

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 1

ОБСУЖДЕНО:  
Педсоветом МАОУ СОШ № 1

Протокол № 9 от 21.05.2025



**Рабочая программа  
к коррекционному курсу начального общего образования  
обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)**

**«Ритмика»**

**7 класс**

**вариант 1**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....      | 3  |
| II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ .....       | 5  |
| III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....   | 7  |
| IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ..... | 12 |

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программно-методические материалы по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>)

Программно-методические материалы могут быть использованы для образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Ритмика относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 4 классе рассчитана на 34 часа (34 учебные недели) и составляет 1 час в неделю.

Федеральная адаптированная основная образовательная программа определяет цель и задачи коррекционных занятий.

Цель коррекционного курса «Ритмика»— развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;
- обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;
- расширение кругозора обучающихся через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
- создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;

- формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;

- коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы

Цель коррекционного курса - развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- совершенствование умения слушать музыку;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);

- совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;

- коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;

- развитие координации движений, чувства ритма, темпа;

- выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;

- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;

- развитие мышечной памяти, творческого воображения, мышления;

- развитие эстетического вкуса, эмоционального и физического благополучия обучающегося;

- совершенствование навыков участия в коллективной творческой деятельности.

## II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность обучающихся с нарушениями интеллекта. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

- совершенствование движений и сенсомоторного развития (развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики);
- коррекция отдельных сторон психической деятельности (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);
- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);
- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);

– коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);

– развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

#### Содержание разделов

| №<br>п/п      | Название<br>раздела                       | Кол-во<br>часов | Контрольные<br>работы |
|---------------|-------------------------------------------|-----------------|-----------------------|
| 1.            | Упражнения на ориентировку в пространстве | 6               | -                     |
| 2.            | Ритмико-гимнастические упражнения         | 11              | -                     |
| 3.            | Упражнения с музыкальными инструментами   | 4               | -                     |
| 4.            | Игры под музыку                           | 6               | -                     |
| 5.            | Танцевальные упражнения                   | 7               | -                     |
| <b>Итого:</b> |                                           | 34              | -                     |

### III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### **Личностные:**

*персональная идентичность*

- осмысление роли обучающегося в образовательном учреждении;
- умение вступать в контакт и работать в коллективе, используя принятые ритуалы социального взаимодействия (учитель - ученик, ученик – ученик, ученики);
- активизация самостоятельности в выполнении заданий, поручений, договоренностей;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

#### **Предметные:**

Минимальный уровень:

Должны:

- выполнять несложные упражнения под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках ритмики и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении команд;
- иметь представления о двигательных действиях;
- выполнять подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- выполнять ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями;
- участвовать в музыкальных играх под руководством учителя;
- выполнять ритмические комбинации движений на уровне возможностей обучающихся;
- понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);

- уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;

- определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

#### Достаточный уровень

Должны:

- выполнять ритмические комбинации на максимально высоком уровне;
- иметь представления о выразительных средствах музыки;
- уметь характеризовать музыкальное произведение; согласовывать музыку и движение; самостоятельно выполнять комплексы упражнений;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с
  - малоконтрастными построениями;
  - выполнять игровые и плясовые движения, передавая в них различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения.

### **Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):**

#### **Личностные учебные действия:**

- осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

**Коммуникативные учебные действия** обеспечивают способность



вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

**Регулятивные учебные действия** обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

**Познавательные учебные действия** представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

### **Система оценки достижения обучающихся**

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

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

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие

формы контроля:

*Стартовый контроль* (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Текущий контроль* (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

*Текущий контроль* (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Итоговый контроль* (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

#### IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №                                                   | Тема коррекционного курса                                                  | Кол-во часов | Программное содержание                                                                                                                                                                                                                                                         | Дифференциация видов деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                     |                                                                            |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                | Минимальный уровень                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Достаточный уровень                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Упражнения на ориентировку в пространстве – 6 часов |                                                                            |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 1                                                   | Инструктаж по ОТ и ТБ.<br>Ходьба с изменением направления и темпа движения | 1            | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Повторение правил поведения и техники безопасности на уроках во время проведения занятий.<br>Передвижение по залу с изменением направления и скорости движения<br>Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон после объяснения и демонстрации всех действий, выполняют задание вместе с учителем; передвигаются по залу, с изменением направления и скорости движения.<br>Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон, после объяснения и демонстрации всех действий, выполняют задание по словесной инструкции; передвижение по залу, с изменением направления и скорости движения.<br>Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте |
| 2                                                   | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре                      |              | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Комплекс ритмической гимнастики.<br>Выполнение действия под ритмичное отстукивание.<br>Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре<br>Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя)                   | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по инструкции учителя; перестроение в колонны по четыре по образцу.<br>Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняя инструкцию учителя, исполняют движения                                 | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; перестроение в колонны по четыре .<br>Исполняют движения музыкально-ритмической игры                                                                                                              |

|   |                                                                                                               |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение действий под ритмичное отстукивание. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя)                                                                         | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по инструкции учителя; перестроение в колонны по четыре по образцу. Перестраиваются из нескольких колонн в несколько кругов, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися. Передают в движении темп и ритм стиха                            | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; перестроение в нескольких колонн в несколько кругов. Передают в движении темп и ритм стиха, выделяя голосом сильную долю                 |
| 4 | Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели                                       | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки. Выполнение перестроения из круга в звездочку и карусель, с соблюдением дистанции, определение местоположения, направления движения при перестроении. Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя. Перестраиваются из круга в карусель из центра круга, лучами по 2 человека, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Принимают участие в музыкально-ритмической игре по инструкции учителя | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на формирование правильной осанки. Перестраиваются из круга в карусель из центра круга, лучами по 2 человека. Выполняют ритм стиха музыкально-ритмической игры |
| 4 | Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол                                      | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса ритмических упражнений Построение в колонну.                                                                                                                                                                                               | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя.                                                                                                                                                                                                                           | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики самостоятельно.                                                                                                                           |

|   |                                                                                                   |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                                                   |   | Передвижение по залу с изменением направления и скорости движения.<br>Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя)                                                                                                                                                           | Выполняют построение в колонну по инструкции учителя и образцу. Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу                                                                                                                                                                                                                         | Выполняют построение в колонну.<br>Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки                                                                                                                                                                                                                           |
| 5 | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение комплекса ритмических упражнений. Отработка навыка выбора правильной дистанции. Построение в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки.<br>Выполнение упражнений с лентой, мячом | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики под контролем учителя.<br>Отрабатывают навык выбора правильной дистанции, выполняя построения по образцу.<br>Строятся в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки по инструкции учителя.<br>Выполняют упражнения с лентой, мячом по инструкции | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон ; комплекс ритмической гимнастики самостоятельно. Отрабатывают навык выбора правильной дистанции, выполняя построения по инструкции учителя.<br>Строятся в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки.<br>Выполняют упражнения с лентой, мячом |
| 6 | Сложные упражнения с предметами                                                                   | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение комплекса музыкально- ритмических упражнений с предметами. Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя)                                                                                                | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков                                                                                                                                                  | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты).<br>Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков или музыкальных инструментов                                                                                            |

| Ритмико-гимнастические упражнения – 11 часов |                                                                              |   |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7                                            | Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук                      | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Построение в шеренгу. Выполнение комплекса упражнений для рук в быстром и медленном темпе. Выполнение комплекса ритмических упражнений (по выбору учителя).<br>Музыкально – ритмическая игра | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Передают несложный ритмический рисунок совместно с учителем                                        | Входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами. Строятся в шеренгу. Передают ритмический рисунок                  |
| 8                                            | Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов               | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Ритмические движения с выполнением заданий. Упражнения на координацию движений.<br>Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)                                                           | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Принимают участие в музыкально-ритмической игре по инструкции учителя, выполняя совместно движения | Входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Самостоятельно выполняют комплекс ритмической гимнастики и упражнения на координацию движений; движения музыкально-ритмической игры                           |
| 9                                            | Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение комплекса упражнений для корпуса. Расслабляющие упражнения для рук. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя).                                                              | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс упражнений для корпуса по инструкции; упражнения для расслабления по образцу; комплекс музыкально - ритмических упражнений по инструкции. Принимают участие в                                  | Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс упражнений для корпуса; упражнения для расслабления, повторяя действия учителя. Выполняют комплекс музыкально - ритмических |

|    |                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                    |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                       |   |                                                                                                                                                                                                         | музыкально-ритмической игре по инструкции, содержанию музыкально-ритмической игры                                                                                                                                                      | упражнений самостоятельно. Маршируют, выполняя движения соответственно содержания                                                                                                                                                  |
| 10 | Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса ритмических упражнений для укрепления мышц ног. Упражнения на координацию движений                                         | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс упражнений для укрепления мышц ног по образцу; упражнения на координацию по инструкции учителя                                                 | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале, выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики. для укрепления мышц ног; упражнения на координацию                                                              |
| 11 | Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений                                                                    | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса ритмической гимнастики. Упражнения на координацию движений и формирование осанки                                           | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; упражнения на координацию движений и формирование осанки по инструкции                                      | Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики; упражнения на координацию движений и формирование осанки                                                        |
| 12 | Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей                                                             | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса упражнений на синхронизацию движений рук, ног, туловища по выбору учителя. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; упражнения на синхронизацию движений рук, ног и туловища по образцу. Передают несложный ритмический рисунок | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики; упражнения на синхронизацию движений рук, ног и туловища, по образцу. Передают ритмический рисунок музыкально-ритмической игры |



|    |                                                                                                                                |   |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13 | Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений                                      | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Движение по кругу с ускорением и замедлением.<br>Игра «Ритмическая карусель». Выполнение комплекса ритмических упражнений (по выбору учителя)                   | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; двигаются по кругу с ускорением; играют в игру по инструкции учителя.                                                                                  | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики; двигаются по кругу с ускорением; соблюдают правила игры, соблюдая ритмы.                                                                |
| 14 | Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени                                                | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Комплекс ритмических упражнений на координацию. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)                                                                 | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики на координацию по образцу; Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков                                                                                     | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмических упражнений на координацию; воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков или музыкальных инструментов                                         |
| 15 | Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притоков, с предметами (погремушками, бубном) | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение творческого задания по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.<br>С помощью учителя выполняют творческое задание по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов по инструкции. Передают в движении ритм и темп стиха по образцу | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют творческое задание по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов. Передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю |
| 16 | Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными                                    | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение прыжков в движении по кругу.                                                                                                                         | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; прыжки в движении по кругу, по образцу и под контролем учителя.                                                                                                                                    | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют прыжки самостоятельно, упражнение                                                                                                                                        |

|                                                                  |                                                                                                                                                          |   |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | коленями и корпусом («петрушка»)                                                                                                                         |   | Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя).<br>Упражнения на расслабление ног                                                                                                                                             | Принимают участие в музыкально-ритмической игре, передают ритмический рисунок по образцу.<br>Выполняют упражнение на расслабление, повторяя действия учителя.                                                                                               | на расслабление по инструкции ; инструкцию в движении по кругу.<br>Передают ритмический рисунок на музыкальных инструментах                                                                                                                                     |
| 17                                                               | Упражнение «Цветок распускается» - с позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение приседаний с различными движениями рук.<br>Выполнение движений, имитирующих распускание цветка.<br>Выполнение комплекса ритмических упражнений           | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу ; движения, имитирующие распускание цветка, по инструкции.<br>Исполняют приседания с различными движениями рук, по инструкции. | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют приседания с различными движениями рук. Выполняют движения, имитирующие распускание цветка.<br>Выполняют комплекс ритмической гимнастики самостоятельно              |
| <b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 4 часа</b> |                                                                                                                                                          |   |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 18                                                               | Упражнения для кистей рук с барабанными палочками                                                                                                        | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Упражнения для гибкости кистей рук. Игра на барабане барабанными палочками под музыкальное сопровождение.<br>Маршировка под музыку с одновременной барабанной игрой | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон; упражнения для гибкости кистей рук по образцу.<br>Играют барабанными палочками на барабане несложные ритмические рисунки по инструкции учителя.<br>Маршируют под музыку   | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон.<br>Выполняют упражнения для гибкости кистей рук.<br>Самостоятельно исполняют барабанными палочками на барабане несложные ритмические рисунки.<br>Маршируют под музыку с одновременной барабанной игрой |

|    |                                                                 |   |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                   |
|----|-----------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 19 | Отстукивание ритмических рисунков на металлофоне                | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Построение в колонну.<br>Упражнения на развитие чувства ритма.<br>Отработка игры на металлофоне под музыкальное сопровождение                                                     | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон.<br>По инструкции строятся в колонну.<br>Выполняют по образцу упражнения на развитие чувства ритма.<br>Играют простые мелодии на металлофоне под музыкальное сопровождение совместно с учителем | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон.<br>Строятся в колонну самостоятельно.<br>Выполняют упражнения на развитие чувства ритма.<br>Играют на металлофоне под музыкальное сопровождение                          |
| 20 | Отстукивание ритмических рисунков кастаньетами                  | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Построение в шеренгу.<br>Упражнения на развитие чувства ритма.<br>Отработка игры на кастаньетах под музыкальное сопровождение                                                     | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон.<br>По инструкции строятся в шеренгу.<br>Выполняют по образцу упражнения на развитие чувства ритма.<br>Играют простые мелодии на кастаньетах под музыкальное сопровождение совместно с учителем | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон.<br>Самостоятельно строятся в шеренгу.<br>Выполняют упражнения на развитие чувства ритма.<br>Играют на кастаньетах под музыкальное сопровождение                          |
| 21 | Инсценировка детской песенку, играя на музыкальных инструментах |   | Построение в колонну.<br>Выполнение поклона.<br>Упражнений на развитие гибкости кистей рук.<br>Прослушивание мелодии детской песенки.<br>Работа над определением характера, темпа, музыкальных акцентов мелодии<br>Подыгрывание на барабане, | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон; упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу, повторяя действия за учителем.<br>Слушают мелодию.<br>Определяют характер, темп, музыкальные акценты мелодии с помощью учителя.         | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон.<br>Самостоятельно выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук.<br>Слушают мелодию.<br>Определяют характер, темп, музыкальные акценты мелодии по опорным словам. |

|    |                                                                                                                                                         |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                       |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                         |   | металлофоне ритмического рисунка простой мелодии                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Подыгрывают на барабане, металлофоне, следуя ритмическому рисунку мелодии совместно с учителем                                                                                                                                                     | Подыгрывают на бубне, опираясь на ритмический рисунок мелодии, делая акценты                                                                                                                                          |
|    | <b>Игры под музыку – 6 часов</b>                                                                                                                        |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                       |
| 21 | Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, темповых и динамических изменений в музыке<br>Игра «Танцуй как я, танцуй лучше» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений.<br>Игра «Танцуй как я, танцуй лучше»:<br>- выполнение придуманных танцевальных движений одним из участников игры внутри круга;<br>- приглашение им к участию в танце следующего участника (при продолжении танца этим участником) и т.д., пока все участники не окажутся танцующими. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений по образцу, повторяя действия учителя.<br>Принимают участие в игре «Танцуй как я, танцуй лучше» | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Самостоятельно выполняют упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений по инструкции педагога.<br>Выполняют танцевальные движения игры |
| 22 | Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малокоонтрастных частей музыки.<br>Музыкальная игра «День - ночь»     | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Беседа о музыкальных оттенках, восприятии разнохарактерной музыки.<br>Игра «День-ночь» под музыкальное сопровождение                                                                                                                                                                                                                                      | Входят и строятся в танцевальном зале с соблюдением интервала под контролем учителя. Выполняют поклон, движения соответствующие темпу, настроению музыки, ориентируясь на реакцию окружающих, инструкцию учителя.<br>Эмоционально реагируют на     | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Слушают беседу и отвечают на вопросы учителя. Выполняют движения, передавая ритмический рисунок, эмоциональное содержание музыки. Принимают активное         |

|    |                                                                                                                                                                          |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                                                                                          |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | изменение характера музыкальных фраз.<br>Принимают участие в музыкально-ритмической игре                                                                                                                                                                                                                                         | участие в музыкально-ритмической игре, проявляя фантазию и эмоциональную реакцию на изменения характера музыки.<br>Выполняют инструкции учителя                                                                                                                                                                                                                                                |
| 23 | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.<br>Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.<br>Игра «Карусели» | 1 | Построение с соблюдением интервала.<br>Выполнение поклона.<br>Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение.<br>Игра «Карусели»:<br>- передача в движении ритма и темпа стиха, выделяя голосом сильную долю;<br>- передача несложного ритмического рисунка;<br>- перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение.<br>Участвуют в игре «Карусели»:<br>- передают несложный ритмический рисунок<br>- перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют движения под музыкальное сопровождение.<br>Участвуют в игре «Карусели»:<br>- передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю<br>- передают несложный ритмический рисунок<br>- перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки |
| 24 | Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование                                                                       | 1 | Построение с соблюдением интервала.<br>Выполнение поклона.<br>Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение.<br>Игра «Кто же, кто же к нам пришел?»:<br>- передача несложного ритмического рисунка                                                                                                                                                 | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение.<br>Участвуют в игре «Кто же к нам пришел?»:<br>- передают несложный ритмический рисунок<br>- перемещаются и                                                                       | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют движения под музыкальное сопровождение.<br>Исполняют знакомые движений под музыкальное сопровождение.<br>Участвуют в игре «Кто же к                                                                                                                                                     |

|    |                                                                                       |   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                       |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- передача в движении ритма и темпа стиха, выделяя голосом сильную долю;</li> <li>- передача через движение особенностей характера музыки;</li> <li>- перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                   | перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по инструкции учителя                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>нам пришёл?»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю;</li> <li>- передают несложный ритмический рисунок;</li> <li>- передают через движение особенностей характера музыки;</li> <li>- перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки</li> </ul>                                                                                                                                                                |
| 25 | Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением и речевым сопровождением | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала.<br/>Выполнение поклона.<br/>Повторение известных танцевальных упражнений под музыку.<br/>Игра «Ходим кругом»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ходьба по кругу с пением, в центре которого стоит ведущий;</li> <li>- повторение за ведущим показанного им танцевального движения;</li> <li>- выполнение водящим поклона и передача роли ведущего следующему участнику игры.</li> </ul> <p>Самостоятельное составление обучающимися несложных танцевальных композиций</p> | <p>Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Ходим кругом»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполняют действия, повторяя действия учителя:</li> <li>- ходят по кругу, в центре которого стоит ведущий, с пением;</li> <li>- повторяют за ведущим показанное им танцевальное движение.</li> </ul> <p>Составляют несложные танцевальные композиции по образцу и инструкции педагога</p> | <p>Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют движения под музыкальное сопровождение. Исполняют знакомые движений под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Ходим кругом»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно выполняют действия:</li> <li>- ходят по кругу, в центре которого стоит ведущий, с пением;</li> <li>- повторяют за ведущим показанное им танцевальное движение;</li> <li>- передают роль ведущего следующему игроку.</li> </ul> |

|                                          |                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                          |                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Составляют несложные танцевальные композиции                                                                                                                                                                                                                  |
| 26                                       | Инсценирование музыкальных сказок, песен                                                    |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Исполнение музыкальных сказок, песен, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки.<br>Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя)        | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон.<br>Исполняют песни с демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки по инструкции учителя.<br>Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняют движения | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют музыкальные сказки, песни, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки.<br>Синхронно выполняют движения под музыку |
| <b>Танцевальные упражнения – 7 часов</b> |                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 27                                       | Исполнение элементов плясок и танцев.<br>Упражнения на различение элементов народных танцев |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение элементов плясок и танцев (подскоки, шажки) под ритмическое отстукивание.<br>Упражнения на расслабление ног                                                             | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; элементы народных плясок после показа учителем и по образцу; упражнение на расслабление ног                                                                                        | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют элементы танца по словесной инструкции.<br>Выполняют упражнение на расслабление ног                                                                    |
| 28                                       | Шаг кадрили.<br>Пружинящий бег.<br>Упражнения на дыхание и для развития осанки              |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение простых и скользящих шагов, пружинящего бега с ускорением и замедлением темпа, под ритмическое отстукивание<br>Упражнения на расслабление ног, восстановление дыхания и | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; шажки и бег по инструкции и неоднократного показа учителем.<br>Выполняют упражнение на расслабление ног, восстановление дыхания и развитие осанки, повторяя действия за учителем   | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют элементы танца по словесной инструкции.<br>Выполняют упражнение на расслабление ног, восстановление дыхания и развитие осанки                          |

|    |                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                              |  | развитие осанки                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                            |
| 29 | Поскоки с продвижением назад (спиной)                                                        |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение подскоков с продвижением по кругу назад спиной под ритмическое отстукивание.<br>Упражнения на расслабление ног                                            | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон; поскоки после объяснения и демонстрации всех действий учителем.<br>Выполняют упражнение на расслабление ног по инструкции                     | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног.<br>Исполняют движения по словесной инструкции.                                   |
| 30 | Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полу-пальцах                                         |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение мелких шажков на полу-пальцах и на всей ступне со сменой темпа и направления.<br>Упражнения на расслабление ног                                           | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон; задание в совместной деятельности с учителем; упражнение на расслабление ног по образцу                                                       | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног.<br>Исполняют движения по словесной инструкции                                    |
| 31 | Русские народные движения «каблук», «гармошка»                                               |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Исполнение движений, выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.<br>Инсценировка песен.<br>Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют движения по образцу.<br>Принимают участие в инсценировке доступных песен.<br>Выполняют упражнение на расслабление ног по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон.<br>Исполняют движения по словесной инструкции.<br>Инсценируют песни.<br>Выполняют упражнения на расслабление ног |
| 32 | Русский народный танец.<br>Каблук, носок, приставной шаг, хлопки, поскоки, поворот под рукой |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Исполнение народного танца, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих                                                                                   | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по образцу; по образцу приставные шажки, поскоки.                                                              | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног; элементы народного                                                               |



|    |                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                                                            |  | характеру и темпу музыки<br>Упражнения на расслабление ног                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                   | танца (шажки, хлопки, подскоки, повороты) в заданном темпе.<br>Исполняют приставные шажки, поскоки, повороты.                                                                                                  |
| 33 | Простейшие фигуры в танцах.<br>Разучивание танца в паре.<br>Вальсовый поворот в паре.<br>Лодочка, окошечко |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение вальсовых движений в паре (поворот, лодочка, окошко)<br>Выполнение упражнений на расслабление ног                                                                     | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по образцу ;<br>элементы вальса по образцу       | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон;<br>упражнения на расслабление ног.<br>Исполняют элементы вальса                                                      |
| 34 | Урок конкурс «Лучшая пара»<br>Исполнение в парах простейших танцевальных фигур                             |  | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.<br>Выполнение вальсовых движений в паре (поворот, лодочка, окошко)<br>Соревнование между парами, за звание «Лучшая пара»<br>Выполнение упражнений на расслабление ног по инструкции | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя.<br>Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по инструкции ;<br>элементы вальса по инструкции | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале.<br>Выполняют поклон;<br>упражнения на расслабление ног.<br>Исполняют элементы вальса.<br>Исполняют в парах простейшие танцевальные фигуры |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816876

Владелец Каштанова Татьяна Владимировна

Действителен с 02.07.2025 по 02.07.2026