Подписан:
Нархова Елена
Александровна
Основание: Я
являюсь автором
этого документа
Дата: 2025.08.29
16:03:11+03'00'

Приложение к АООП образования обучающихся с нарушением интеллекта, тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 2)

Министерство образования Ростовской области
государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Шахтинская специальная школа-интернат №16»

346504 г. Шахты
Ростовская область,
пер. Тюменский,72

Тел. 8 (8636) 22-59-39; 22-61-47
Факс: 8 (8636) 22-59-39
E-mail: ski_shahti_16@rostobr.ru

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «РИТМИКА»

АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА, ТЯЖЕЛЫМИ МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ (ВАРИАНТ 2)

3 класс

I. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯЗАПИСКА**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Ритмика» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с нарушением интеллекта ГКОУ РО Шахтинской специальной школы-интерната №16 далее, АООП НИ (вариант 2).

АООП НИ (вариант 2) адресована обучающимся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР с нарушением интеллекта с учетом реализации их особых общеобразовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

В системе образования обучающихся с нарушением интеллекта курс «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

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

«Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана, рассчитан на 33 учебные недели в 1 классе и составляет 1 час в неделю, 33 часа в год. Со 2-4 классы учебный план рассчитан на 34 учебные недели и составляет 1 час в неделю, 34 часа в год.

У детей с нарушением интеллекта наблюдается резкое снижение внимания к музыкальному звучанию, недостаточность эмоциональной отзывчивости на музыку (остаются безучастными к звучанию и спокойных лирических мелодий, и плясовой, и маршевой музыки). Детям свойственны неадекватные эмоциональные проявления при восприятии различных характерных пьес и песен, что связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы, слабостью интереса к окружающим предметам и явлениям вообще.

У детей с нарушением интеллекта нарушены двигательные функции, общая и речевая моторика.

Для возбудимых детей характерно двигательное беспокойство, нетерпеливость, отвлекаемость, эмоциональная возбудимость и неустойчивость, а заторможенным свойственны вялость, а динамичность, бедность движений. Наиболее адекватным методом коррекции различных психомоторных нарушений у детей с нарушением интеллекта является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма как их стержня.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально--ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с нарушением интеллекта.

Цель курса: развитие двигательной активности ребенка с нарушением интеллекта в процессе восприятия музыки.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики,

ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с нарушением интеллекта.

Задачи курса:

Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях

Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.

Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).

Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой мотрики, пространственной ориентировки;

Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.

Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.

Развивать координацию движений.

Развивать умение слушать музыку.

Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.

Развивать творческие способности личности.

Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

дисциплин.

Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Основные направления работы по ритмике:

упражнения на ориентировку в пространстве;

ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами;

игры под музыку;

танцевальные упражнения.

Преподавание ритмики специальном (коррекционном) образовательном классе обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ОВЗ средствами музыкально-ритмической деятельностью.

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

Движения под музыку – дают возможность воспринимать и оценивать её характер и не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, восприятие, память.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, лентами, шарами и т.д. – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения на ориентировку в пространстве – перестроение из колонны по одному в колонну по 4-е. Перестроение в шахматном порядке, перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их, перестроение из простых и концентрических кругов в «звёздочки», и «карусели». Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из углов в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений, с использованием лент, обручей, скакалок.

Ритмико-гимнастические упражнения – общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы. Наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 из положения стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Возможные сочетания движений ног: выставление вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки, на коррекцию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные 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).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка») с позиции приседания на корточках с опущенной головой и руками, постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающего цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами – круговые движения кистью рук (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца к остальным. Движение кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром с постепенным ускорением, с резким изменением темпа плавности движений. Выполнение не сложных упражнений, песен на детском пианино, духовой гармошке. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни определение по заданному ритму мелодии знакомой песни.

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 образов. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений их комбинирования. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения - исполнение элементов плясок, танцев. Упражнения на различие элементов народных танцев: шаг кадрили – три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинистый бег. Подскоки с продвижением назад спиной. Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

Танцы и пляски - Круговой галоп. Венгерская народная мелодия. Кадриль. Русская народная мелодия.

Бульба. Белорусская народная мелодия. Узбекский танец. Музыка Р. Триэдра. Грузинский танец «Лезгинка».

С учётом уровня обученности обучающихся данного класса основной задачей курса является: обучение школьников умению применять в практической деятельности и повседневной жизни полученные знания и умения.

Оздоровление детского организма через определённые тренировочные упражнения, дающие общеразвивающий и общеукрепляющий эффект физического и психического совершенствования. Обучение навыкам овладения школой движений; развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.

Формы организации занятий: групповые занятия, в том числе игровые занятия.

II. СОДЕРЖАНИЕОБУЧЕНИЯ

2-4 классы

	Раздел программы	**Содержание материала**	**Кол.часов**
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением вперёд; спрыгивание и запрыгивание. Перестроение из колонны по одному в колонну по 4-е. Перестроение в шахматном порядке, перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их, перестроение из простых и концентрических кругов в «звёздочки», и «карусели». Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из углов в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений, с использованием лент, обручей, скакалок.	4
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы. Наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 из положения стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Возможные сочетания движений ног: выставление вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних	11

		краях стоп. Упражнения на выработку осанки, на коррекцию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные 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).	
3.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Круговые движения кистью рук (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца к остальным. Движение кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром с постепенным ускорением, с резким изменением темпа плавности движений. Выполнение не сложных упражнений , песен на детском пианино, духовой гармошке. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни определение по заданному ритму мелодии знакомой песни.	3
4.	Игры под музыку	Прыжки, бег, броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, ловкость, координацию. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента. Темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных образов. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений их комбинирования. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка музыкальных сказок, песен.	3
5.	Танцевальные упражнения	Исполнение элементов плясок, танцев. Упражнения на различие элементов народных танцев: шаг кадрили – три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинистый бег. Подскоки с продвижением назад спиной. Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев. Танцы и пляски – Круговой галоп. Венгерская народная мелодия. Кадриль. Русская народная мелодия. Бульба.	13

		Белорусская народная мелодия. Узбекский танец. Музыка Р. Триэдра. Грузинский танец «Лезгинка».	
6.	**Всего:**		34

III. Планируемые результаты освоения курса.

Личностные результаты:

1. Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения / нарушения моральной нормы.

2. Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств.

3. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Предметные результаты.

1. 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.

2. Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

По завершению освоения каждого из разделов программы обучающиеся должны:

1. *Ритмика, элементы музыкальной грамоты:*

- уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;

- чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения; • уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;

- отмечать в движении сильную долю такта;

- уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;

- отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;

- иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец;

- выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами; • иметь навыки актёрской выразительности;

- распознать характер танцевальной музыки;

- иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;

- иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;

- исполнять движения в характере музыки — четко, сильно, медленно, плавно;

- знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;

- уметь анализировать музыку разученных танцев;

- слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

2. *Танцевальная азбука:*

- знать позиции ног и рук классического танца, народно — сценического танца;

- усвоить правила постановки корпуса;

- уметь исполнять основные упражнения на середине зала;

- знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;

- знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник;

- освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;

- иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;

- знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия;

- знать положения стопы, колена, бедра — открытое, закрытое;

- уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопушкой, на полном приседе и с прыжком.

3. *Танец:* (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно)

Дети должны уметь исполнять: историко-бытовой танец — полонез, фигурный вальс; русские танцы: хороводные и кадриль. Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

4. *Творческая деятельность:*

- раскрытие творческих способностей;

- развитие организованности и самостоятельности;

- иметь представления о народных танцах.

IV. **ТЕМАТИЧЕСКОЕПЛАНИРОВАНИЕ**

№	Темакоррекционного курса	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности	
				Минимальный уровень	Достаточный уровень
Упражнения на ориентировку в пространстве – 8 часов					
1-2	Инструктаж по ОТ и ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега.	2	Повторение правил поведения и техники безопасности во время проведения занятий. Закрепление представлений о предмете «Ритмика»	С помощью учителя ориентируются в танцевальном зале. Под контролем учителя знакомятся с ориентировкой в пространстве на уроках ритмики. Рассматривают условные обозначения	Ориентируются в танцевальном зале. Знакомятся с правилами поведения на уроках ритмики. Называют и показывают условные обозначения
3-4	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение.	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона Закрепление правил входа в зал, построения с соблюдением интервала в танцевальном зале. Формирование пространственных представлений через движения вперед – назад, вправо-влево (шаг вперед, два назад, шаг вправо, два влево)	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Повторяют правила вхождения, построения в танцевальном зале. Двигаются вперед-назад, вправо- влево по образцу, показу	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Называют и выполняют правила вхождения, построения в танцевальном зале. Двигаются вперед-назад, вправо-влево,перестраиваются по образцу.
5-6	Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала		Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполняют упражнения в ходьбе в различном темпе с поворотами 90 градусов. Ритмико-гимнастическое упражнение	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют упражнения в ходьбе в	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Выполняют по словесной инструкции упражнения в ходьбе в различном темпе с поворотами на 90 градусов по образцу. Реагируют на сигнал учителя при

				различном темпе с поворотами на 90 градусов,по образцу и инструкции педагога. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнения по образцу	выполнении ритмико-гимнастического упражнения
7-8	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары		Построение с соблюдением интервала Выполнение поклона. Упражнения на построение в колонну, цепочку, круг, пары. Определение своего места в шеренге и колонне. Движение по кругу в соответствии с темпом и ритмом музыки	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют упражнения на построение в колонну, цепочку, круг, парыпо образцу, по показу с учителем. Определяют под руководством учителя свое место в шеренге, колонне. Движутся по кругу в соответствии с темпом и ритмом музыкипо образцу, повторяя действия учителя	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Выполняют упражнения на построение в колонну, цепочку, круг, пары по инструкции, по образцу. Движутся по кругу в соответствии с темпом и ритмом музыки. Определяют, после демонстрации всех действий, свое место в шеренге, колонне. Движутся по кругу в соответствии с темпом и ритмом музыки. Определяют свое местоположение в шеренге, колонне, цепочке, в паре
9-10	Построение в колонну по два	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнения на выработку осанки. Выполнение построения в колонну	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму;	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Выполняют построения и перестроение в колонну по два. Выполняют построения в колонну по два по

			по два, по алгоритму действий, под ритмическое отстукивание	упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют построения в колонну по два под руководством учителя	алгоритму, под ритмическое отстукивание
11-12	Перестроение из колонны парами в колонну по одному	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение перестроения из колонны парами в колонну по одному под ритмическое отстукивание. Выполнение упражнения на выработку осанки	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют перестроение из колонны парами в колонну по одному по алгоритму. Выполняют упражнения на выработку осанки по образцу	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; построения и перестроения из колонны по два в колонну по одному. Выполняют упражнения на выработку осанки
13-14	Построение круга из шеренги и из движения врассыпную	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. Перестроения из шеренги в круг. Выполнение действия под ритмическое отстукивание. Построение в круг после хаотичного движения по залу	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму; упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют построение в круг, ориентируясь на действия учителя	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на выработку осанки. Выполняют перестроение из шеренги в круг под ритмическое отстукивание по образцу. Строятся в круг после хаотичного движения по залу
15-16	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнения на выработку осанки. Выполнение действий	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Выполняют упражнения на выработку осанки; действия с предметами

			с предметами во время движения по залу в разном темпе: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место	алгоритму; упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют действия с предметами во время движения по залу в разном темпе,ориентируясь на образец	во время движения по залу в разном темпе по инструкции
Ритмико-гимнастические упражнения – 12 часов					
17-18	Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Общеукрепляющие упражнения и упражнения на выработку осанки. Выполнение упражнений под ритмическое отстукивание (прохлопывание),начиная и заканчивая синхронно с ритмом	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют общеукрепляющие упражнения и упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняютупражнениянод ритмическое отстукивание, повторяя за учителем, начиная и заканчивая синхронно с ритмом	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Выполняют общеукрепляющие упражнения и упражнения на выработку осанки. Выполняют упражнения под ритмическое отстукивание, начиная и заканчивая синхронно с ритмом
19-20	Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнения на выработку осанки. Выполнение движений руками, корпусом. Ходьба с сохранением заданного темпа. Упражнения с лентой.	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму; движения руками, корпусом, по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Выполняют движения руками, корпусом. Ходятс сохранением заданного темпа;выполняют упражнения с лентой

				ходьбу в заданном темпепо инструкции; упражнения с лентой на доступном уровне по образцу	
21-22	Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Выполнение построения и перестроения в шеренгу, колонну. Действия в шеренге и колонне под ритмическое отстукивание. Ритмичное выполнениенаклонов головы вперед, назад, вправо, влево. Выполнение упражнения на выработку осанки. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму; построения и перестроения в шеренгу, колонну по образцу; наклоны головы вперед, назад, вправо, влево; упражнения на выработку осанки по инструкции. Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну, действия в шеренге и колонне под ритмическое отстукивание. Ритмично выполняют наклоны головы вперед, назад, вправо, влево. Выполняют упражнения на выработку осанки. Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте
23-24	Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона и разминки. Ритмичное выполнение наклонов туловища, сгибая и не сгибая колени. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму; разминку по образцу и инструкции учителя. Ритмичновыполняют наклоны туловища, сгибая колени. Принимают участие в	Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; разминку.Ритмично выполняют наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Исполняют движения музыкально-ритмической игры

				музыкально-ритмической игре, выполняя инструкцию учителя, исполняют движения	
25-26	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Ритмичное выполнение движений корпусом в сочетании с движениями рук. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму;ритмичное движения корпусом в сочетании движениями рук по образцу. Передают в движении темп и ритм стиха	Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют ритмичное движения корпусом в сочетании с движениями рук. Передают в движении темп и ритм стиха, выделяя голосом сильную долю
27-28	Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи)	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки и координацию движений. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму;упражнения на выработку осанки и координацию движений по образцу. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, двигаясь в разных направлениях под контролем учителя	Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют упражнения на выработку осанки; упражнения на координацию движений. Двигаются в разных направлениях, используя ходьбу в зависимости от характера музыки
29-30	Выставление правой и левой ноги поочерёдно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки.	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.	Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют упражнения на

			Выполнение ритмичных чередующихся движений ногами. Выполнение расслабляющих упражнений	Выполняют поклон по алгоритму; упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют ритмичные чередующиеся движения ногами по образцу. Выполняютрассла бляющие упражнениянод контролем учителя	выработку осанки; ритмичные чередующиеся движения ногами. Выполняют расслабляющие упражнения
31-32	Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. Поочередное выполнение маховых движений ногами, согнутыми в колене. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму; упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют поочередное маховое движение ногами согнутыми в колене по инструкции учителя. Исполняют ритм стиха музыкально-ритмической игры по инструкции учителя	Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют упражнения на выработку осанки; поочередное маховое движение ногами согнутыми в колене. Исполняют ритм стиха музыкально-ритмической игры
33-34	Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя-к себе перед грудью	2	Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. Выполнение упражнения накоординацию движений.	Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму; выполняют	Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют упражнения на выработку осанки; скоординированные ритмичные движения руками в разных

			Выполнение скоординированных ритмичных движений руками в разных направлениях	упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют скоординированные ритмичные движения руками в разных направлениях под контролем учителя	направлениях