**Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа д.Романовка**
**МР Давлекановский район Республики Башкортостан**

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по УВР
_____Солуянова А.С.
Протокол №1
от 28 августа 2026г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МОБУ СОШ
д.Романовка
_____ Глазкова Г.В.
Приказ № 161
от 28 августа 2026г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

# Коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

**на 2026/2027 учебный год**

**д.Романовка, 2026г.**

## Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся нарушением интеллекта 7 класса составлена на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (ФАООП УО), которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы коррекционного курса «Ритмика» (7 класс) составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ;
- Федеральный закон от 08.08.2024 № 315-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 06.11.2024 №778 «Об утверждении типового порядка организации деятельности по оказанию психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, в том числе типового порядка деятельности центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г. №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1599);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
- Устав МОБУ СОШ д.Романовка;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (нарушением интеллекта) МОБУ СОШ д.Романовка.

**Цель:**

- коррекционно-развивающее обучение, развитие двигательной активности в процессе восприятия музыки.

**Задачи**:

- развивать умение слушать музыку;
- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- способствовать физическому развитию ребенка: формировать осанку, силу мышц, их гибкость и эластичность, выразительность и пластику движений и жестов в танцах, играх,хороводах и упражнениях;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- овладевать музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластическийтренинг, музыкально -ритмические рисунки, импровизации);
- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечноготонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- воспитывать самооценку, взаимоконтроль и самоконтроль.

## Общая характеристика коррекционного курса «Ритмика»

Хореография – искусство синтетическое. Оно позволяет решать задачи музыкально-ритмического, эстетического и, в целом, психического развития детей. Формирование осанки, культуры движений, мимики, развитие музыкального вкуса повышают уверенность ребёнка в себе. Совершенствование координации движений способствует повышению коммуникативной активности ребенка.

Задача этой программы по средствам различных элементов танца -укрепить физическое здоровье детей, развивать внимание, умение слушать музыку, а также способность к самостоятельному творческому самовыражению. Также программа дает возможность сформировать умение детей передавать услышанный музыкальный образ в рисунке, в пластике всего тела. Особое внимание в этой программе уделяется музыкальному содержанию (сопровождению). Восприятие музыки - активный слухо-двигательный процесс. Чувства и настроения, вызванные музыкой, придадут движениям детей эмоциональную окраску, влияя на разнообразие и выразительность жестов. Через движение ребенок ярче и эмоциональней воспринимает музыку, закрепляет знания о средствах музыкальной выразительности (лад, темп, динамика, метр, ритм, регистр, строением музыкальной речи) Большинство обучающих не обладают достаточной координацией движений, гибкостью, способностью запоминать последовательность движений в ритме музыки, выполнять упражнения в паре. Двигательная недостаточность является основной частью ведущего дефекта и определяется теми же механизмами, что и нарушение интеллекта, а именно, недостаточностью аналитико-синтетической деятельности коры головного мозга. Поэтому основная деятельность, выбираемая нами для урока — движения в различных формах.

Система музыкально-ритмических движений оказывает положительное влияние на функциональную деятельность организма. Формирование у обучающихся, как музыкально-ритмических навыков (ритмического, динамического, тембрового музыкального слуха, способности различать форму, характер музыкального произведения), музыкальной памяти, внимания, так и двигательных навыков, которые обеспечивают согласование средств музыкальной выразительности и передачу их в различных движениях в играх, танцах, упражнениях.

Владея хорошим чувством ритма, обучающиеся быстрее овладевают двигательными навыками и умениями. Известно, что чувство ритма у обучающихся с нарушением интеллкта развито слабее, чем у их сверстников, обучающихся в массовой школе, поэтому этот недостаток следует координировать с помощью физических упражнений. Однако, занимаясь одним и тем же видом деятельности, можно преследовать различные цели, например, акцентировать внимание на развитии чувства ритма у детей, либо двигательных навыков, артистичности.

Развивая чувство ритма, мы тем самым улучшаем координацию движений, точность, скорость двигательной реакции. Ритмические движения построены главным образом на слуховом восприятии с участием зрительного и тактильного, что создает условия для разностороннего влияния на коррекцию различных нарушений посредством применения упражнений на развитие чувства ритма.

Данная программа воспитывает следующие музыкально-двигательные умения: формирует и развивает координацию движений; музыкальность, способствует становлению музыкально- эстетического сознания через воспитание способности чувствовать, эстетически переживать музыку в движении; воспитывает силу воли, самостоятельность, стремление доводить начатое дело до конца, понимать значение результатов своего творчества; формирует навыки двигательной импровизации музыки, вслушиваться в

мелодию, напевать ее про себя, выполнять упражнения красиво и технически правильно.

Для воспитания перечисленных музыкально-двигательных умений используются разновидности ходьбы и бега, различные прыжки, танцевальные упражнения, упражнения ритмической гимнастики, музыкально-ритмические игры и эстафеты, упражнения с мячом, скакалкой.

Предложенная программа по ритмике направлена на коррекцию недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер у детей с нарушением интеллекта средствами музыкально-ритмической и игровой деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

Программой предусмотрено создание условий для всестороннего развития и социализации каждого обучающегося, создание воспитывающей среды, обеспечивающей развитие социальных, интеллектуальных интересов в свободное время.

## Место коррекционного курса «Ритмика» в Учебном плане

Коррекционный курс «Ритмика» включен в часть учебного плана, «Коррекционно – развивающая область».

Реализацией рабочей программы коррекционного курса «Ритмика» (7 класс) рассчитана на 34 часа (34 учебные недели, по 1 часу в неделю).

## Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

**Личностные результаты:**

1. осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
2. воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
3. сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
4. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
5. овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
6. владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
7. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
8. принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
9. сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
10. способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
11. воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
12. развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
13. сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

14. проявление готовности к самостоятельной жизни.

**Предметные результаты:**

**Минимальный уровень:**

- находить свое место в строю и входить в зал под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнегонапряжения в коленях и плечах, не сутулиться);
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки с помощью педагога;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круги и не сходяс его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

**Достаточный уровень:**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения вколенях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны,шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером ипостроением музыкального отрывка;
- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

## Содержание коррекционного курса «Ритмика»

Содержание программы предусматривает степень нарастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни.

**Упражнения на ориентировку в пространстве.** Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка). Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- уметь согласовывать с музыкой движения: ходить легко, ритмично,

- выполнять движения с предметами и без них (плавно и энергично);исполнять пляски, состоящие из различных танцевальных элементов с учителем;
- элементы современных танцевальных движений по показу учителя,
- согласование движений с музыкой: бегать быстро, с относительно высоким подъемом ног,
- ускорение и замедление движений, движений.
- самостоятельное начало движения после музыкального вступления.

**Познавательные:**

- выполнять инструкции, несложные алгоритмы при решении учебных задач.

**Коммуникативные:**

- уметь слушать собеседника;
- вступать в контакт, работать в коллективе;
- обращаться за помощью и принимать помощь учителя.

**Регулятивные**:

- правильно сидеть и стоять на занятии;
- принимать участие в выполнении упражнений.

**Ритмико – гимнастические движения.** Ведущим видом музыкальной деятельности с учащимися являются музыкально–ритмические движения, которые сопровождаются подпеванием, «изучающими» жестами и действиями с использованием простейших ударных и шумовых инструментов (погремушек,колокольчиков, трещоток и т.д.). Большое значение в ходе занятий по ритмике придаётся коррекции эмоционально волевой сферы и познавательной деятельности обучающихся. В процессе образовательной деятельности по предмету важно учитывать быструю утомляемость обучающихся, их эмоциональную неустойчивость. Поэтому следует переключать обучающихся с одного вида музыкальной деятельности на другой, например, с игры на музыкальных инструментах на ритмические упражнения и т.д. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- согласовывать с музыкой следующие движения: ходить, бегать на носочках, прыгать на двух ногах, передавать игровые образы различного характера;
- исполнять несложные пляски по образцу учителя;
- движения с предметами и без них.

**Познавательные:**

- выполнять инструкции, несложные алгоритмы при решении учебных задач.

**Коммуникативные:**

- уметь слушать собеседника;
- вступать в контакт, работать в коллективе;
- обращаться за помощью и принимать помощь учителя.

**Регулятивные**:

- правильно сидеть и стоять на занятии;
- принимать участие в выполнении упражнений.

**Упражнения с музыкальными инструментами.** Упражнения с музыкальными инструментами применяются для развития подвижности пальцев, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у обучающихся, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и

обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- согласовывать движения рук с изменением темпа музыки;
- научиться отстукивать простые ритмические рисунки на инструментах под счет учителя;
- своевременное вступление и окончание игры на музыкальном инструменте,
- сопровождение мелодии игрой на музыкальном инструменте.

**Познавательные:**

- выполнять инструкции, несложные алгоритмы при решении учебных задач.

**Коммуникативные:**

- уметь слушать собеседника;
- вступать в контакт, работать в коллективе;
- обращаться за помощью и принимать помощь учителя.

**Регулятивные**:

- правильно сидеть и стоять на занятии;
- принимать участие в выполнении упражнений.

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

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- самостоятельно передавать ритмический рисунок музыки в движении.

**Познавательные:**

- выполнять инструкций, несложных алгоритмов при решении учебных задач.

**Коммуникативные:**

- уметь слушать собеседника;
- вступать в контакт, работать в коллективе;
- обращаться за помощью и принимать помощь учителя.

**Регулятивные**:

- правильно сидеть и стоять на занятии;
- принимать участие в выполнении упражнений.

**Танцевальные упражнения.** Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

**Планируемые результаты:**

**Предметные:**

- четко и выразительно исполнять отдельные движения и элементы танца, основные положения рук и ног;
- менять движения при изменении силы звучания;
- соблюдать последовательность простейших танцевальных движений, двигаться в

хороводе.

**Познавательные:**

- выполнять инструкций, несложных алгоритмов при решении учебных задач.

**Коммуникативные:**

- уметь слушать собеседника;
- вступать в контакт, работать в коллективе;
- обращаться за помощью и принимать помощь учителя.

**Регулятивные**:

- правильно сидеть и стоять на занятии;
- принимать участие в выполнении упражнений.

**Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

| № | Раздел. Тема урока. | Кол-во часов | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
|---|---|---|---|
| 1 | Введение. Основные понятия. | 1 | Приветствие, знакомство, построение, разминка. Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения. Правила поведения и технику безопасности на уроке ритмики. Основные понятия, термины. |
| 2 | Общеразвивающее упражнения | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. |
| 3 | Упражнения на ориентировку в пространстве | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. «С какой стороны звук?» Взрослый предлагает ребёнку определить на слух и показать рукой в ту сторону, откуда слышен звук знакомой игрушки (предмета, голос), назвать направление. |
| 4 | Упражнения на координацию движений | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Организованно строиться (быстро, точно). Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. |
| 5 | Волнообразные движения корпуса с шагами. | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. |
| 6 | Связь музыки и движения. | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 7 | Основание различных танцевальных | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений |
| | позиций и упражнений для рук иног. | | согласна психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Игры с пением, речевым сопровождением. |
| 8 | Шаг с приседанием | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Исполнение и закрепление танца. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. |
| 9 | Танцевальные движения в паре | 1 | Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Исполнение танца сольно, в парах. |
| 10 | Упражнения для развития плавности и мягкости движений. | 1 | Двигательная разрядка. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой рукивверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. |
| 11 | Упражнения на ориентировку в пространстве | 1 | Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку. |
| 12 | Танцевальные движения в паре | 1 | Приветствие, построение, разминка. Общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Исполнение танца сольно, в парах. Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением. |
| 13 | Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения. | 1 | Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Игра «Вверху-внизу» |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 14 | Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения. | 1 | Приветствие, построение, разминка. Разучивание и постановка танца. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Двигательная разрядка |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 15 | Упражнения на | 1 | Приветствие, построение, разминка. Одновременное отхлопывание и притопывание несложных |
| | определение темпа и ритма | | ритмических рисунков в среднем и быстром темпе. Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя |
| 16 | Исполнение и закрепление танца «Праздник осени» | 1 | Приветствие, построение, разминка. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Исполнение танца сольно, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением. |
| 17 | Упражнения на определение темпа и ритма | 1 | Приветствие, построение, разминка. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Исполнение элементарных танцевальных движений: шаг с подскоком, галоп, приседания, переступания. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). |
| 18 | Простейшие танцевальные движения | 1 | Приветствие, построение, разминка. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Исполнение элементарных танцевальных движений: Самостоятельность в выполнении заданий, вхождение в контакт и работа в коллективе при совместном исполнении. |
| 19 | Упражнения на определение темпа и ритма | 1 | Приветствие, построение, разминка. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Бег по залу в различных направлениях. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Разучивание танца отдельными фрагментами. Двигательная разрядка. Игры с пением. |
| 20 | Плясовые движения с изображаемыми предметами | 1 | Приветствие, построение, разминка. Бег по залу в различных стилях и различных направлениях. Ориентирование в пространстве класса. Выполнение элементов танцевальных движений пословесной инструкции. Исполнение танца сольно, в парах. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 21 | Упражнения на определение темпа и ритма | 1 | Приветствие, построение, разминка. Неторопливый танцевальный широкий бег, высокий бег, бег с захлёстом. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя. |
| 22 | Упражнение «Зеркало» | 1 | Двигательная разрядка. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук. |
| 23 | Упражнения на определение темпа и | 1 | Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Самостоятельный выбор формы движения. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Отстукивание простых |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | ритма | | ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Умение соотносить темп движений с темпом музыкального произведения. |
| 24 | Переменный шаг, дробный, с ударами. | 1 | Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах, сольно, в парах. Двигательная разрядка. Отработка маршевого шага. Координация рук и ног. |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 | Приветствие, построение, разминка Разучивание элементарных танцевальных движений. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). |
| 26 | Постановка танца «Метелица» | 1 | Приветствие, построение, разминка. Закрепление последовательности движений. Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением. Разучивание элементов танца. Танец-повторялки. |
| 27 | Ритмико-гимнастические упражнения. | 1 | Приветствие, построение, разминка. Танцевальные движения польки. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Самостоятельно выполнять шаг на носках, шаг польки. |
| 28 | Разучивание танца «Метелица» | 1 | Приветствие, построение, разминка. Разучивание танца на основе выученных движений. Двигательная разрядка. Исполнение последовательности выученных движений. Исполнение танца сольно, в парах. |
| 29 | Ритмико-гимнастические упражнения | 1 | Приветствие, построение, разминка. Тренировка слухового внимания. Соотношение своих действий и их результатов с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя. |
| 30 | Исполнение танца «Метелица» | 1 | Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Игры с пением, речевым сопровождением. |
| 31 | Ритмико-гимнастические упражнения. | 1 | Приветствие, построение, разминка. Бег по залу в различных стилях и различных направлениях. Ориентирование в пространстве класса. Закрепление танца. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. |
| 32 | Закрепление танца «Метелица» | 1 | Приветствие, построение, разминка. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Исполнение танца сольно, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением. Двигательная разрядка. |
| 33 | Сюжетно-игровые занятия | 1 | Приветствие, построение, разминка. Бег по залу в различных стилях и различных направлениях. Ориентирование в пространстве класса, зала. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. |
| 34 | «Делай как я!» | 1 | Приветствие, построение, разминка. Исполнение элементов плясок и танцев, Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки |
| | **Итого** | **34** | |