**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья**

**«Кокшинская общеобразовательная школа-интернат»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО на заседании МО общеобразовательного циклаПротокол № 1от 29.08.2022г. | ПРИНЯТОна заседании педагогического совета Протокол №1от 31.08.2022г. | УТВЕРЖДАЮДиректор школы-интерната\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Хакимов Приказ №38/1-оот 31.08.2022г.  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**коррекционно – развивающая область**

**учебный предмет «Ритмика»**

**2 класс**

 **2022 - 2023 учебный год**

Составитель: Вера Алексеевна Образцова учитель начальных классов высшей квалификационной категории

Кокши 2022 г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по ритмике составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской федерации».

2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерством образования и науки РФ от 19.12.2014 г. №1599.

3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КГБОУ «Кокшинская общеобразовательная школа – интернат».

4. Учебный план КГБОУ «Кокшинская общеобразовательная школа – интернат» на 2022-2023 учебный год.

5. Устав КГБОУ «Кокшинская общеобразовательная школа – интернат».

**Роль и место дисциплины в образовательном процессе**

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

**Цель:** формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации

своих способностей, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Задачи:**

* развитие умения слушать музыку;
* выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
* развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики;
* привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;
* овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая
* гимнастика, танец, пластика);
* усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально -ритмические рисунки, импровизации);
* овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега,
* гимнастических и танцевальных упражнений;
* формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства;
* пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
* развитие мышления, творческого воображения и памяти;
* эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

**Общая характеристика предмета**

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

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.

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.

**Описание места учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «Ритмика» относится к коррекционно - развивающей области учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный предмет | Количество часов в неделю | I четверть | II четверть | III четверть | IV четверть | Количество часов в год  |
| Ритмика  | 1 | 9 | 7 | 10 | 8 | 34 |

**Требования к результатам освоения учебного предмета «Ритмика» во 2 классе:**

**Планируемые личностные и предметные результаты**

***Личностные результаты***

* активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении целей;
* ценить и принимать следующие базовые ценности «добро», «природа», «семья»;
* воспитывать уважение к своей семье, любовь к родителям;
* 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 результаты***

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

**Базовые учебные действия:**

**Регулятивные УД:**

- выполнять задания, оценивать результаты своей деятельности;

- корректировать собственное исполнение;

- формирование волевых усилий;

- воспринимать мнение сверстников и взрослых;

- принимать участие в музыкальных инсценировках.

**Познавательные УД:**

- воспринимать музыку, выражать свое отношение к музыкальным произведениям;

- расширить свои представления о жанре и характере музыки;

- выявлять настроения и чувства, выражаемые в музыке;

- эмоциональное сопереживание музыке.

**Коммуникативные УД:**

- высказывать свое мнение о музыке (монолог, диалог);

- задавать вопросы;

- эмоционально выражать свое отношение к музыкальным произведениям;

- проявлять творческую активность в процессе хорового пения, коллективной творческой деятельности.

**Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

По пятибальной системе дети не оцениваются.

**Учебно – тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Темы разделов** | **Количество часов** |
| 1. | Упражнения на ориентировку в пространстве  | 5 |
| 2. | Ритмико-гимнастические упражнения. | 10 |
| 3 | Игры под музыку. | 5 |
| 4 | Танцевальные упражнения. | 9 |
| 5 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами (включены в темы других разделов) | 5 |
|  | Итого | 34 |

**Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

Для реализации программного содержания используются следующие средства обучения:

* музыкальные инструменты, компьютер**,** музыкальные произведения; спортивный инвентарь.

Интернет ресурсы:

Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР).

**Календарно-тематическое планирование учебного предмета «Ритмика»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****урока** | **Раздел, тема урока** | **К. ч.** | **Дата** | **Виды учебной деятельности** |
| **1 четверть – 9 ч.** |
| 1 | Вводный урок | 1 |  |  |
| 2 | Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала | 1 |  | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 3 | Построе­ния в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары | 1 |  | Ходят в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Учат построение в колонны по три, перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад, перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. |
| 4 | Движения рук и головы. Круговые движения кистью (напряжённое и свобод­ное) | 1 |  | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 5 | Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук | 1 |  | Выполняют общеразвивающие упражнения (Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.), упражнения на координацию (Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен), упражнения на расслабление мышц |
| 6 | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо) | 1 |  | Выполняют общеразвивающие упражнения (Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.), упражнения на координацию (Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен).  |
| 7 | Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении | 1 |  | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 8 | Передача в движении разницы в двухчастной му­зыке. Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки, и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением | 1 |  | Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять. Выполнять упражнения по показу педагога. |
| 9 | Закрепление ритмико-гимнастических упражнений | 1 |  | Выполняют общеразвивающие упражнения (Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.), упражнения на координацию(Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен).  |
| **2 четверть - 7 ч.** |
| 10 | Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук | 1 |  | Выполнять упражнения по показу педагога. Ритмично ходить под музыку. Выполнять упражнения по показу педагога. |
| 11 | Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг | 1 |  | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 12 | Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному | 1 |  | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 13 | Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение | 1 |  | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 14 | Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Упражнения на расслабление мышц | 1 |  | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. |
| 15 | Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений | 1 |  | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. |
| 16 | Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания пе­сен | 1 |  | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. |
| **3 четверть – 10 ч.** |
| 17 | Музыкальные игры с предметами | 1 |  | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передают в движении динамическое нарастание в музыке, сильную долю такта. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 18 | Построение круга из шеренги и из дви­жения врассыпную | 1 |  | Отработать построение круга из шеренги и из дви­жения врассыпную. |
| 19 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами | 1 |  | Совершенствуют навыки ходьбы и бега. Ходят вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Учат 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 врассыпную. Выполняют во время ходьбы и бега несложные задания с предметами. |
| 20 | Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.  | 1 |  | Выполняют общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц |
| 21 | Упражнения на выра­ботку осанки | 1 |  | Учат шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, боковой галоп, элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. |
| 22 | Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук) | 1 |  | Учат шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, боковой галоп, элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.  |
| 23 | Игры с пением и речевым сопровождением | 1 |  | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.  Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 24 | Инсценирование доступных песен  | 1 |  | Выразительно исполняют в свободных плясках знакомые движения. Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы и содержания песен.  |
| 25 | Закрепление танцевальных движений | 1 |  | Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.  Выразительно исполняют в свободных плясках знакомые движения. Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы и содержания песен.  |
| 26 | Неторопливый танцевальный бег, стре­мительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поско­ки | 1 |  | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| **4 четверть - 8 ч** |
| 27 | Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд | 1 |  | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг. |
| 28 | Раз­нообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки | 1 |  | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 29 | Ускорение и замедление движений в соответствии с изме­нением темпа музыкального сопровождения | 1 |  | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 30 | Элементы русской пляски: шаг с притопом на ме­сте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг | 1 |  | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 31 | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, круже­ние с продвижением | 1 |  | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 32 | Музыкальная игра **«**Гусеница**»** | 1 |  | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.  Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 33 | Подвижная игра с речевым сопровождением «Мы весёлые мартышки» | 1 |  | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.  Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 34 | Музыкальная игра «Слушай хлопки» | 1 |  | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передают в движении динамическое нарастание в музыке, сильную долю такта. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |

**Тематическое планирование по коррекционному предмету «Ритмика» 2класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Дата** | **Тема урока** | **Кол – во часов** | **Основные виды деятельности обучающегося**  |
| **План.** | **Факт.** |
| **I четверть** |
| 1 | 06.09 |  | Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. | 1 | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 2 | 13.09 |  | Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. | 1 | Ходят в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Учат построение в колонны по три, перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад, перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. |
| 3 | 20.09 |  | Движения рук и головы. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). | 1 | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 4 | 27.09 |  | Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук. | 1 | Выполняют общеразвивающие упражнения (Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.), упражнения на координацию(Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). упражнения на расслабление мышц |
| 5 | 04.10 |  | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо). | 1 | Выполняют общеразвивающие упражнения (Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.), упражнения на координацию(Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). упражнения на расслабление мышц |
| 6 | 11.10 |  | Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. | 1 | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 7 | 18.10 |  |  Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. | 1 | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 8. | 25.10 |  | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. | 1 | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| **II четверть** |
| 9.1 | 08.11 |  | Закрепление ритмико-гимнастических упражнений. | 1 | Выполняют общеразвивающие упражнения (Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.), упражнения на координацию(Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). упражнения на расслабление мышц |
| 10.2 | 15.11 |  | Построение в колонну по 2. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 11.3 | 22.11 |  | Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. | 1 | Готовиться к занятиям, строиться в колону по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться), равняться в шеренге в колонне;Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг – другу. |
| 12.4 | 29.11 |  | Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Упражнения на расслабление мышц. | 1 | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. |
| 13.5 | 06.12 |  | Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. | 1 | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. |
| 14.6 | 13.12 |  | Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. | 1 | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. |
| 15.7 | 20.12 |  | Музыкальные игры с предметами. | 1 | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передают в движении динамическое нарастание в музыке, сильную долю такта. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 16.8 | 27.12 |  | Закрепление ритмико-гимнастических упражнений. | 1 | Совершенствуют навыки ходьбы и бега. Ходят вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Учат 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 врассыпную. Выполняют во время ходьбы и бега несложные задания с предметами. |
| **III четверть.** |
| 17.1 | 10.01 |  | Выполнение во время ходьбы и бега несложных движений с предметами. | 1 | Совершенствуют навыки ходьбы и бега. Ходят вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Учат 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 врассыпную. Выполняют во время ходьбы и бега несложные задания с предметами. |
| 18.2 | 17.01 |  | Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. | 1 | Выполняют общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц |
| 19.3 | 24.01 |  | Упражнения на выработку осанки. | 1 | Учат шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, боковой галоп, элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. |
| 20.4 | 31.01 |  | Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя-к себе перед грудью (смена рук). | 1 | Учат шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, боковой галоп, элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. |
| 21.5 | 07.02 |  | Игры с пением и речевым сопровождением. | 1 | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передают в движении динамическое нарастание в музыке, сильную долю такта. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 226 | 14.02 |  | Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. | 1 | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передают в движении разницу в двухчастной музыке. Выразительно исполняют в свободных плясках знакомые движения. Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы и содержания песен. Участвуют в музыкальных играх с предметами, с пением и речевым сопровождением, инсценировке доступных песен. Прохлопывают ритмический рисунок прозвучавшей мелодии |
| 23.7 | 21.02 |  | Закрепление танцевальных движений. | 1 | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передают в движении разницу в двухчастной музыке. Выразительно исполняют в свободных плясках знакомые движения. Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы и содержания песен. Участвуют в музыкальных играх с предметами, с пением и речевым сопровождением, инсценировке доступных песен. Прохлопывают ритмический рисунок прозвучавшей мелодии |
| 24.8 | 28.02 |  | Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. | 1 | Выполняют ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, умеренно тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполняют упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. |
| 25.9 | 14.03 |  | Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. | 1 | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 26.10 | 21.03 |  | Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. | 1 | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| **IV четверть.** |
| 27.1 | 04.04 |  | Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки. | 1 | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 28.2 | 11.04 |  | Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения | 1 | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 29.3 | 18.04 |  | Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг. | 1 | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 30.4 | 25.04 |  | Движение парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. | 1 | Учат высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 31.5 | 16.05 |  | Движение парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. | 1 | **Учат** высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег, поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед, элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и 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). |
| 32.6 | 23.05 |  | Музыкальная игра **«**Гусеница**»** | 1 | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передают в движении динамическое нарастание в музыке, сильную долю такта. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 33.7 | 30.05 |  | Подвижная игра с речевым сопровождением «Мы весёлые мартышки». | 1 | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передают в движении динамическое нарастание в музыке, сильную долю такта. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |
| 34.8 |  |  | Музыкальная игра «Слушай хлопки» | 1 | Передают в движениях части музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передают в движении динамическое нарастание в музыке, сильную долю такта. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп разнообразных движений. Упражняются в передаче игровых образов при инсценировке песен. Участвуют в подвижных играх с пением и речевым сопровождением. |