

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Специальная (коррекционная) школа»

РАССМОТРЕНА:
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
«30» августа 2023 г.

«Специальная

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОБУ

(коррекционная)школа»

И.В. Павлова

Приказ № 102 от «01» сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
коррекционного курса
«РИТМИКА»
(для обучающихся 5-8 классов,
перешедших на ФГОС УО, вариант 2)
Срок реализации – 4 года

Учитель: Бардаченко Ю.А.

Квалификационная категория: 1

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА:

Протокол заседания ШМО «Учителей начальных классов» № 1 «28» августа 2023г.
руководитель ШМО: Хомутинник5ова В.А.

Бузулук, 2023г.

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»);
- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными) нарушениями);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 2).

АООП УО (вариант 2) адресована обучающимся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учётом реализации их особых общеобразовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Цель коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 5-8 классов: исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

- развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);
- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

Коррекционный курс относится к коррекционно-развивающей области «коррекционные занятия и ритмика» и являются обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» предусматривает:

- 5 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,
- 6 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,
- 7 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,
- 8 класс – 1 час в неделю, 34 часа в год,

Общее количество часов по предмету за весь период обучения составляет 136 часов.

Для данной категории обучающихся, характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых обучающихся выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

Обучающиеся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличаются выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Обучающиеся одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может быть существенно различен.

Интеллектуальное развитие таких детей может быть различно по степени умственной отсталости и колеблется (от умеренной до глубокой).

Обучающиеся с **умеренной формой** интеллектуального недоразвития проявляют элементарные способности к развитию представлений, умений и навыков, значимых для их социальной адаптации. Так, у этой группы обучающихся проявляется интерес к общению и взаимодействию с детьми и взрослыми, что является позитивной предпосылкой для обучения детей вербальным и невербальным средствам коммуникации. Их интеллектуальное развитие позволяет овладевать основами счета, письма, чтения и др. Способность ребенка к выполнению некоторых двигательных действий: захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи, головы и др. создает предпосылки для обучения некоторым приемам и способам по самообслуживанию и развитию предметно-практической и трудовой деятельности.

Особенности развития **второй группы** обучающихся обусловлены выраженными нарушениями поведения (чаще как следствие аутистических расстройств). Они проявляются в расторможенности, «полевом», нередко агрессивном поведении, стереотипиях, трудностях коммуникации и социального взаимодействия. Аутистические проявления затрудняют установление подлинной тяжести интеллектуального недоразвития, так как контакт с окружающими отсутствует или возникает как форма физического обращения к взрослым в ситуациях, когда ребёнку требуется помощь в удовлетворении потребности. У детей названной группы нет интереса к деятельности окружающих, они не проявляют ответных реакций на попытки учителя (родителя) организовать их взаимодействие со сверстниками. Эти дети не откликаются на просьбы, обращения в случаях, запрещающих то или иное действие, проявляют агрессию или самоагрессию, бросают игрушки, предметы, демонстрируют деструктивные действия. Такие реакции наблюдаются при смене привычной для ребенка обстановки, наличии рядом незнакомых людей, в шумных местах. Особенности физического и эмоционально-волевого развития детей с аутистическими проявлениями затрудняют их обучение в условиях группы, поэтому на начальном этапе обучения они нуждаются в индивидуальной программе и индивидуальном сопровождении специалистов.

У **третьей группы** детей отсутствуют выраженные нарушения движений и моторики, они могут передвигаться самостоятельно. Моторная дефицитарность проявляется в замедленности темпа, недостаточной согласованности и координации движений. У части детей также наблюдаются деструктивные формы поведения, стереотипии, избегание контактов с окружающими и другие черты, сходные с детьми, описанными выше. Интеллектуальное недоразвитие проявляется, преимущественно, в форме умеренной степени умственной отсталости.

Внимание обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий.

Процесс запоминания является механическим, зрительно-моторная координация грубо нарушена. Детям трудно понять ситуацию, вычленить в ней главное и установить причинно-

следственные связи, перенести знакомое сформированное действие в новые условия. При продолжительном и направленном использовании методов и приемов коррекционной работы становится заметной положительная динамика общего психического развития детей, особенно при умеренном недоразвитии мыслительной деятельности.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий. У части детей с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, вялость, пассивность, заторможенность движений. У других – повышенная возбудимость, подвижность, беспокойство сочетаются с хаотичной нецеленаправленной деятельностью. У большинства детей с интеллектуальными нарушениями наблюдаются трудности, связанные со статикой и динамикой тела.

Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков и др. Степень сформированности навыков самообслуживания может быть различна. Некоторые обучающиеся полностью зависят от помощи окружающих при одевании, раздевании, при приеме пищи, совершении гигиенических процедур и др. Запас знаний и представлений о внешнем мире мал и часто ограничен лишь знанием предметов окружающего быта.

Уровень психофизического развития детей с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотнести с какими-либо возрастными параметрами. Органическое поражение центральной нервной системы чаще всего является причиной сочетанных нарушений и выраженного недоразвития интеллекта, а также сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации. Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка, как в семье, так и в обществе.

Динамика развития детей данной группы определяется рядом факторов: этиологией, патогенезом нарушений, временем возникновения и сроками выявления отклонений, характером и степенью выраженности каждого из первичных расстройств, спецификой их сочетания, а также сроками начала, объемом и качеством оказываемой коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с глубокой умственной отсталостью, ТМНР возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента различных программ школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
- развитие танцевальных навыков,
- развитие потребности и начальных умений выразить себя в доступных видах деятельности,

- расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
- освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
- способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень:

- Готовится к занятиям, строится в колонну по одному, находит своё место в строю и входит в зал организованно под музыку, приветствует учителя, занимает правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняется в шеренге, в колонне.
- Ходит свободным естественным шагом, двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
- Ходит и бегаёт по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии.
- Ритмично выполняет несложные движения руками и ногами.
- Соотносит темп движений с темпом музыкального произведения.
- Выполняет игровые и плясовые движения.
- Выполняет задания после показа и по словесной инструкции учителя.
- Начинает и заканчивает движения в соответствии со звучанием музыки.
- Умеет принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.
- Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- Соблюдает темп движений, обращая внимание на музыку, выполняет общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.
- Легко, естественно и непринужденно выполняет все игровые и плясовые движения.
- Ощущает смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

- Умеет самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.
- Организованно строится (быстро, точно).
- Сохраняет правильную дистанцию в колонне парами.
- Самостоятельно определяет нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.
- Соблюдает темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.
- Легко, естественно и непринужденно выполняет все игровые и плясовые движения.
- Ощущает смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.
- Повторяет любой ритм, заданный учителем.

- Задаёт сам ритм одноклассникам и проверяет правильность его исполнения (хлопками или притопами).
- Самостоятельно ориентируется в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг.
- Знает основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций.
- Умеет самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

Критерии оценивания

Система оценивания является безотметочной. Текущая аттестация обучающихся включает в себя полугодовое оценивание результатов освоения СИПР, разработанной на основе АООП образовательной организации.

Промежуточная (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения СИПР и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года.

Контрольно – оценочные материалы

Серия I. Упражнения на ориентирование в пространстве

- правильное исходное положение / перестроение из шеренги в круг, цепочка;
- наклоны, выпрямление и повороты головы;
- движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами;
- выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Серия II. Ритмико-гимнастические упражнения

- приседания с опорой и без опоры, приседания с предметами;
- свободное круговое движение рук «Маятник».

Серия III. Игры под музыку

- «Волшебная шляпа»;
- «Волк под горой»;
- «Весёлые лягушута»

Серия IV. Танцевальные упражнения

- игровой самомассаж;
- танцевальные шаги;
- солдатики;
- турецкие шахи.

Серия V. Упражнения с музыкально- ритмическими предметами

- ложки;
- бубен;
- маракас.

Содержание коррекционного курса

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

Ритмико – гимнастические упражнения Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полу пальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)

Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка музыкальных сказок, песен. Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
5 класс		34ч.
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Игра с мячом.	1
2	Упражнения для рук, головы, корпуса.	1
3	Перестроения из линии в круг.	1
4	Упражнения на растяжку и укрепления спины.	1
5	Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа.	1
6	Исполнение танцев разученных в 4 классе.	1
7	Выполнения движений в соответствии с разнообразным характером музыки.	1
8	Круговые движения кистью. Хлопки.	1
9	«Полька» движения в парах. Ускорение и замедление движений.	1
10	Закрепление движений танца. Упражнения на выработку осанки.	1

11	Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук.	1
12	Элементы русской пляски.	1
13	Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов.	1
14	ОРУ, упражнения на ориентировку и действие в пространстве.	1
15	Диагностика (мониторинг).	1
16	Ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающего и танцевального характера)	1
17	Танцевальные упражнения.	1
18	Ходьба и бег в темпе музыки, хлопки в такт музыке. Общеразвивающие упражнения. Сочетание основных движений прямыми и согнутыми руками.	1
19	Приседания, упоры в положениях, лежа на спине, животе, движения ногами в этих положениях.	1
20	Упражнения на расслабление мышц. Инструктаж по правилам безопасности. Суставная гимнастика. Упражнения для пальцев кистей рук, локтей, плечевых суставов.	1
21	Упражнения с гантелями.	1
22	Упражнения для развития подвижности грудного, поясничного и тазового отдела (с обручем, скакалкой, гимнастической палкой).	1
23	Упражнения с надувными мячами.	1
24	Движения кадрили в парах (галоп, подскоки, переходы).	1
25	Перестроение в рисунках. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений	1
26	Перестроение из простых кругов в звездочки и карусели. Составление несложных танцевальных композиций.	1
27	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1
28	Закрепление движений танца.	1
29	Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа.	1
30	Основные движения русского танца, веревочка, присядочка, моталочка, припляс.	1
31	Разучивание танцевальных движений, их комбинирование	1
32	Упражнения по диагонали (бег, прыжки, повороты). Упражнения на расслабление: выбрасывание то левой, то правой ноги вперед.	1
33	Переменный шаг с продвижением. Упражнения на расслабление.	1
34	Диагностика (мониторинг).	1
6 класс		34ч.
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели	1
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1
3	Упражнения на расслабление мышц.	1
4	Инструктаж по правилам безопасности. Суставная гимнастика. Упражнения для пальцев кистей рук, локтей, плечевых суставов.	1
5	Упражнения с гантелями.	1
6	Упражнения с надувными мячами.	1
7	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Махи руками и прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.	1
8	Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино	1
9	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка	1
10	Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей	1

11	Танцевальные упражнения. Галоп	1
12	Танцевальные упражнения. Круговой галоп	1
13	Танцевальные упражнения. Присядка	1
14	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1
15	Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей.	1
16	Диагностика (мониторинг).	1
17	Танцевальные упражнения. Хоровод «Дед Мороз».	1
18	Игры с пением, речевым сопровождением.	1
19	Инсценировка музыкальных сказок, песен.	1
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища	1
21	Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).	1
22	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы	1
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку.	1
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук.	1
25	Русский хоровод	1
26	Движения русского танца, веревочка, присядочка, моталочка, припляс.	1
27	Суставная гимнастика, упражнения для рук и ног с палкой-каталкой, мячиком, катающимися предметами.	1
28	Упражнения с эспандером.	1
29	Ритмико - гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков.	1
30	Ритмико - гимнастические упражнения с предметами (султанчики)	1
31	Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1
32	Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком).	1
33	Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.	1
34	Диагностика (мониторинг).	1
7 класс		34ч.
1.	Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища.	1
2.	Ритмико - гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног.	1
3	Ритмико - гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1
4	Ритмико - гимнастические упражнения на координацию движений.	1
5	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1
6	Упражнения на координацию движений.	1
7	Игра «Соседи». Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру».	1
8	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Пустое место».	1
9	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Отбивай мяч».	1
10	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1
11	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы». Марш по	1

	периметру зала	
12	Ритмико-гимнастические упражнения. Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1
13.	Релаксирующие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1
14.	Ритмические упражнения с мячом.	1
15	Ритмические упражнения со скакалкой.	1
16	Диагностика (мониторинг).	1
17	Новогодний танец-повторялка «Лепим ком большой».	1
18	Танцевальные упражнения. Шаг кадрили.	1
19.	Танцевальные упражнения. Шаг кадрили, работа рук и корпуса.	1
20	Повторение танцевальных упражнений. Шаг кадрили, работа рук и корпуса.	1
21	Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением.	1
22	Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).	1
23	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя	1
24	Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике	1
25	Упражнения на поскоки, перетопы	1
26	Марш по периметру зала, отработка шагов, поворотов, разученных движений	1
27.	Упражнения ритмической гимнастики с мячом.	1
28	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1
29.	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1
30	Бег легкий, на полупальцах.	1
31.	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1
32	Изучение базовых движений аэробики.	1
33.	Сюжетно-игровые занятия.	1
34.	Диагностика (мониторинг).	1
8 класс		34ч.
1.	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в «звездочки» и «карусели».	1
2.	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1
3	Движение цепочкой по кругу, вперед, назад, вправо, влево. Перестроение из колонн в круги.	1
4	Перестроениями с образованием «звездочек», «каруселей».	1
5	Ходьба по центру зала, умение наметать диагональные линии из угла в угол.	1
6	Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения.	1
7	Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей.	1
8	Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук.	1
9	Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища.	1

10	Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками.	1
11	Притопы одной ногой и поочередно, выставляя ногу с носка на пятку.	1
12	Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1
13.	Разучивание танца «Сударушка» . Музыка народная.	1
14.	Упражнения с музыкальными инструментами.	1
15	Исполнение танца «Сударушка». Музыка народная.	1
16	Диагностика(мониторинг)	1
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохраняя правильные дистанции во всех видах построения	1
18	Постановка танца «Метелица».	1
19.	Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.	1
20	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1
21	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1
22	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1
23	Изучение базовых движений аэробики; термины, определяющие характер музыки.	1
24	Движение цепочкой в круг, в круг-из круга. Танец «Осенний вальс».	1
25	Элементы и шаг вальса.	1
26	Работа над выразительным исполнением вальсовых движений.	1
27.	Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике	1
28	Игры с пением и речевым сопровождением.	1
29.	Базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов).	1
30	Упражнения для развития художественнотворческих способностей «Под дождем», «Холодно», «Жарко».	1
31.	Базовых движений аэробики.	1
32	Танцевальные упражнения.	1
33.	Сюжетно-игровые занятия.	1
34.	Диагностика(мониторинг)	1