

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КОМИ
Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа-интернат №3 для детей-сирот и детей, оставшихся без
попечения родителей» г. Сыктывкара;
«Бать-мамтӧм да бать-мам дӧзьӧртӧгкольӧмчелядылы 3 №-а торъя (коррекционнӧй)
школа-интернат» Сыктывкарын Коми Республикаса канмуо общеобразовательнӧй учреждение

Рекомендовано методическим советом
Протокол № 9 от 02.06.2023 г.
Рассмотрено и согласовано педагогическим
советом
Протокол № 1 от 29.08.2023 г.

УТВЕРЖЕНО:
Приказом директора ГОУ РК «Школа-интернат №3»
от «01» сентября 2023 года №288

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБУЧАЮЩИХСЯ С
УМСТВЕННОЙ ОСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ
НАРУШЕНИЯМИ)**

НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ:

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ОБЛАСТИ**

РИТМИКА

2 класс

(в соответствии с ФГОС, вариант 1)

Срок реализации программы:	1 год (2 класс)
Составитель:	Кириллова Д.Н. - учитель
Составлена на основе программы:	Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Сыктывкар
2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

- I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
- II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ
- III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
- IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» (далее Рабочая программа) составлена 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>).

ФАООП УО (вариант 1) предполагает работу с обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Рабочая программа является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом Рабочая программа во 2 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 час в неделю).

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и основные направления работы.

Цель программы «Ритмика»:

Способствовать формированию личности путём воздействия на неё музыки и ритма, осуществление коррекции двигательных недостатков учащихся. Развитие с помощью музыкально-ритмической деятельности эмоционально-волевой сферы учащихся. Развитие познавательного интереса.

Для достижения этой цели предполагается решение следующих задач:

Задачи образовательные:

- Способствовать активизации защитных сил организма ребенка.
- Дать представление о том как правильно выполнять следующие движения: ходить торжественно-празднично, мягко-плавно, ориентироваться в пространстве, ходить шеренгой в народных плясках и хороводах; пытаться выразительно передавать характерные элементы знакомых движений;
- Учить отмечать в движении несложный ритмический рисунок, менять движение в соответствии с музыкальными фразами; выполнять хлопки в

различном ритме, учить танцевальным движениям;

Задачи воспитывающие:

- Воспитывать устойчивый интерес к занятиям ритмикой, чувство уверенности в себе, в своих силах и возможностях;
- Развивать мотивацию к регулярным занятиям.
- Содействовать приобретению навыков конструктивного общения с окружающими.
- Способствовать формированию установки на здоровый образ жизни.

Задачи коррекционно-развивающие:

- Корректировать отклонения в интеллектуальном развитии.
- Способствовать через физические упражнения коррекции поведения, эмоционально-волевой сферы.
- Способствовать развитию инициативы, активности, находчивости и самостоятельности, внимания, доброжелательности.

Занятия ритмикой способствуют развитию нравственных качеств школьника, адаптации его в обществе. Дают возможность детям с умственной отсталостью, путем систематических занятий ритмикой добиться устойчивого повышения двигательной активности, улучшения состояния здоровья. Недостатки в физическом и эмоциональном состоянии тормозят процесс обучения и развития творческого начала ребёнка. А значит, занятия ритмикой способствуют общему развитию ребенка. В связи с этим в основе занятий ритмикой заложены следующие принципы:

- *Коррекционная направленность обучения;
- *Оптимистическая перспектива образования;
- *Индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- *Комплексное обучение на основе передовых психолого-медико-педагогических технологий.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

1 четверть.

Знакомство с музыкальным материалом. Вводное диагностирование.

Основная стойка. Положение рук: на поясе, за головой. Поднимание на носки, на пятки, стойка на внешней стороне стопы, носки вместе, пятки врозь (медвежонок), стойка на внутренней стороне стопы, носки врозь, пятки вместе (балерина). Простейшие сочетания изученных движений. (1 четверть).

Ходьба под музыку, колонной по одному за учителем с мешочком на голове. Руки на поясе. Упражнения на выработку правильной осанки (1,2 четверть). Ходьба за направляющим по ориентирам с соблюдением ритма. Упражнения для укрепления мышц спины, брюшного пресса путем прогиба. Упражнения для укрепления мышц спины путем складывания. Упражнения для укрепления позвоночника путем поворота туловища и наклона его в стороны. Упражнения для укрепления мышц тазового пояса, бедер, ног. Упражнения для развития плечевого пояса.

Ходьба на носках, на пятках (руки за голову), на внешней и внутренней стороне стопы (руки на поясе) под музыку за учителем. Упражнение «Ходьба» по примеру.

Занятие на тренажере «Массаж стоп». Упражнения на тренажере «Беговая дорожка».

Лазанье и спуск произвольным способом. Упражнение «Вис на шведской стенке» из положения, стоя на нижней перекладине лицом к снаряду.

Комплекс ритмической гимнастики под музыку.

Упражнение «Ладушки» (разминочное).

Упражнения: «Погончики», «Насос» накачивание шины, «Кошечка» (приседание с поворотом), «Шаги» (передний и задний).

«Пальчики и ручки», «Про кузнечика», «Потанцуй со мной сестра», «Зарядка».

Упражнения на ориентировку в пространстве: игра с обручами «Найди свой домик», «Кто лишний?», «Кошки мышки».

2 четверть

Основная стойка, ноги в шестой позиции.

Положение рук: вперед, вверх, на пояс, переплетенные пальцы, ладони вывернуты наружу. Стойка в положении медвежонка, балерина. Выполнение упражнения «Месяц».

Ходьба с мешочком на голове направляющим, повороты по ориентирам, различные положения рук. Упражнения на выработку осанки. Любые 6-7 упражнений из разделов 1-5 по примеру и с помощью учителя.

Ходьба на носках, на пятках (руки за головой), внешней и внутренней стороне стопы (руки на поясе) под музыку с соблюдением ритма за направляющим по ориентирам. Любые 1-2 упражнения из раздела 5, выполняем по примеру учителя.

Выполнение комплекса с гимнастической палкой. Упражнение «Обними плечи» (вдох на сжатии грудной клетки). Упражнение «Большой маятник» («насос»+ «обними плечи»). Упражнение «Перекаты» (вперед-назад). Любое упражнение из раздела 7, выполняемое по примеру и с помощью учителя. «Подружились», «Страшак», «Смени пару».

3 четверть.

Выполнение на память упражнения «Потягушечки» с переходом в позу «Внимательный ученик». По команде учителя из позы, стоя на четвереньках поднять одновременно правую руку и левую ногу (левую руку и правую ногу). Сохранить положение на 4 счета. Ходьба с мешочком на голове. С различным положением рук за направляющим под музыку с соблюдением ритма, строя и интервала. Упражнения на выработку осанки. Любые 1-2 упражнения из раздела 5, выполняемые за ведущим с уточнением учителя. Ходьба на носках, на пятках (руки за голову), на внешней и внутренней

стороне стопы (руки на поясе) под музыку за учителем. Упражнение с гимнастической палкой под музыку с соблюдением ритма, направляющим, с помощью учителя. Упражнения на тренажерах «Качели». Выполнение качаний в упоре на прямых руках, силовые упражнения (индивидуально с помощью учителя). Любое упражнение из раздела 7, выполняемое за учителем. Упражнение «Вис на шведской стенке» из положения, стоя спиной к снаряду на любой высоте по индивидуальному выбору учащегося, вис углом с помощью учителя. Упражнение «Повороты головы». Упражнение «Ушки» («Ай-ай» или «Китайский болванчик»). Упражнение «Маятник головой» или «Малый маятник». Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Разминка с резиновыми мячами для всех групп мышц (шея, плечи, пояс, ноги, руки) под музыку по примеру ведущего, выбранного учителем. Игра «Ловишки с мячом». Игры с пением: «У медведя в бору», «Сова», «День - ночь».

4 четверть.

Выполнение упражнения: из исходного положения, стоя на носках, руки в стороны, глаза закрыты, соединить перед грудью указательные пальцы рук, сжатых в кулак. Ходьба с мешочком на голове с разнообразными движениями рук, сохранение осанки при выполнении прямого и бокового галопа за направляющим. Упражнения на выработку правильной осанки. Любые 9-10 упражнений из разделов 1-5 на различные группы мышц по словесному обозначению учителя. Правильное сочетание дыхания с движением. Выполнение по примеру дежурного, выбранного учителем. Сложность исполнения – высшая. Выполнение любого из упражнений раздела 5, выполняется по примеру ведущего, выбранного учителем. Выполнение любого из упражнений раздела 7, выполняется по примеру ведущего, выбранного учителем. Выполнение комплекса с гимнастической

палкой. Лазанье вверх и вниз разноименным способом. Вис углом на шведской стенке без помощи учителя. Вытягивание на наклонной доске. Количество повторений индивидуально. Музыкальные игры с предметами: с мячом «Пингвины», с обручем «Раки», со скакалкой «Кто быстрее». Итоговое диагностирование.

Содержание разделов

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	Введение	1
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	4
3	Ритмико-гимнастические упражнения	
3.1	Общеразвивающие упражнения	5
3.2	Упражнения на координацию движения	4
3.3	Упражнения на расслабление мышц	5
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	3
5	Игры под музыку	4
6	Танцевальные упражнения	
6.1	Танцевальные упражнения	4
6.2	Танцы-игры (пляски)	4
	Итого:	34

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

- ценить и принимать следующие базовые ценности «добро», «природа», «семья»;
- освоить роль обучающегося;
- оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо);
- формировать представления о здоровом образе жизни: элементарные гигиенические навыки; охранительные режимные моменты (пальчиковая гимнастика, физ. минутка).
- проявлять интерес к занятиям ритмикой;
- развивать воображение, желание и умение подходить к любой своей деятельности творчески;
- развивать способности к эмоционально-ценностному отношению к искусству и окружающему миру.

Предметные:

Минимальный уровень:

- 1.Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыкального движения;
- 2.Организованно строиться;
- 3.Сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- 4.Определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- 5.Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- 6.Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- 7.Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастным построением.

Достаточный уровень:

1. Организованно строиться;
2. Сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
3. Определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
4. Знать правила танцевальной игры.

Система оценки достижений

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого обучающегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех обучающихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

I четверть – 8 ч.

Номер	Разделы, темы	Номер в разделе	Содержание занятий
1.	Вводное занятие	1	Задачи обучения. Планы на четверть. Знакомство с музыкальным материалом.
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Ритмико-гимнастические упражнения: Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Игры под музыку. Игра «Чей кружок скорее соберется?». Танцевальные упражнения. Повторение элементов танцев по программе 1 класс. Танцы и пляски. «Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».
3.	Ритмико-гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.	1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Игры под музыку. Игра «Чей кружок скорее соберется?». Танцевальные упражнения Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Танцы и пляски. «Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».

4.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на координацию движений.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на координацию движений.</i> Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу; высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т.д.).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.</p> <p>Игры под музыку. Игра с бубнами.</p> <p>Танцевальные упражнения. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.</p> <p>Танцы и пляски. «Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».</p>
5.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на расслабление мышц.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на расслабление мышц.</i> 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. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на детских музыкальных инструментах.</p> <p>Игры под музыку. Игра с бубнами.</p> <p>Танцевальные упражнения. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы.</p>

			<p>Танцы и пляски. «Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».</p>
6.	<p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонну по два.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: с. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибающая и не сгибающая колени.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне или духовой гармошке.</p> <p>Игры под музыку. Игра «Веселая карусель».</p> <p>Танцевальные упражнения. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.</p> <p>Танцы и пляски. «Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».</p>
7.	<p>Игры под музыку.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонну по два.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Прохлопывание ритмичного рисунка прозвучавшей мелодии.</p> <p>Игры под музыку. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.</p> <p>Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте с продвижением, шаг с подскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).</p> <p>Танцы и пляски.</p>

			«Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».
8.	Танцевальные упражнения.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонну по два.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне или духовой гармошке.</p> <p>Игры под музыку. Игра «Веселая карусель».</p> <p>Танцевальные упражнения. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с приседанием, кружение с продвижением.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>«Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».</p>
II четверть – 8 ч.			
9.	Танцевальные упражнения: Танцы и пляски.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны парами.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Исполнение несложных ритмичных рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.</p> <p>Игры под музыку. Игра «Платочек».</p> <p>Танцевальные упражнения. Основные движения местных народных танцев.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>«Зеркало» Русская народная мелодия «Ой, хмель мой хмель».</p>
10.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>Перестроение из колонны парами в колонну по одному.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.</p>

			<p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряженное и свободное).</p> <p>Игры под музыку. Игра «Чей кружок скорее соберется?».</p> <p>Танцевальные упражнения. Повторение элементов танцев по программе 1 класс.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Парная пляска. Чешская народная мелодия.</p>
11.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.</p> <p>Игры под музыку. Игра «Чей кружок скорее соберется?».</p> <p>Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Парная пляска. Чешская народная мелодия.</p>
12.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на координацию движений.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на координацию движений.</i> Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу; высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т.д.).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Противопоставление</p>

			<p>первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.</p> <p>Игры под музыку. Игра с бубнами.</p> <p>Танцевальные упражнения. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Парная пляска. Чешская народная мелодия.</p>
13.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения:</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве</p> <p>. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения:</p> <p><i>Упражнения на расслабление мышц.</i></p> <p>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. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на детских музыкальных инструментах.</p> <p>Игры под музыку. Игра с бубнами.</p> <p>Танцевальные упражнения. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Парная пляска. Чешская народная мелодия.</p>
14.	<p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения:</p> <p>Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне или духовой гармошке.</p>

			<p>Игры под музыку. Игра «Веселая карусель».</p> <p>Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).</p> <p>Танцы и пляски. Парная пляска. Чешская народная мелодия.</p>
15.	Игры под музыку.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне или духовой гармошке.</p> <p>Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки.</p> <p>Танцевальные упражнения. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с приседанием, кружение с продвижением.</p> <p>Танцы и пляски. Парная пляска. Чешская народная мелодия.</p>
16.	Танцевальные упражнения: Танцы и пляски.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Прохлопывание ритмичного рисунка прозвучавшей мелодии.</p>

			<p>Игры под музыку. Игра «Веселая карусель».</p> <p>Танцевальные упражнения. Основные движения местных народных танцев.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Парная пляска. Чешская народная мелодия.</p>
III четверть – 11ч.			
17.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряженное и свободное).</p> <p>Игры под музыку. Игра «Чей кружок скорее соберется?».</p> <p>Танцевальные упражнения. Повторение элементов танцев по программе 1 класс.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.</p>
18.	Ритмико-гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. 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.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.</p> <p>Игры под музыку. Игра «Чей кружок скорее соберется?».</p> <p>Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.</p>

			Танцы и пляски. Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.
19.	Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на координацию движений.	1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на координацию движений.</i> Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу; высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т.д.). Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. Игры под музыку. Игра «Платочек». Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Танцы и пляски. Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.
20.	Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на расслабление мышц.	1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонну по два. Шеренги и из движения враспынную. Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на расслабление мышц.</i> 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. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Игры под музыку. Игра «Платочек». Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Танцы и пляски. Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.
21.	Ритмико-гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.	1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны парами. Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Наклоны и

			<p>повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на детских музыкальных инструментах.</p> <p>Игры под музыку. Игра с пением «Ежик».</p> <p>Танцевальные упражнения. Повторение элементов танцев по программе 1 класс.</p> <p>Танцы и пляски. Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.</p>
22.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на расслабление мышц.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на расслабление мышц.</i> Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряженное и свободное).</p> <p>Игры под музыку. Игра с пением «Ежик».</p> <p>Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.</p> <p>Танцы и пляски Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.</p>
23.	<p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.</p> <p>Игры под музыку. «Хоровод в лесу».</p> <p>Танцевальные упражнения. Переменные притопы.</p> <p>Танцы и пляски. Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.</p>
24.	<p>Танцевальные</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в</p>

	упражнения.		<p>пространстве. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.</p> <p>Игры под музыку. «Хоровод в лесу».</p> <p>Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).</p> <p>Танцы и пляски. Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.</p>
25.	Танцевальные упражнения: Танцы-игры (пляски).	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения на детских музыкальных инструментах.</p> <p>Игры под музыку. «Хоровод в лесу».</p> <p>Танцевальные упражнения. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с приседанием, кружение с продвижением.</p> <p>Танцы и пляски. Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.</p>
26.	Игры под музыку.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонну по два.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах</p>

			<p>одной октавы на аккордеоне или духовой гармошке.</p> <p>Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен.</p> <p>Танцевальные упражнения. Основные движения местных народных танцев.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова.</p>
27.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения:</p> <p>Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки.</p> <p>Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами (обруч).</p> <p>Танцевальные упражнения. Повторение элементов танцев по программе 1 класс.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>

IV четверть - 7 ч.

28.	Ритмико-гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Общеразвивающие упражнения.</i> Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высоко, средне, низко).</p> <p>Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами (обруч).</p>
-----	--	---	--

			<p>Танцевальные упражнения. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.</p> <p>Танцы и пляски. Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>
29.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на координацию движений.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на координацию движений.</i> Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу; высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т.д.).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.</p> <p>Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами (скакалка).</p> <p>Танцевальные упражнения. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег</p> <p>Танцы и пляски. Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>
30.	<p>Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения на расслабление мышц.</p>	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения: <i>Упражнения на расслабление мышц.</i> 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. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев,</p>

			<p>имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.</p> <p>Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами (скакалка).</p> <p>Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки.</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>
31.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения:</p> <p>Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.</p> <p>Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами (мяч).</p> <p>Танцевальные упражнения.</p> <p>Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).</p> <p>Танцы и пляски.</p> <p>Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>
32.	Игры под музыку.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве.</p> <p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p> <p>Ритмико-гимнастические упражнения:</p> <p>Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.</p>

			<p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами Игры с пением и речевым сопровождением. Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами (мяч). Танцевальные упражнения. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с приседанием, кружение с продвижением. Танцы и пляски. Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>
33.	Танцевальные упражнения.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Ритмико-гимнастические упражнения: Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Прохлопывание ритмичного рисунка прозвучавшей мелодии. Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами. Танцевальные упражнения. Основные движения местных народных танцев. Танцы и пляски. Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».</p>
34.	Танцевальные упражнения: Танцы и пляски.	1	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Ритмико-гимнастические упражнения: Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Прохлопывание ритмичного рисунка прозвучавшей мелодии. Игры под музыку. Музыкальные игры с предметами. Танцевальные упражнения. Основные движения местных народных танцев. Танцы и пляски.</p>

			Русская народная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».
--	--	--	---

