие 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 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. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

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

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, подбочившись 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.

Тема (тематические блоки/модули)	Основное содержание	Основные виды деятельности	
		Предлагаются всем обучающимся	Предлагаются дифференцированно по микрогруппам
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.	Самостоятельно занимают правильное исходное положение. Выполняют ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняют перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируются в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. Выполняют простые шаги, шаги на носках. Сочетают движения с хлопками. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений.	Маршируют по кругу с остановкой по музыке. Выполняют шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга. Выполняют одноименные и разноименные движения руками и ногами. Бегают по кругу, ногу отбросив назад. Изменяют направление и формы ходьбы. Поднимают руки вверх, вытягивают весь корпус - выполняют стойку на полу- пальцах, быстрым движением садятся на корточки.
Ритмико – гимнастические упражнения	<i>Общеразвивающие упражнения.</i> Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без	Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений. Выполняют во время ходьбы и бега несложных задания с предметами: оббегают их, собирают, передают, перекладывают с места на место.	Двигают руками в разных направлениях; наклоняют, поворачивают туловище вправо, влево. Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд.

	<p>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 полу пальцы. Упражнения на выработку осанки.</p>	<p>Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку (на доступном уровне). Выполняют по показу учителя упражнения для развития тактильно-кинестетической способности рук. Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма. Наклоняют, поворачивают голову. Выполняют ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями. Выполняют наклоны, повороты, круговые движения головы, движения рук в разных направлениях, повороты туловища, выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Разводят руки в стороны, раскачивают ими перед собой. Бросают, подбрасывают, ловят, катают, передают, перекачивают мяч.</p>	<p>Выполняют по сигналу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма. Выполняют основные движения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку. Соблюдают темп движений, обращая внимание на музыку. Воспроизводят (и обучают слабых учеников) упражнения на выработку осанки. Выполняют повороты туловища с передачей предмета, опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Перестраиваются из колонны в одну и две шеренги самостоятельно. Выполняют двигательные упражнения по нарастающей и наоборот. Ведут подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.</p>
	<p><i>Упражнения на координацию движений.</i> 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 —</p>	<p>Двигаются в соответствии с разнообразным характером музыки, различают в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передают в движении ритмический рисунок. Выполняют упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняют наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).</p>	<p>Выполняют круговые движения: наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения, наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени, наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Выполняет повороты на месте и в движении. Соединяют пальцы в разных позициях. По команде выполняют</p>

	<p>в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рукотдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.</p>	<p>Выставляют правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Учатся различать начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Учатся правильно маршировать, отрабатывает повороты на месте.</p>	<p>повороты различного характера. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп движений. Самостоятельно определяют нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.</p>
	<p><i>Упражнение на расслабление мышц.</i> 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).</p>	<p>Переносят тяжесть тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Выпрямляют руки в суставах и напрягает все мышцы от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабляет напряжение. Выполняют пальчиковую гимнастику с помощью учителя. Учатся правильно дышать, выполняют гимнастические упражнения при помощи учителя.</p>	<p>Выполняют поклон-приветствие, прохлопывают простые ритмические рисунки, учатся различать мелодии по темпу и ритму. Выполняют пальчиковую гимнастику самостоятельно. Слушают изменения звучания музыки и передают их изменением движения. Учатся правильно дышать, выполняют гимнастические упражнения. Учатся расслаблять мышцы после нагрузки (стретчинг).</p>
	<p><i>Упражнения с музыкальными инструментами.</i> Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.</p>	<p>Выполняют движения в соответствии с разнообразным характером музыки и динамикой (громко, тихо). Знают названия новых элементов танца и танцевальных шагов. Различают и называют музыкальные инструменты. Выполняют мелкие движения пальцами рук.</p>	<p>Оперируют понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон). Выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне. Ритмично и чётко выполняют гимнастические</p>

	<p>Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.</p>	<p>Отстукивают простые ритмические рисунки на барабане и ложках. Повторяют термины: громко - тихо, высоко - низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки (быстро, медленно, умеренно). Выполняют ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики.</p>	<p>упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении. Протопывают ритмический рисунок прозвучавшей мелодии. Закрепляют умение различать характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный); темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно). Сочетают хлопки и притопы, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).</p>
Игры под музыку	<p>Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоко́нтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка музыкальных сказок, песен.</p>	<p>Отмечают в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок. Иметь понятия о трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец. Двигаются в соответствии с музыкальными образами. Исполняют движения в характере музыки - четко, сильно, медленно, плавно; Распознают характер танцевальной музыки. Договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Передают притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. Передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека) на доступном уровне. Исполняют игры с пением и речевым сопровождением. Выполняют имитационные игры, движения.</p>	<p>Отмечают в движении ритмический рисунок, акцент, слышат и самостоятельно меняют движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Умеют правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка. Имеют понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, хоровод, диско. Формулируют собственное мнение и позицию в игре. Выразительно двигаются в соответствии с музыкальными образами. Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Знают темповые обозначения, слышат темпы применительно к движениям.</p>

		Играют с предметами под музыку.	Чувствуют характер музыки и передают его с концом музыкального произведения; умеют тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4.
Танцевальные упражнения	<p>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.</p>	<p>Изучают базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Закрепляют названия простых танцевальных шагов и умение их выполнять. Исполняют основные упражнения на середине зала. Имеют представления о народных танцах. Различают основные характерные движения некоторых народных танцев. Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляют ногу с носка на пятку. Учатся «исполнять» танцы: выход, настроение, подача. Приседают с опорой и без опоры, с предметами. Выполняют сильные поскоки, боковой галоп, приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Выстраиваются по команде (сигнальной карте) в круг, диагональ, колонну.</p>	<p>Анализируют музыку разученных танцев. Применяют позиции ног и рук классического танца, народно-сценического танца. Отмечают в движении сильную долю такта. Исполняют движения пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя известные элементы движений и танца. Исполняют основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопущей, на полном приседе и с прыжком. Исполняют танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник. Четко, организованно перестраиваются, быстро реагируют на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски.</p>

Календарно тематическое планирование, 5 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1	
2	Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие темпа и ритма. Понятие «музыкальная фраза», «длительность».	1	Прохлопывание ритмического рисунка
3	Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Упражнения для развития активной гибкости.	1	Упражнения для развития активной гибкости
4	Паузы в движении. Маршевая и танцевальная музыка.	1	
5	Разучивание разминки. Знакомство с построением влинию, колонну, круг.	1	Знакомство с построением влинию, колонну, круг.
6	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение из одной колонны в два ряда.	1	
7	Ритмико-гимнастические упражнения (хлопки, выстукивание, притопы)	1	
8	Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	
9	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, змейка.	1	
10	Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене.)	1	с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене
11	Танцевальные шаги (на месте и в продвижении, сменой положения рук.)	1	
12	Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг)	1	шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг
13	Общеразвивающие упражнения. Ритмические композиции.	1	
14	Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны	1	
15	Позиции ног. Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	
16	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1	
17	Прямые позиции ног, рук. Основные правила.	1	
18	Упражнения на координацию движений. Ходьба скоординацией рук, ног.	1	
19	Знакомство с групповым танцем. Основные правила.	1	

20	Игры под музыку. Ритмическая комбинация: шаги наместе, с остановкой на каблук.	1	Ритмическая комбинация: шаги наместе, с остановкой на каблук.
21	Ходьба с остановкой на пятках, на носках.	1	
22	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег.	1	Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег.
23	Ходьба с ускорением и замедлением темпа.	1	
24	Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками.	1	
25	Повороты с продвижением. Повороты на месте.	1	
26	Смена ритма и скорости движения. «Музыкальные змейки». Движения по линии танца.	1	
27	Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч)	1	
28	Комплекс упражнений на формирование правильной осанки.	1	
29	Диско-танец. Танец-импровизация.	1	
30	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение в круг из шеренги, цепочки.	1	перестроение вкруг из шеренги, цепочки.
31	Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка	1	
32	Танцевальные упражнения. Составление несложных танцевальных композиций.	1	
33	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1	
	Резервное время	1	
	Итого	34	

Календарно тематическое планирование, 6 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Исходное положение. Виды ходьбы	1	
2	Движения с предметами во время ходьбы	1	
3	Ориентировка в направлении вперед-назад, направо-налево	1	Ходьба вперед-назад, направо-налево
4	Направление движения в круг, из круга	1	
5	Наклоны. Повороты.	1	
6	Движения рук в разных направлениях	1	Движения рук в разных направлениях
7	Приседание с опорой, без опоры. Приседание с предметами	1	
8	Движение стопы	1	

9	Движения рук в разных направлениях	1	Движения рук в разных направлениях
10	Одновременные движения рук и ног	1	
11	Смена позиций рук одновременно и отдельно каждой рукой	1	
12	Протопывание ритмических рисунков	1	
13	Круговые движения рук	1	
14	Перенос тяжести тела с одной ноги на другую	1	
15	Перенос тяжести тела с пяток на носки и обратно	1	
16	Упражнения для пальцев рук	1	Упражнения для пальцев рук
17	Выделение сильной доли	1	Выделение сильной доли
18	Прохлопывание ритмических рисунков с проговариванием стихов	1	
19	Игры с речевым сопровождением	1	
20	Изменение формы и направления ходьбы и бега	1	
21	Игры с пением	1	
22	Бодрый шаг. Топающий шаг	1	
23	Легкий бег. Прямой галоп	1	
24	Выставление ноги с носка на пятку	1	
25	Элементы русской народной пляски	1	
26	Движения в парах	1	
27	Простой хороводный шаг	1	Простой хороводный шаг
28	Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
29	Разучивание и придумывание новых вариантов игр	1	
30	Притопы одной ногой и поочередно	1	
31	Переменные притопы.	1	Переменные притопы.
32	Музыкальные игры.	1	
33	Отработка танцевальных движений.	1	
	Резервное время	1	
	Итого	34	

Календарно тематическое планирование, 7 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Ходьба с чередованием (приседанием).	1	Ходьба с чередованием (приседанием).
2	Построение в колонны по три. Перестроение изодного круга в два.	1	
3	Перестроение из общего круга в кружочки	1	

	по два, три человека и обратно в общий круг.		
4	Выполнение движений с предметами, более сложных. Общеразвивающие упражнения.	1	
5	Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения.	1	Общеразвивающие упражнения
6	Наклоны, повороты и круговые движения головы.	1	
7	Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук.	1	Повороты туловища
8	Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.	1	
9	Поднимание на носках и полуприседание.	1	
10	Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону.	1	Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону.
11	Упражнения на выработку осанки.	1	
12	Упражнения на координацию движений.	1	
13	Круговые движения ногами в сочетании с круговыми движениями правой руки.	1	
14	Упражнения на сложную координацию движений с предметами.	1	
15	Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением.	1	
16	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков.	1	
17	Протопывание заданного ритма. Упражнения на расслабление мышц.	1	
18	Упражнения для рук.	1	Упражнения для рук.
19	Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.	1	
20	Упражнения для ног	1	Упражнения для ног
21	Игры под музыку.	1	
22	Динамическое нарастание в музыке, сильная доля такта.	1	
23	Понятие быстрый и медленный темп.	1	
24	Пружинистые и плавные движения	1	Пружинистые и плавные движения
25	Упражнения в передаче игровых образов.	1	
26	Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа.	1	
27	Действия с воображаемыми предметами. Игры.	1	
28	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	1	

29	Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца.	1	
30	Шаг на носках. Широкий, высокий бег.	1	
31	Поскоки, галоп.	1	
32	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1	
33	Отработка танцевальных движений.	1	Отработка танцевальных движений.
	Резервное время	1	
	Итого	34	

Календарно тематическое планирование, 8 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Правильное исходное положение.	1	
2	Ходьба и бег.	1	
3	Перестроение в круг из шеренги без музыки.	1	Перестроение в круг из шеренги без музыки
4	Построения в шеренгу, круг.	1	Построения в шеренгу, круг
5	Выполнение во время ходьбы несложных заданий с предметами.	1	
6	Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.	1	
7	Построение в колонну, в колонну по два, перестроения в круг из шеренги и обратно.	1	
8	Построения в шеренгу, круг, пары. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную в соответствии с изменением звучания музыки.	1	
9	Передача ритмических рисунков.	1	
10	Прохлопывание сильной и слабой долей в знакомых музыкальных произведениях.	1	Прохлопывание сильной и слабой долей в знакомых музыкальных произведениях.
11	Музыкальные, танцевальные темпы.	1	
12	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий. Неторопливый танцевальный бег.	1	
13	Музыкальные, танцевальные темпы. Ритмические игры	1	
14	Ходьба и бег с высоким подниманием	1	Ходьба и бег с

	колен под музыку. Марш. Движение на $\frac{3}{4}$		высоким подниманием колен под музыку
15	Движения под музыку на 2/4, 4/4 и 3/4. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.	1	
16	Перестроение в круг из шеренги, цепочки - в соответствии с изменением звучания музыки.	1	
17	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную в соответствии с изменением звучания музыки.	1	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два
18	Выполнение во время ходьбы несложных заданий с предметами.	1	
19	Передача ритмических рисунков.	1	
20	Музыкальные, танцевальные темпы.	1	
21	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.	1	
22	Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.	1	
23	Современные музыкальные, танцевальные темпы.	1	
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков.	1	
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притоков с предметами.	1	
26	Музыкальные, танцевальные темпы. Элементы народного танца.	1	
27	Разучивание текстов песен и движений танцев.	1	
28	Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.	1	Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.
29	Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.	1	
30	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев	1	
31	Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.	1	
32	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1	
33	Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением.	1	Пружинящий бег. Пскоки с

			продвижением.
	Резервное время	1	
	Итого	34	

Календарно тематическое планирование, 9 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1	
2	Упражнения с мячом.	1	Упражнения с мячом.
3	Музыкально-ритмические движения.	1	
4	Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.	1	
5	Ритмико-гимнастические упражнения.	1	
6	Релаксирующие упражнения.	1	Релаксирующие упражнения.
7	Подвижные игры с музыкальным сопровождением.	1	
8	Ритмические упражнения.	1	
9	Упражнения на координацию движений.	1	
10	Танцевальные элементы.	1	
11	Подготовительные упражнения к танцам	1	
12	Упражнения ритмической гимнастики.	1	
13	Инсценировка музыкальных сказок, песен.	1	
14	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.
15	Ритмический рисунок.	1	
16	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	
17	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
18	Подготовительные упражнения к танцам.	1	
19	Прохлопывание ритма песен.	1	
20	Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1	
21	Упражнения на координацию движений.	1	
22	Марш по периметру зала, отработка поворотов.	1	
23	Передача характера музыки в движении.	1	
24	Движения в парах.	1	Движения в парах.
25	Комплекс танцевальных упражнений.	1	Комплекс танцевальных

			упражнений.
26	Восприятие упражнений на слух.	1	
27	Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки с предметом на голове.	1	
28	Ходьба и бег в темпе музыки.	1	
29	Сочетание ритмических рисунков на ходьбе хлопках.	1	
30	Работа стопы, подъемы и снижения на шагах.	1	
31	Согласование поворотов головы с движениями рук, ног, корпуса.	1	Согласование поворотов головы с движениями рук, ног, корпуса.
32	Игры под музыку	1	Игры под музыку
33	Элементы сценической выразительности в танце.	1	
	Резервное время	1	
	Итого	34	

4. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Технические средства:

- персональный компьютер (ноутбук) магнитофон;
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры)

Учебно-практическое оборудование:

- раздаточный дидактический материал компьютерные презентации; видеофрагменты;
- обучающие фильмы;
- резиновые мячи для развития координации; гимнастические палки;
- скакалки;
- атрибуты для танцев;
- музыкальные инструменты (бубны, ложки, маракасы, ксилофон и другие)