

Свердловская область, город Сухой Лог
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора МАОУ СОШ № 2
от 30.08.2019 №174-ОД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(приложение к адаптированной основной образовательной
программе общего образования обучающихся с умственной
отсталостью (интеллектуальными нарушениями))

по **Ритмике**

класс **1-4 класс**

количество часов (в год / в неделю) **66/2, 68/2**

разработчик рабочей программы

Османова Светлана Эдуардовна, учитель ОБЖ, первая к.к.

Пояснительная записка

Рабочая программа по ритмике определяет объем содержания образования по коррекционному курсу, планируемые результаты освоения предмета, распределение учебных часов по учебным разделам, темам предмета.

Нормативным основанием составления рабочей программы является:

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на 2016 – 2020 годы;
- Учебный план образования обучающихся с умственной отсталостью (легкая степень).
- Примерная адаптированная основная образовательная программа общего образования обучающихся с умственной отсталостью;
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);
- Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. Под редакцией доктора педагогических наук В.В.Воронковой – М.; Просвещение, 2009.

Общая цель образования с учетом специфики коррекционного курса «Ритмика»

Цель коррекционного курса: развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

Общая характеристика коррекционного курса с учетом особенностей его освоения обучающимися.

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 умственной отсталостью.

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:

- коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений;
- коррекция – развитие двигательной памяти;
- коррекция – развитие внимания;
- формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);
- развитие пространственных представлений и ориентации;
- развитие представлений о времени.

Развитие различных видов мышления:

- развитие наглядно-образного мышления;
- развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

Развитие основных мыслительных операций:

- развитие умения сравнивать, анализировать;

- развитие умения выделять сходство и различие понятий;

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:

- развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;
- воспитание самостоятельности принятия решения;
- формирование устойчивой и адекватной самооценки;
- формирование умения анализировать свою деятельность.

Коррекция – развитие речи: развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

Место учебного предмета физическая культура в учебном плане.

Коррекционный курс «Ритмика» в соответствии с учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью входит в часть, формируемую участниками образовательного процесса, изучается в 1 классе из расчета 2 часа в неделю / 66 часов в год, во 2-4 классе 2 час в неделю /68 часов.

Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса.

Личностные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»:

1. сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
2. владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
3. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
4. принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
5. сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
6. воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
7. развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
8. сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
9. проявление готовности к самостоятельной жизни.

Что касается предметных результатов, то они связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют их достижения в усвоении знаний и умений, возможности их применения в практической деятельности и жизни.

Минимальный и достаточный уровни усвоения *предметных результатов* по коррекционному курсу «Ритмика» на конец обучения в 4 классе.

<u><i>Минимальный уровень:</i></u>	<u><i>Достаточный уровень:</i></u>
<ul style="list-style-type: none"> - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному; - ходить свободным естественным шагом; - выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя 	<ul style="list-style-type: none"> - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; - ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях; - ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

Содержание коррекционного курса «Ритмика»

Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве

Упражнения на ориентировку в пространстве Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами.

Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки.

Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Раздел «Игры под музыку»

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

Раздел 3. Танцевальные упражнения

Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Раздел 4. Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

Класс 1

Количество часов (годовых / недельных) 2/66

Учитель Османова Светлана Эдуардовна, учитель физической культуры, 1 кв. категория

№ п/п	Тема урока	Виды деятельности	Кол-во часов
1.	Правила поведения при выполнении упражнений. Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом.	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
2.	Построение в колонну по одному. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках.	Занимать правильное положение по одному. Выполнять ходьбу с высоким подниманием колен, ноги вперед и оттягиванием носка по залу за учителем.	1
3.	Перестроение из одного круга в два маленьких круга. Чередование ходьбы широким и мелким шагом.	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
4.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.		1
5.	Наклоны, повороты и круговые движения головы.	Выполнять повороты наклоны и движения головой. За учителем в колонне по одному в обход зала выполнять ходьбу.	1
6.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Наклоны, повороты и круговые движения головы.		1
7.	Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши.	Выполнять махи ногой в стороны, взмахи руками на координацию движений за учителем.	1
8.	Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши.		1
9.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
10.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
11.	Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Передача в движениях частей музыкального произведения	Повторять упражнения под музыку после показа учителя.	1

12.	Разведение рук в стороны с напряжением. Передача в движениях частей музыкального произведения		1
13.	Наклоны, повороты и круговые движения головы.	Выполнять повороты наклоны и движения головой. За учителем в колонне по одному в обход зала выполнять ходьбу.	
14.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Наклоны, повороты и круговые движения головы.		
15.	Перестроение из одного круга в два маленьких круга. Чередование ходьбы широким и мелким шагом.	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
16.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.		1
17.	Ходьба. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга.	1
18.	Ходьба. Упражнения на ориентировку в пространстве.		1
19.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
20.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.		1
21.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Общеразвивающие упражнения	Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами «паровозики».	1
22.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Общеразвивающие упражнения		1
23.	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.	Выполнять движения туловищем под музыку по показу учителя.	1
24.	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.		1
25.	Упражнения на выработку осанки.	Выполнять упражнения на формирование правильной осанки.	1
26.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1
27.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1

28.	Шаг на носках. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Выполнять танцевальные упражнения по показу учителя. Выполнять упражнения под музыку	1
29.	Шаг на носках. Упражнения на ориентировку в пространстве.		1
30.	Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки.	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя. Выполнять упражнения на формирование правильной осанки.	1
31.	Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки.		1
32.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы флажки, ленты.	1
33.	Широкий, высокий бег. Движения с предметами.		1
34.	Широкий, высокий бег. Движения с предметами.		1
35.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	
36.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.		1
37.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	Выполнять ха учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1
38.	Протопывание и прохлопывание. Широкий, высокий бег.	Протопывать то, что учитель прохлопал, и наоборот. Выполнять бег по залу за учителем.	1
39.	Протопывание и прохлопывание. Упражнения на выработку осанки.	Протопывать то, что учитель прохлопал, и наоборот. Выполнять упражнения у гимнастической стенке приседания.	1
40.	Шаг на носках. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Выполнять танцевальные упражнения по показу учителя. Выполнять упражнения под музыку	1
41.	Шаг на носках. Упражнения на ориентировку в пространстве.		1
42.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1

43.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
44.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
45.	Протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением.	Выполнять одновременное протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (бубен)	1
46.	Протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением.	Выполнять одновременное протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (бубен)	1
47.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
48.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.		1
49.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	Выполнять за учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1
50.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.		1
51.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
52.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.		1
53.	Наклоны, повороты и круговые движения головы.	Выполнять повороты наклоны и движения головой. За учителем в колонне по одному в обход зала выполнять ходьбу.	1
54.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Наклоны, повороты и круговые движения головы.		1
55.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход	1

	маленьких круга.	зала.	
56.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
57.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
58.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
59.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.		1
60.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	Выполнять ха учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1
61.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
62.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.		1
63.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
64.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
65.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы флажки, ленты.	1
66.	Широкий, высокий бег. Движения с предметами.		1

Класс 2

Количество часов (годовых / недельных) 2/68

Учитель **Османова Светлана Эдуардовна, учитель физической культуры, 1 кв. категория**

№ п/п	Тема урока	Виды деятельности	Кол-во часов
-------	------------	-------------------	--------------

1.	Правила поведения при выполнении упражнений. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки.	1
2.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Построение в колонну по одному.	Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала. Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя.	1
3.	Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала. Выполнять повороты наклоны и движения головой.	1
4.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом.		1
5.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
6.	Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Передача в движениях частей музыкального произведения	Повторять упражнения под музыку после показа учителя.	1
7.	Разведение рук в стороны с напряжением. Передача в движениях частей музыкального произведения		1
8.	Наклоны, повороты и круговые движения головы.	Выполнять повороты наклоны и движения головой. За учителем в колонне по одному в обход зала выполнять ходьбу.	1
9.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Наклоны, повороты и круговые движения головы.		1
10.	Ходьба. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга.	1
11.	Ходьба. Упражнения на ориентировку в пространстве.		1
12.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
13.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону		1

14.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Общеразвивающие упражнения	Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами «паровозики».	1
15.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Общеразвивающие упражнения		1
16.	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.	Выполнять движения туловищем под музыку по показу учителя.	1
17.	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.		1
18.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1
19.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.		1
20.	Упражнения на выработку осанки. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять упражнения на формирование правильной осанки. Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1
21.	Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки.	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя. Выполнять упражнения на формирование правильной осанки.	1
22.	Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки.		
23.	Шаг на носках. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Выполнять танцевальные упражнения по показу учителя. Выполнять упражнения под музыку	1
24.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем.	
25.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	Выполнять ха учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1
26.	Протопывание и прохлопывание. Широкий, высокий бег.	Протопывать то, что учитель прохлопал, и наоборот. Выполнять бег по залу за учителем.	1
27.	Протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением.	Выполнять одновременное протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (бубен)	1
28.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1

29.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.		1
30.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
31.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.		1
32.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
33.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.		1
34.	Построение в колонны по три. Повороты туловища в сочетании с наклонами.	Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед движениями рук.	1
35.	Построение в колонны по три. Повороты туловища в сочетании с наклонами.		1
36.	Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Шаг на носках, шаг польки.	Выполнять повороты наклоны и движения головой.	1
37.	Шаг на носках, шаг польки. Известные движения под музыку.	По показу учителя выполнять медленно шаг на носках, шаг польки. Исполнять пружинно, плавно применяя известные элементы движений и танца.	1
38.	Шаг на носках, шаг польки. Исполнение движений пружинно, плавно применяя известные элементы движений и танца.		1
39.	Круговые движения ступни. Исполнение движений спокойнее, с размахом, применяя известные элементы движений и танца.	Выполнять круговые движения ступни стоя у гимнастической стенки под музыку. Выполнять приседания с показа учителя.	1
40.	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Круговые движения ступни.		1
41.	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.		1
42.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа	Выполнять ха учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1

	музыки.		
43.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. Выполнять приседания с показа учителя.	1
44.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.		1
45.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под барабан.	Выполнять перелезание через палку. Выполнять одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением под барабан	1
46.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под барабан.		1
47.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
48.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.		1
49.	Наклоны, повороты и круговые движения головы.	Выполнять повороты наклоны и движения головой. За учителем в колонне по одному в обход зала выполнять ходьбу.	1
50.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Наклоны, повороты и круговые движения головы.		1
51.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
52.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.		1
53.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
54.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1

	такта.		
55.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
56.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.		1
57.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем. Выполнение простых движений во время ходьбы с флажками, лентами.	1
58.	Широкий, высокий бег. Движения с предметами.		
59.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	Выполнять ха учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1
60.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
61.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Движения с предметами.	Выполнять ходьбу с приседаниями на носках, на пятках. Выполнение простых движений во время ходьбы с флажками, лентами.	1
62.	Перестроение из одного круга в два маленьких круга. Ходьба	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
63.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
64.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. Выполнять приседания с показа учителя.	1
65.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.		1
66.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под бубен.	Выполнять перелезание через палку. Выполнять одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с	1

67.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под бубен.	музыкальным сопровождением под барабан, бубен.	1
68.	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Протопывание прохлопывание, и наоборот.	Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами. Протопывать, прохлопывание за учителем, и наоборот.	1

Класс 3

Количество часов (годовых / недельных) 2/68

Учитель **Османова Светлана Эдуардовна, учитель физической культуры, 1 кв. категория**

№ п/п	Тема урока	Виды деятельности	Кол-во часов
1.	Правила поведения при выполнении упражнений. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три.	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя. Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять повороты наклоны и движения головой.	1
2.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три. Наклоны, повороты и круговые движения головы.		1
3.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Построение в колонну по одному.	Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
4.	Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
5.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом.		1
6.	Выпрямление рук и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев. Передача в движениях частей музыкального произведения	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
7.	Разведение рук в стороны с напряжением. Передача в движениях частей музыкального произведения	Повторять упражнения под музыку после показа учителя.	1
8.	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Выполнять приседание с выставлением ноги по показу учителя. Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга.	1
9.	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Упражнения на ориентировку в пространстве.		1

10.	Построение в колонны по три. Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч.	Выполнять построение в колонны взявшись за руки. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
11.	Построение в колонны по три. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.		1
12.	Движения с предметами. Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.	Выполнение движения по залу с бубном, барабаном под музыку. Выполнять повороты туловища ха учителем.	1
13.	Выполнение движений с предметами. Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.		1
14.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Упражнения на выработку осанки.	За учителем в колонне по одному в обход зала выполнять ходьбу. Выполнять упражнения у стены (приседания, наклоны в стороны).	1
15.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Упражнения на выработку осанки.		1
16.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Передача в движениях частей музыкального произведения.	Выполнять повороты наклоны и движения головой. Выполнять движения туловищем под музыку по показу учителя.	1
17.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Передача в движениях частей музыкального произведения.		1
18.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1
19.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.		1
20.	Упражнения на выработку осанки. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять упражнения на формирование правильной осанки. Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1
21.	Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки.	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя. Выполнять упражнения на формирование правильной осанки.	1
22.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Общеразвивающие упражнения	Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами «паровозики».	1
23.	Взмах ногой в сторону, поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону.	Выполнять взмах ногой в сторону и поднять руки через стороны вверх,	1

24.	Взмах ногой в сторону, поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону.	хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги.	1
25.	Круговые движения ноги в сочетании с круговыми движениями руки. Сильные подскоки, боковой галоп.	Выполнять круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Выполнять сильные подскоки, боковой галоп по показу учителя.	1
26.	Круговые движения ноги в сочетании с круговыми движениями руки. Сильные подскоки, боковой галоп.		1
27.	Упражнения на координацию движений с флажками, мячами. Элементы русской пляски.	За учителем выполнять упражнения на координацию движений с флажками, мячами, обручами, скакалками. Выполнять простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. повторяя за учителем.	1
28.	Упражнения на координацию движений с флажками, мячами. Элементы русской пляски.		1
29.	Упражнения на координацию движений с обручами, скакалками. Элементы русской пляски.		1
30.	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен.	Выполнять имитационные упражнения и игры, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.	1
31.	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен.		1
32.	Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа.	Передавать прослушав мелодию в движениях повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.	1
33.	Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации		1
34.	Упражнения на выработку осанки. Движения парами: боковой галоп, подскоки.	Выполнять упражнения на формирование правильной осанки. Выполнять сильные подскоки, боковой галоп по показу учителя.	1
35.	Упражнения на выработку осанки. Движения парами: боковой галоп, подскоки.		1
36.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем.	
37.	Протопывание и прохлопывание. Широкий, высокий бег.	Протопывать то, что учитель прохлопал, и наоборот. Выполнять бег по залу за учителем.	1

38.	Протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением.	Выполнять одновременное протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (бубен)	1
39.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
40.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
41.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
42.	Построение в колонны по три. Повороты туловища в сочетании с наклонами.	Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед движениями рук.	1
43.	Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Шаг на носках, шаг польки.	Выполнять повороты наклоны и движения головой.	1
44.	Шаг на носках, шаг польки. Известные движения под музыку.	По показу учителя выполнять медленно шаг на носках, шаг польки. Исполнять пружинно, плавно применяя известные элементы движений и танца.	1
45.	Шаг на носках, шаг польки. Исполнение движений пружинно, плавно применяя известные элементы движений и танца.		1
46.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под барабан.	Выполнять перелезание через палку. Выполнять одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением под барабан	1
47.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание ритмических рисунков с сопровождением под барабан.		1
48.	Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.	Исполнять различные ритмы на барабане и бубне. Играть в подвижную игру с музыкально-двигательными заданиями «Топ-топ-хлоп-хлоп».	1
49.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.	Перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Играть в подвижную игру с	1

50.	Перестроение из общего круга в кружочки по четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	музыкально- двигательными заданиями «Топ-топ-хлоп-хлоп».	1
51.	Поднять руки вверх - стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки	Выполнять упражнения возле гимнастической стенки. Играть в подвижную игру с музыкально-двигательными заданиями «Магазин игрушек».	1
52.	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Музыкальная игра «Магазин игрушек».		1
53.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Музыкальная игра «Магазин игрушек».	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала. Играть в подвижную игру с музыкально-двигательными заданиями «Магазин игрушек».	1
54.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.		1
55.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
56.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
57.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем. Выполнение простых движений во время ходьбы с флажками, лентами.	1
58.	Широкий, высокий бег. Движения с предметами.		
59.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	Выполнять за учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1
60.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
61.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Движения с предметами.	Выполнять ходьбу с приседаниями на носках, на пятках. Выполнение простых движений во время ходьбы с флажками, лентами.	1
62.	Перестроение из одного круга в два маленьких круга. Ходьба	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за	1

		учителем в колонне по одному в обход зала.	
63.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
64.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. Выполнять приседания с показа учителя.	1
65.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под бубен.	Выполнять перелезание через палку. Выполнять одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением под барабан, бубен.	1
66.	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Протопывание прохлопывание, и наоборот.	Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами. Протопывать, прохлопывание за учителем, и наоборот.	1
67.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.	Перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Играть в подвижную игру с музыкально- двигательными заданиями «Топ-топ-хлоп-хлоп».	1
68.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.		1

Класс 4

Количество часов (годовых / недельных) 2/68

Учитель **Османова Светлана Эдуардовна, учитель физической культуры, 1 кв. категория**

№ п/п	Тема урока	Виды деятельности	Кол-во часов
1.	Правила поведения при выполнении упражнений. Построение в колонны по три.	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя. Выполнять построения и перестроение в круг из шеренги, цепочки.	1
2.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.		1
3.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Построение в колонну по одному, по два.	Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала.	1
4.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.	Перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Играть в подвижную игру с музыкально- двигательными заданиями «Топ-топ-хлоп-хлоп».	1

5.	Выпрямление рук и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев. Передача в движениях частей музыкального произведения	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
6.	Разведение рук в стороны с напряжением. Музыкальная игра «Повтори за мной»	Повторять упражнения под музыку после показа учителя.	1
7.	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Музыкальная игра «Повтори за мной»	Выполнять приседание с выставлением ноги по показу учителя. Выполнять движения за учителем по залу в разных направлениях.	1
8.	Построение в колонны по три. Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч.	Выполнять построение в колонны взявшись за руки. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
9.	Движения с предметами. Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.	Выполнение движения по залу с бубном, барабаном под музыку. Выполнять повороты туловища ха учителем.	1
10.	Выполнение движений с предметами. Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.		1
11.	Чередование ходьбы на носках, широким и мелким шагом. Упражнения на выработку осанки.	За учителем в колонне по одному в обход зала выполнять ходьбу. Выполнять упражнения у стены (приседания, наклоны в стороны).	1
12.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Передача в движениях частей музыкального произведения.	Выполнять повороты наклоны и движения головой. Выполнять движения туловищем под музыку по показу учителя.	1
13.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1
14.	Упражнения на выработку осанки. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять упражнения на формирование правильной осанки. Отстукивать пальцами по барабану палочками.	1
15.	Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения на выработку осанки.	Занимать правильное исходное положение по словесной инструкции учителя. Выполнять упражнения на формирование правильной осанки.	1
16.	Наклоны, повороты и круговые движения головы. Общеразвивающие упражнения	Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами «паровозики».	1
17.	Взмах ногой в сторону, поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону.	Выполнять взмах ногой в сторону и поднять руки через стороны вверх,	1

18.	Взмах ногой в сторону, поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону.	хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги.	1
19.	Круговые движения ноги в сочетании с круговыми движениями руки. Сильные подскоки, боковой галоп.	Выполнять круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Выполнять сильные подскоки, боковой галоп по показу учителя.	1
20.	Круговые движения ноги в сочетании с круговыми движениями руки. Сильные подскоки, боковой галоп.		1
21.	Упражнения на координацию движений с флажками, мячами. Элементы русской пляски.	За учителем выполнять упражнения на координацию движений с флажками, мячами, обручами, скакалками. Выполнять простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. повторяя за учителем.	1
22.	Упражнения на координацию движений с флажками, мячами. Элементы русской пляски.		1
23.	Упражнения на координацию движений с обручами, скакалками. Элементы русской пляски.		1
24.	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен.	Выполнять имитационные упражнения и игры, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.	1
25.	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен.		1
26.	Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа.	Передавать прослушав мелодию в движениях повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.	1
27.	Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации		1
28.	Упражнения на выработку осанки. Движения парами: боковой галоп, подскоки.	Выполнять упражнения на формирование правильной осанки. Выполнять сильные подскоки, боковой галоп по показу учителя.	1
29.	Упражнения на выработку осанки. Движения парами: боковой галоп, подскоки.		1
30.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем.	
31.	Протопывание и прохлопывание. Широкий, высокий бег.	Протопывать то, что учитель прохлопал, и наоборот. Выполнять бег по залу за учителем.	1

32.	Протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением.	Выполнять одновременное протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (бубен)	1
33.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
34.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
35.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
36.	Построение в колонны по три. Повороты туловища в сочетании с наклонами.	Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед движениями рук.	1
37.	Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Шаг на носках, шаг польки.	Выполнять повороты наклоны и движения головой.	1
38.	Шаг на носках, шаг польки. Известные движения под музыку.	По показу учителя выполнять медленно шаг на носках, шаг польки. Исполнять пружинно, плавно применяя известные элементы движений и танца.	1
39.	Шаг на носках, шаг польки. Исполнение движений пружинно, плавно применяя известные элементы движений и танца.		1
40.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под барабан.	Выполнять перелезание через палку. Выполнять одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением под барабан	1
41.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание ритмических рисунков с сопровождением под барабан.		1
42.	Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.	Исполнять различные ритмы на барабане и бубне. Играть в подвижную игру с музыкально-двигательными заданиями «Топ-топ-хлоп-хлоп».	1
43.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.	Перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Играть в подвижную игру с	1

44.	Перестроение из общего круга в кружочки по четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	музыкально- двигательными заданиями «Топ-топ-хлоп-хлоп».	1
45.	Поднять руки вверх - стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки	Выполнять упражнения возле гимнастической стенки. Играть в подвижную игру с музыкально-двигательными заданиями «Магазин игрушек».	1
46.	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Музыкальная игра «Магазин игрушек».		1
47.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Музыкальная игра «Магазин игрушек».	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за учителем в колонне по одному в обход зала. Играть в подвижную игру с музыкально-двигательными заданиями «Магазин игрушек».	1
48.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два маленьких круга.		1
49.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	Передавать в движении динамическое нарастание в музыке по показу учителя.	1
50.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
51.	Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Широкий, высокий бег.	Строиться и перестраиваться в одну и две шеренги друг напротив друга, в круг. Выполнять бег по залу за учителем. Выполнение простых движений во время ходьбы с флажками, лентами.	1
52.	Широкий, высокий бег. Движения с предметами.		
53.	Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	Выполнять за учителем поочередное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.	1
54.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Взмахом отвести правую ногу в сторону повернуть голову в сторону.	Выполнять движения по залу в разных направлениях, не мешая друг другу вперед, назад, в круг, из круга. Выполнять упражнения после показа учителя.	1
55.	Ходьба с приседанием на носках, на пятках держа ровно спину. Движения с предметами.	Выполнять ходьбу с приседаниями на носках, на пятках. Выполнение простых движений во время ходьбы с флажками, лентами.	1
56.	Перестроение из одного круга в два маленьких круга. Ходьба	Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Выполнять ходьбу за	1

		учителем в колонне по одному в обход зала.	
57.	Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев ослабить напряжение.	Выполнять упражнения на расслабление за учителем.	1
58.	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	Выполнять простые упражнения на детских музыкальных инструментах. Выполнять приседания с показа учителя.	1
59.	Перелезание через палку. Отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков с сопровождением под бубен.	Выполнять перелезание через палку. Выполнять одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением под барабан, бубен.	1
60.	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Протопывание прохлопывание, и наоборот.	Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами. Протопывать, прохлопывание за учителем, и наоборот.	1
61.	Перестроение из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Подвижная игра с пением и речевым сопровождением.	Перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три и обратно в общий круг. Играть в подвижную игру с музыкально-двигательными заданиями «Топ-топ-хлоп-хлоп».	1
62.	Игры и пляски. Действия с воображаемыми предметами.	Придумывать варианты к играм и пляскам (хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками). Выполнять имитационные упражнения и игры, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.	1
63.	Игры и пляски. Действия с воображаемыми предметами.		1
64.	Действия с воображаемыми предметами.		1
65.	Движения парами: боковой галоп, подскоки.	Выполнять движения парами после показа учителя боковой галоп, подскоки, хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1
66.	Основные движения народных танцев.	Выполнять элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.	1
67.	Разучивание несложных мелодий. Основные движения народных танцев.		1
68.	Разучивание несложных мелодий. Основные движения народных танцев.		

Материально – техническое обеспечение.

Условные обозначения

НШ - на начальную школу

К - на класс

У1 – на каждого учащегося;

У2 – 1 экземпляр на двух учащихся;

У5 – 1 экземпляр на 5-6 человек.

№п/п	Наименования объектов и средств	Необходимое количество		В наличии	Приобретено*
		Условное обозначение*	Штук		
1. Модуль: технические средства обучения					
1.1	Аудиоцентр/ магнитофон.	К	1	1	1
1. Модуль: ЭОР, ЦОР					
2.1	Аудиозаписи с записями различных произведений	К	1	1	1
2. Модуль: учебное обеспечение (для учащихся)					
3.1	Ленты	К	У2	6	2
3.2	Мячи	К	У1	12	12
3.3	Мячи гимнастические	К	У2	5	5
3.4	Обручи гимнастические	К	У1	12	10
3.5	Бубен	К	У5	0	1
3.6	Барaban	К	У5	0	2
3.7	Детское пианино	К	У5	0	0
3. Модуль: учебно-методическое обеспечение (для учителя)					
4.1	Программа по ритмике А.А. Айдайбековой (Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. Под редакцией доктора педагогических наук В.В.Воронковой – М.; Просвещение, 2009)	К	1	1	1

** Приобретено (корректировка - после утверждения рабочей программы).