

Департамент образования и науки Курганской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Каргапольская специальная (коррекционная) школа - интернат»

Рассмотрена на заседании методического объединения учителей <u>«истории»</u> Протокол № <u>1</u> от « <u>26</u> » <u>августа</u> 20 <u>20</u> года Руководитель МО <u>Анох</u> (<u>Ашамбаева</u>)	Согласовано Зам. директора по УР <u>Госиц</u> (А.Н.Полишевич) « <u>28</u> » <u>августа</u> 20 <u>20</u> г	«УТВЕРЖДЕНА» приказом директора школы от « <u>15</u> » <u>сентября</u> 20 <u>20</u> г № <u>99</u> <u>Госиц</u> Н.М.Кашина (подпись). М.П.
---	---	--

Рабочая программа по предмету
«Ритмика»
учителя, работающего по федеральному государственному образовательному
стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)

для 1- 3 классов

Составитель: Иванова Л.Т
учитель физкультуры.

Каргаполье, 2020г.

Структура рабочей программы

- 1) Пояснительная записка.
- 2) Общая характеристика учебного предмета, с учетом особенностей освоения его учащимися.
- 3) Описание места учебного предмета в учебном плане.
- 4) Личностные и предметные результаты освоения предмета.
- 5) Содержание учебного предмета.
- 6) Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.
- 7) Описание материально – технического обеспечения образовательной деятельности

1) Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основе Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ (ст.2 п.22; ст.12 п.1,5; ст.28 п.26; ст. 47 п.3 п.п.5; ст.48 п.1п.п.1); приказа Министерства образования и науки от 19.12.2014 №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»; адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Перечень нормативных документов:

1. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью
 2. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
 3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"
 4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"
 5. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"
- (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 г. № 26)

2) Общая характеристика учебного предмета, с учетом особенностей освоения его учащимися.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

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 (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.

Занятия ритмикой относятся к коррекционно-развивающей области, входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и реализуется во внеурочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

3) Описание места учебного предмета в учебном плане.

На проведение «Ритмики» отводится: в 1 классе 1 часа в неделю, 33 часа в год, во 2 классе 1 час в неделю, 34 часа в год, в 3 классе 1 час в неделю, 34 часа в год, в 4 классе 1 час в неделю, 34 часа в год

	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Итого часов
1	9	7	9	8	33
2	9	7	10	8	34
3	9	7	10	8	34

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

- ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;
- ценностное отношение к труду и творчеству, человеку труда, трудовым достижениям России и человечества, трудолюбие;
- осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона;
- элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;
- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности;
- готовность к реализации дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями;
- понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;
- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;

Основные личностные результаты внеурочной деятельности:

- ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;
- ценностное отношение к труду и творчеству, человеку труда, трудовым достижениям России и человечества, трудолюбие;
- осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона;
- элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;
- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности;
- готовность к реализации дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями;
- понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;

- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;
- развитие представлений об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;
- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; принятие и освоение различных социальных ролей;
- принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе; — владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, нормах социального взаимодействия;
- способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;
- мотивация к самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.

5) Содержание учебного предмета.

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 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. При этом 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 песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок». В 4 классе умственно отсталые дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».

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.).

6) Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

№	Раздел	Основные виды учебной деятельности
1	Упражнения на ориентировку в пространстве 10 часов	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.
2	Ритмико-гимнастические упражнения 1 кл.-6 часов 2,3 кл.-7 часов	Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. У п р а ж н е н и я н а о о р 0 и н а ц и ю d в и ж е н и й. Р

		азнообразные сочетания одно временных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висющими руками и опущенной головой (<петрушка>). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка, то же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами» 3 часа	круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным., движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни
4	Игры под музыку 4 часа	выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание - тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. При этом учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например:

		<<зайчик> (подпрыгивание), <лошаи,ка>> (прямой галоп), (кошечка> (мягкий шаг), (мячик> (подпрыгивание и бег) и т. п. объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: буОете \виааться, а не бееать, прыеать, шаеать). После того как ученл,лки научатся самостоятельно изображать повадки разЛИЧНЫХ животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование пеГен (2 класс), ,аких, как <<Почему медведь зимоЙ спит>, <<Как на тоненький ледок>, в которых надо --раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок <Колобок>>, <<Теремок>. В 4 классе умственно отсталые дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку <Муха-1- {окоТуха>. 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 помогарт 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.
5	Танцевальные упражнения 10 часов	знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук, Элементырусской пляски. простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, пЬдбоченивцись двумя руками (для девочек - движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. фвижения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками

Календарно - тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

1 класс общее число часов – 33 ч

№ урока	Тема	Кол-во часов	Дата
1 четверть – 9 часов.			
1	Круговые движения головы, наклоны головы вперед, назад, в лево, вправо. Круговые движения кистей рук. Упражнения на расслабление мышц. Прохлопывание музыкального рисунка.	1	
2	Круговые движения головы, наклоны головы вперед, назад, в лево, вправо. Круговые движения кистей рук. Инсценировка песни «Антошка». Прохлопывание музыкального рисунка.	1	
3	Круговые движения головы, наклоны головы вперед, назад, в лево, вправо. Круговые движения кистей рук. Инсценировка песни «Антошка». Прохлопывание музыкального рисунка. Движение рук в разных направлениях.	1	
4	Круговые движения кистей рук. Ходьба змейкой за учителем. Инсценировка песни «Антошка». Прохлопывание музыкального рисунка. Движение рук в разных направлениях.	1	
5	Ходьба змейкой, по центру зала за учителем. Упражнения на расслабление мышц. Элементы русской пляски: притопы правой ногой» . Инсценировка песни «Кузнечик.	1	
6	Ходьба змейкой, по центру зала за учителем. Упражнения на расслабление мышц. Элементы русской пляски: разводы руками. Инсценировка песни «Кузнечик».	1	
7	Быстрые и плавные движения кистями рук. Ходьба змейкой за направляющим. Элементы русской пляски: разводы руками. Инсценировка песни «Снежинка».	1	
8	Ходьба змейкой, по центру зала. Элементы русской пляски: разводы руками. Инсценировка песни «Снежинка» Быстрые и плавные движения кистями рук.	1	
9	Ходьба змейкой, по центру зала за учителем. Упражнения на расслабление мышц. Повторение танцевальных движений. Инсценировка песни «Снежинка».	1	
2 четверть – 8 часов.			
10	Перекрёстное поднимание и опускание рук. Упражнение на формирование осанки. Танцевальная композиция «Парная полька».	1	

11	Перекрёстное поднимание и опускание рук. Выполнение простых движений с предметами. Упражнение на формирование осанки. Танцевальная композиция «Парная полька».	1	
12	Перекрёстное поднимание и опускание рук. Выполнение простых движений с предметами. Притопывание музыкального рисунка. Танцевальная композиция «Парная полька».	1	
13	Выполнение простых движений с предметами. Притопывание музыкального рисунка. Присоединение с опорой и без опоры. Упражнение на формирование осанки. Танцевальная композиция «Парная полька».	1	
14	Выполнение простых движений с предметами. Притопывание музыкального рисунка. Присоединение с опорой и без опоры. Упражнение на формирование осанки. Танцевальная композиция «Снежинка».	1	
15	Притопывание музыкального рисунка. Присоединение с опорой и без опоры. Упражнение на формирование осанки. Танцевальная композиция «Снежинка».	1	
16	Присоединение с опорой и без опоры. Упражнение на формирование осанки. Одновременное движение: правой рукой – вверх, левой – в сторону. Танцевальная композиция «Танец петрушек».	1	
17	Присоединение с опорой и без опоры. Упражнение на формирование осанки. Одновременное движение: правой рукой – вверх, левой – в сторону. Танцевальная композиция «Танец игрушек».	1	
3 четверть – 7 часов.			
18	Выполнение движений разноимённым способом: левая нога вперёд, правая рука назад. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Выполнение имитационных упражнений. Инсценировка песенки: «Чунга – Чанга».	1	
19	Выполнение движений разноимённым способом: левая нога вперёд, правая рука назад. Прохлопывание музыкального рисунка в бубен. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Выполнение имитационных упражнений. Инсценировка песенки: «Чунга – Чанга».	1	
20	Выполнение движений разноимённым способом: левая нога вперёд, правая рука назад. Прохлопывание музыкального рисунка в бубен. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Инсценировка песенки: «Чунга – Чанга».	1	
21	Выполнение движений разноимённым способом: левая нога вперёд, правая рука назад. Упражнения на напряжение и расслабление мышц. Быстрые и медленные движения предплечьями. Инсценировка песенки: «Два весёлых гуся».	1	
22	Свободное круговое движение рук. Выполнение имитационных упражнений. Инсценировка песенки: «Два весёлых гуся».	1	

23	Упр-я на напряжение и расслабление мышц. Быстрые и медленные движения предплечьями. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно («маятник»). Инсценировка песенки: «Два весёлых гуся».	1	
24	Свободное круговое движение рук. Упр-я на напряжение и расслабление мышц. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно («маятник»). Упр-я с музыкальными инструментами. Инсценировка песенки: «Танец цветов».	1	
4 четверть – 9 часов.			
25	Упр-я на напряжение и расслабление мышц. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно («маятник»). Упр-я с музыкальными инструментами. Выполнение имитаций упр-й. Инсценировка песенки: «Танец цветов».	1	
26	Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно («маятник»). Упражнения с музыкальными инструментами. Отстукивание музыкального рисунка в барабан. Инсценировка песенки: «Танец цветов».	1	
27	Упражнения на расслабление и напряжение мышц. Упражнения с музыкальными инструментами. Отстукивание музыкального рисунка в барабан. Инсценировка песенки: «Танец цветов».	1	
28	Упражнения на расслабление и напряжение мышц. Упражнения с музыкальными инструментами. Отстукивание музыкального рисунка в барабан. Повторение танцевальных композиций. Инсценировка песенки: «Танец цветов».	1	
29	Выполнение ритмичных движений в соответствии с характером музыки. Игры с пением и речевым сопровождением. Танцевальная композиция «Игрушки».	1	
30	Изменение направления в ходьбе и беге. Передача притопами разных акцентов в музыке. Передача хлопками разных акцентов в музыке.	1	
31	Чередование ходьбы и бега по сигналу учителя. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
32	Чередование ходьбы и бега по сигналу учителя. Музыкальные игры с предметами. Повторение танцевальных композиций.	1	
33	Выполнение ритмичных движений в соответствии с характером музыки. Игры с пением и речевым сопровождением. Танцевальная композиция «Игрушки».	1	

№ урока	Тема урока	Кол – во часов	Дата
1 четверть – 9 часов.			
1	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Танцевальная композиция с хлопками. Элементы русской пляски: шаг с притопом и с продвижением.	1	
2	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Тихая настороженная ходьба; высокий шаг; мягкий, пружинящий шаг. Танцевальная композиция с хлопками. Элементы русской пляски: шаг с притопом и с продвижением.	1	
3	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Тихая настороженная ходьба; высокий шаг; мягкий, пружинящий шаг. Танцевальная композиция с хлопками.	1	
4	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Тихая настороженная ходьба; высокий шаг; мягкий, пружинящий шаг. Танцевальная композиция с хлопками.	1	
5	Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Тихая настороженная ходьба; высокий шаг; мягкий, пружинящий шаг. Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
6	Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Элементы русской пляски: переменный шаг.	1	
7	Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Элементы русской пляски: переменный шаг. Инсценировка доступных песен.	1	
8	Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами. Инсценировка доступных песен.	1	
9	Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами. Элементы русской пляски: шаг с поскоками. Инсценировка доступных песен.	1	
2 четверть – 8 часов.			
10	Построение круга из шеренги. Построение в колонну по два. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами. Элементы русской пляски: шаг с поскоками. Инсценировка доступных песен.	1	

11	Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Разнообразные перекрёстные движения. Ритмичное выполнение движений под музыку.	1	
12	Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения.	1	
13	Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Разнообразные перекрёстные движения. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.	1	
14	Наклоны и повороты головы вперёд, 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. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.	1	
15	Танцевальные упражнения: прыжки с выбрасыванием ноги вперёд в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Движения правой руки вверх – вниз одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью. Танцевальные упражнения: прыжки с выбрасыванием ноги вперёд.	1	
16	Танцевальные упражнения: прыжки с выбрасыванием ноги вперёд в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Движения правой руки вверх – вниз одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью. Танцевальные упражнения: прыжки с выбрасыванием ноги вперёд.	1	
17	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Движения правой руки вверх – вниз одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью. Танцевальные упражнения: прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1	
3 четверть – 8 часов.			
18	Движения правой руки вверх – вниз одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью. Танцевальные упражнения: прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Основные движения местных народных танцев.	1	
19	Сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание в медленном темпе с постепенным ускорением. Повороты туловища с передачей предмета. Опускание и поднятие предметов перед собой.	1	
20	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Самостоятельное создание музыкально – двигательного образа.	1	
21	Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки, переменные	1	

	притопы. Упражнения на выработку осанки. Круговые движения кистью. Музыкальные игры с предметами. Танцевальная композиция «Зеркало».		
22	Упражнения на выработку осанки. Круговые движения кистью. Музыкальные игры с предметами.	1	
23	Упражнения на выработку осанки. Круговые движения кистью. Музыкальные игры с предметами.	1	
24	Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в И.П. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Движение парами: бег, ходьба с приседаниями, кружение с продвижением.	1	
25	Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в И.П. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.	1	
4 четверть – 9 часов.			
26	Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Движение парами: бег, ходьба с приседаниями, кружение с продвижением. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.	1	
27	Выразительная и эмоциональная передача в движении игровых образов и содержания песен. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, влево, вправо в положении стоя наклонившись вперёд. Встряхивание кистью.	1	
28	Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.	1	
29	Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, влево, вправо в положении стоя наклонившись вперёд. Выразительная и эмоциональная передача в движении игровых образов и содержания песен.	1	
30	Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, влево, вправо в положении стоя наклонившись вперёд. Встряхивание кистью. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане.	1	
31	Движения правой руки вверх – вниз одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью. Танцевальные упражнения: прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Основные движения местных народных танцев.	1	
32	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Самостоятельное создание музыкально – двигательного образа.	1	

33	Выбрасывание ног вперёд. Передача в движении разницы в двухчастной музыки. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Встряхивание кистью. Выбрасывание ног вперёд.	1	
34	Выбрасывание ног вперёд. Передача в движении разницы в двухчастной музыки. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Встряхивание кистью. Выбрасывание ног вперёд.	1	

3 класс общее число часов – 34 ч

№ урока	Тема урока	Кол – во часов	Дата
1 четверть – 9 часов.			
1	Ходьба в сочетании с метрической пульсацией. Самостоятельное создание музыкально – двигательного образа. Танцевальная композиция с хлопками.	1	
2	Ходьба в сочетании с метрической пульсацией. Чередование ходьбы с приседанием. Танцевальная композиция с хлопками.	1	
3	Ходьба в сочетании с метрической пульсацией. Чередование ходьбы с приседанием. Чередование ходьбы и бега в СТ, БТ ,МТ. Танцевальная композиция с хлопками.	1	
4	Чередование ходьбы и бега в СТ, БТ ,МТ. Чередование ходьбы с широким и мелким шагом. Танцевальная композиция с хлопками.	1	
5	Чередование ходьбы и бега в СТ, БТ ,МТ. Чередование ходьбы с широким и мелким шагом. Чередование ходьбы на носках и на пятках. Игры с речевым сопровождением.	1	
6	Чередование ходьбы с широким и мелким шагом. Чередование ходьбы на носках и на пятках. Перестроение в колонну по два по три. Игры с речевым сопровождением.	1	
7	Чередование ходьбы на носках и на пятках. Перестроение в колонну по два по три. Перестроение из одного круга в два, в три. Игры с речевым сопровождением.	1	
8	Перестроение в колонну по два по три. Перестроение из одного круга в два, в три. Выполнение движений с предметами. Игры с речевым сопровождением.	1	
9	Перестроение в колонну по два по три. Перестроение из одного круга в два, в три. Выполнение движений с предметами. Игры с речевым сопровождением.	1	
2 четверть – 8 часов.			
10	Наклоны, повороты, круговые движения головы под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
11	Наклоны, повороты, круговые движения головы под музыку. Движение рук в разных направлениях, скрещивание рук. Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
12	Наклоны, повороты, круговые движения головы под	1	

	музыку. Движение рук в разных направлениях, скрещивание рук. Разведение рук в стороны с напряжением и расслаблением. . Игры с пением и речевым сопровождением.		
13	Движение рук в разных направлениях, скрещивание рук .Разведение рук в стороны с напряжением и расслаблением. Повороты туловища в сочетании с наклонами. Танцевальная композиция «Танец вьюги».	1	
14	Разведение рук в стороны с напряжением и расслаблением. Повороты туловища в сочетании с наклонами. Повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Танцевальная композиция «Танец вьюги».	1	
15	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Поднимание на носки и полуприседания. Танцевальная композиция «Танец вьюги». Круговые движения ступнями.	1	
16	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Поднимание на носки и полуприседания. Танцевальная композиция «Танец вьюги». Круговые движения ступнями.	1	
17	Приседание с одновременным выставлением одной ноги вперёд, в сторону, назад. Упражнения на координацию движений с предметами. Инсценировка песен «Вальс».	1	
3 четверть – 8 часов.			
18	Приседание с одновременным выставлением одной ноги вперёд, в сторону, назад. Упражнения на координацию движений с предметами. Выразительная передача в движениях игровых образов. Инсценировка песен «Вальс».	1	
19	Приседание с одновременным выставлением одной ноги вперёд, в сторону, назад. Перешагивание через палку по сигналу. Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Инсценировка песен «Вальс».	1	
20	Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Упражнения на формирование осанки с палкой. Инсценировка песен «Вальс».	1	
21	Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Упражнения на формирование осанки с палкой. Упражнения на координацию движений с предметами. Отхлопывание рисунков на музыкальных инструментах(бубен, барабан). Инсценировка песен «Зеркало».	1	
22	Упражнения на формирование осанки с палкой. Упражнения на координацию движений с предметами. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Выразительная передача в движениях игровых образов. Инсценировка песен «Зеркало».	1	

23	Упражнения на координацию движений с предметами. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Отхлопывание рисунков на музыкальных инструментах (бубен, барабан). Инсценировка песен «Танец цветов».	1	
24	Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на координацию движений с предметами. Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Инсценировка песен «Танец цветов».	1	
25	Упражнения на координацию движений с предметами. Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Инсценировка песен «Танец цветов».	1	
4 четверть – 9 часов.			
26	Упражнения на координацию движений с предметами. Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Инсценировка песен «Танец цветов».	1	
27	Упражнения на формирование осанки с палкой. Упражнения на координацию движений с предметами. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Выразительная передача в движениях игровых образов. Инсценировка песен «Зеркало».	1	
28	Приседание с одновременным выставлением одной ноги вперёд, в сторону, назад. Перешагивание через палку по сигналу. Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Инсценировка песен «Вальс».	1	
29	Наклоны, повороты, круговые движения головы под музыку. Движение рук в разных направлениях, скрещивание рук. Разведение рук в стороны с напряжением и расслаблением. . Игры с пением и речевым сопровождением.	1	
30	Разведение рук в стороны с напряжением и расслаблением. Повороты туловища в сочетании с наклонами. Повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Танцевальная композиция «Танец вьюги».	1	
31	Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на координацию движений с предметами. Одновременное отхлопывание и притопывание ритмических рисунков в разном темпе. Инсценировка песен «Танец цветов».	1	
32	Приседание с одновременным выставлением одной ноги вперёд, в сторону, назад. Упражнения на координацию движений с предметами. Выразительная передача в движениях игровых образов. Инсценировка песен «Вальс».	1	
33	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Поднимание на носки и полуприседания.	1	

	Танцевальная композиция «Танец вьюги». Круговые движения ступнями.		
34	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Поднимание на носки и полуприседания. Танцевальная композиция «Танец вьюги». Круговые движения ступнями.	1	

Приложение 1

Мониторинг

	Не усвоил	усвоил	частично
1 класс			
правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка			
2 класс			
различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;			
3 класс			
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			

Описание материально – технического обеспечения образовательной деятельности

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1.		
1.2	Рабочая программа по ритмике	1
1.3	Шведская стенка	3
1.4	Барабаны	1
1.5	Скамейка гимнастическая жесткая	3
1.6	Скамья атлетическая наклонная	1
1.7	Коврик гимнастический	12
1.8	Платформа балансировочная	1
1.9	Массажная дорожка	1
1.9	Маты гимнастические	6
2	Мяч набивной (1 кг)	10
2.1	Мяч малый	4
2.2	Скакалка гимнастическая	12
2.3	Палка гимнастическая	12
2.4	Обруч гимнастический	6
2.5	Мячи волейбольные	2
2.6	Мячи футбольные	1
2.7	Насос для мячей	1
2.8	Средства доврачебной помощи	
2.9	Аптечка медицинская	1
3	Зал АФК и Ритмики	1
3.1	Кабинет учителя	1
3.2	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1