

Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области  
«Верхнепышминская школа-интернат имени С.А. Мартиросяна, реализующая  
адаптированные основные общеобразовательные программы».

Согласовано на заседании ШМО

Протокол №1 от 23.08.2023

Утверждаю

Приказ №123/2 от 31.08.2023

**Ритмика**

(программа для слепых и слабовидящих обучающихся обучающихся 1в класса)  
вариант 3.3 и 4.3  
2023-2024 учебный год

**Составитель:** Костюхина Нина  
Александровна  
учитель ритмики

Верхняя Пышма  
2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ДОКУМЕНТЫ:

Рабочая программа по коррекционно-развивающему курсу внеурочной деятельности «Ритмика» вариант 3.3, вариант 4.3 АООП НОО ОВЗ для 1в класса составлена в соответствии с:

- Законом «Об образовании в Российской Федерации» (ФЗ РФ от 29 декабря 2012г. N 273»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ №1598 от 19.12.2014г., регистрационный № 35847 от 03.02.2015г "Об утверждении федерального государственного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья";
- Приказом Министерства просвещения России от 24.03.2021 N 115 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования;
- Приказом Министерства просвещения России от 22.11.2022 N 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"" и Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28.

### АКТУАЛЬНОСТЬ:

Занятия ритмикой в коррекционной общеобразовательной школе для детей с нарушением зрения обусловлено необходимостью осуществления

коррекции недостатков психофизического развития и двигательной подготовленности средствами музыкально-ритмической деятельности. Коррекционный предмет «Ритмика» занимает важное место в организации образовательно-воспитательного процесса, поскольку направлен на здоровьесберегающий компонент развития учащегося, способствует повышению работоспособности организма, формированию умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий во времени и пространстве, управлять темпом движений и подчинять свои движения музыке, придавать движениям целесообразность, стройность, и уверенность.

#### **ЦЕЛИ ОБУЧЕНИЯ:**

Мотивация к здоровьесберегающему образу жизни учащихся посредством освоения основ содержания оздоровительных упражнений, танцевальных элементов, умения сохранять и совершенствовать своё телесное «Я», снимать утомление, вызванное учебной деятельностью, а также содействовать самореализации и самосовершенствованию, развитию физических, интеллектуальных и нравственных качеств личности.

#### **ЗАДАЧИ ОБУЧЕНИЯ:**

Формирование знаний об оздоровительных упражнениях, истории танцев.

Расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных элементов танца и овладение новыми движениями с повышенной координационной сложностью.

Развитие и совершенствование музыкально-двигательных навыков и умений (танцев), способствующих коррекции физических отклонений.

Формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных танцевальных выступлений.

Развитие эмоционально-волевой сферы, когнитивных способностей, коммуникативных навыков, самостоятельности.

Воспитание позитивного эмоционально-ценностного отношения к миру.

#### **Планируемые результаты освоения курса**

Программа формирования базовых учебных действий направлена на формирование у слепых обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных учебных действий.

#### ***Личностные базовые учебные действия:***

принятие социальной роли обучающегося;

личностное самоопределение (Я-ученик, Я-учусь, мне интересно/не интересно, умею/не умею и др.) слепого с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом особых образовательных, в том числе и индивидуальных потребностей;

понимание слепым обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) значения собственного учения;

ориентация в оценках учителей, сверстников, родителей, понимание причин успеха/неуспеха в учебной деятельности;

ориентация на содержательные моменты школьной действительности, принятие образца «хорошего ученика»;

формирование элементарных представлений о картине мира;

ориентация в социальном окружении, понимание своего места в нем;

учебно-познавательный интерес к учебному материалу;

формирование чувства любви к своей стране, городу (родному краю);

ориентация на самостоятельность, активность, на двигательную и социально-бытовую независимость;

здоровьесберегающее поведение ориентация на оценку собственных поступков с точки зрения соответствия общепризнанным нормам доступная творческая самореализация.

***Регулятивные базовые учебные действия:***

постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что еще недостаточно известно, усвоено (основы целеполагания);

умение придерживаться заданной последовательности учебно-практических и познавательных действий (основы практического планирования);

умение предвидеть ближайший практический результат учебного действия (основы прогнозирования);

умение выполнять доступные операции для осуществления контроля (пошагового и итогового) за учебным действием;

умение вносить в ранее освоенное действие необходимые коррективы для достижения искомого результата;

способы решения познавательных, практических задач;

адекватное понимание своих достижений, умение оценивать конкретный результат учебной деятельности, правильность выполнения действий, их цепочки;

адекватное использование в учебно-познавательной деятельности сенсорных способностей и перцептивных умений;

умение адекватно запрашивать и принимать необходимую практическую помощь для решения и достижения результата учебной деятельности;

активное использование сохранных анализаторов для формирования компенсаторных способов деятельности;

саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию.

***Познавательные базовые учебные действия:***

умение выделять и формулировать доступную для осмысления и практической реализации познавательную цель;

актуализация, накопление, расширение, уточнения знаний;

построение адекватного учебной ситуации речевого высказывания в устной и письменной форме;

выбор способов решения задач в зависимости от конкретных знакомых условий;

алгоритмизация практического действия.

Особую группу общеучебных базовых действий, составляют:

*знаково-символические действия* (доступное моделирование в решении учебных задач и др.);

*мыслительные действия и операции:*

сравнение, анализ, группировка объектов познания, осуществляемых на наглядно-образной основе;

освоение и использование элементарных общих понятий, обеспечивающих учебно-познавательную деятельность;

установление на наглядно-образной основе доступных причинно-следственных связей.

***Коммуникативные базовые учебные действия:***

умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем;

умение оценивать процесс и результаты взаимодействия;

умение, задавать вопросы для ориентации в совместной с другими деятельности;

умение взаимодействовать с партнерами в системе координат: «слепой - зрячий», «слепой - слепой»; умение выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;

владение правильной монологической и диалогической речью.

Элементы танцев:

***Планируемые предметные результаты изучения курса***

Слепой обучающийся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) овладевает определенной системой знаний, умений и навыков.

***Ритмика (теоретические сведения):***

представлениями о движениях под музыку, ритмических упражнениях, танцевальных движениях, элементах движений;

умением узнавать и точно обозначать части тела, показывать на себе;

***Специальные ритмические упражнения»:***

умением реагировать на музыкальное сопровождение через движение, темп, ритм;

умением выполнять движения в соответствии с освоенными видами ритмических упражнений;

умением согласовывать темп движения с проговариванием.

***Упражнения на связь движений с музыкой:***

умением согласовывать характер, темп, направление освоенного движения в соответствии с видом упражнений;

способностью передавать движением звучание музыки;

умением использовать разные виды ходьбы и бега;

умением произвольно менять направления движения.

***Упражнения ритмической гимнастики:***

умением осваивать содержание упражнений, амплитуду движения в соответствии с их видом;

умением правильно захватывать предмет для выполнения определённого упражнения.

***Подготовительные упражнения к танцам:***

умением называть точным словом части тела;

умением принимать положение полуприседа;

двигательными навыками - элементами танцев (в пределах программы);

умением принимать правильную осанку и её поддерживать.

***Элементы танцев:***

умением выполнять танцевальные движения;

двигательными навыками как элементами танцев.

умением выполнять танцевальные движения;

двигательными навыками как элементами танцев.

***Танцы:***

умением осваивать базовые позиции и движения изучаемого танца;

умением осваивать элементы танца и воспроизводить;

умением свободно и произвольно выполнять освоенные танцевальные движения в знакомом пространстве;

умением слушать танцевальную музыку, двигаться под музыку.

Музыкально-ритмические и речевые игры:

умением выполнять простые имитационные и игровые движения;

умением участвовать в музыкально-ритмических играх;

умением понимать и передавать информацию, настроение посредством движения;

умением самовыражения в музыкальных играх.

### ***Музыкально-ритмические и речевые игры:***

умением выполнять простые имитационные и игровые движения;

умением участвовать в музыкально-ритмических играх.

## **Содержание курса**

### ***Ритмика.***

Тело человека и его двигательные возможности. Музыка и движение. Движение и речь.

### ***Специальные ритмические упражнения.***

Движения. Ритмичная ходьба с акцентами на определенный счет, с хлопками, упражнениями с движениями рук и туловища, проговариванием стихов (поговорок и др.) без музыкального сопровождения. Ритмичные хлопки в ладоши. Ходьба и бег в различном темпе. Ритмичное изменение положения рук. Ритмичные координированные движения рук.

### ***Упражнения на связь движений с музыкой.***

Движение. Характер движения. Движения под пение. Движение под музыку. Ходьба, бег с движениями рук на акцент в музыке. Ходьба, бег с поворотами, остановками на акцент в музыке. Ходьба, бег в соответствии с характером и ритмом музыки. Формирование пластичности движений. Развитие выразительности движений и самовыражения.

### ***Упражнения ритмической гимнастики.***

Упражнения ритмической гимнастикой. Формирование ритмичности движений. Амплитуда движения. Общеразвивающие и специальные упражнения. Упражнения с предметами и без предметов. Упражнения на пространственную ориентировку.

умением реагировать на музыкальное сопровождение через движение, темп, ритм;



умением выполнять движения в соответствии с освоенными видами ритмических упражнений;

умением согласовывать темп движения с проговариванием.

Упражнения на связь движений с музыкой:

умением согласовывать характер, темп, направление освоенного движения в соответствии с видом упражнений;

способностью передавать движением звучание музыки;

умением использовать разные виды ходьбы и бега;

умением произвольно менять направления движения.

Упражнения ритмической гимнастики:

умением осваивать содержание упражнений, амплитуду движения в соответствии с их видом;

умением правильно захватывать предмет для выполнения определённого упражнения;

способностью осуществлять выразительные движения под музыку.

Подготовительные упражнения к танцам:

умением называть точным словом части тела;

умением принимать положение полуприседа;

двигательными навыками - элементами танцев (в пределах программы);

умением принимать правильную осанку и её поддерживать.

***Подготовительные упражнения к танцам.***

Упражнения для ступней ног. Выставление ноги на носок. Полуприседание. Выставление ноги на пятку, носок. Развитие координации двигательных действий.

***Элементы танцев.***

Выставление ноги на пятку и носок. Шаг с притопом на месте. Выставление ноги на пятку с полуприседом. Хороводный шаг. Тройной шаг. Шаг польки. Музыкально-двигательный образ.

***Танцы.***

Танец. Хоровод. Хлопки. Красивые, изящные движения. Виды танцев. Весёлые, грустные мелодии. Народные мелодии. Развитие двигательной активности, координации движений, умений управлять темпом движения.

### ***Музыкально-ритмические игры и занятия.***

Подвижные игры. Музыкально-ритмические игры. Музыкально-ритмические упражнения и игры для развития ориентировки в пространстве. Коммуникативные танцы-игры. Пальчиковые игры. Речевые игры.

На каждом занятии по курсу Ритмика осуществляется работа по всем направлениям в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока на каждый этап отводится различное количество времени.

Этапы урока:

на 1 этапе – теоретические сведения, специальные ритмические упражнения, упражнения на связь движений с музыкой, упражнения на ориентировку в пространстве;

на 2 этапе – теоретические сведения, специальные ритмические упражнения, упражнения ритмической гимнастики, подготовительные упражнения к танцам;

на 3 этапе – теоретические сведения, подготовительные упражнения к танцам, элементы танцев, танцы;

на 4 этапе – музыкально-ритмические игры и занятия.

Специальные ритмические упражнения, упражнения на связь движений с музыкой, упражнения на ориентировку в пространстве входят составным элементом в каждое занятие и являются его организующим началом. Упражнения этого раздела включают в себя построения по парам, в колонну по одному, цепочку; ходьбу и бег по ходу танца, против хода танца разными видами шага (маркировка с высоким подниманием колен, осторожный, мягкий, пружинящий шаг, ходьба, бег с подскоками). Особое внимание уделяем упражнениям на ориентировку в пространстве. Упражнения первого раздела выполняются по инструкции учителя, что воспитывает умение слушать, запоминать и воспроизводить задания.

Основное содержание второго этапа составляют специальные ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. Этот раздел включает упражнения на развития мышц шеи, плечевого пояса, корпуса, рук, ног – навыки пространственной микроориентировки. Его можно дополнить упражнениями из программы по физической культуре. Для слепых обучающихся особое внимание следует уделить освоению азбуки движений: позиции ног и рук, правила постановки корпуса, знакомство с танцевальными терминами – амплитуда, ритмичность, координация движений. Недопустимо разучивания упражнений без музыки, под счет. Можно вести счет в начале выполнения упражнения, но одновременно с музыкой, а заканчивать упражнения учащихся должны самостоятельно, ориентируясь только на темп и ритм музыкального сопровождения. Вместе с тем не следует превращать занятие в обычную зарядку под музыку. Смена движений должна происходить одновременно со сменой музыки и соответствовать ее музыкально-ритмичному образу. Упражнения выполняются под ритмичную музыку в умеренном темпе. В раздел специальных ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координации движений, крайне необходимых слепым обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Упражнения выполняются с помощью хореографического станка и обучающиеся привыкают правильно держаться за станок, рабочей «рукой» и «ногой» выполнять движения, делать поворот и наклон к станку; принимать и держать правильную осанку.

Этап разучивания элементов танца и исполнение танцев должен носить не только развивающий, но и познавательный характер. Обучению слепых детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) танцам предшествует работа по привитию навыков исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоения хороводного шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего - с

задорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить быстрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Разучивая танцевальные элементы слепые обучающиеся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) знакомятся с их названиями (полька, хоровод, вальс.), движениями основных шагов в этих танцах (притопы, шаг польки, переменный шаг, вальсовый шаг и др.). Танцевальный репертуар строится в основном на групповых и парных танцах, поэтому особое внимание следует уделять на выбор партнера по танцу учитывая при этом индивидуальные особенности развития каждого обучающегося.

Этап – в этот раздел входят музыкально-ритмические игры. Подвижные игры. Музыкально-ритмические игры, подвижные игры, игры для развития ориентировки в пространстве. Коммуникативные танцы-игры. Корректирующие игры. Речевые игры. Пальчиковые игры входят в программу курса с целью развития мелкой мускулатуры пальцев, снятия напряжения или вялости, выработки точности, ритмичности и координации движений рук, развития дыхания. Эти упражнения помогают слепым обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) развивать тонкие дифференцированные движения, координацию движений, тонкие тактильные ощущения.

На каждом занятии по курсу Ритмика осуществляется работа по всем направлениям в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока на каждый этап отводится различное количество времени.

Календарно-тематическое планирование строится на репертуарном плане.

## РЕПЕРТУАРНЫЙ ПЛАН

Этапы урока	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть

		09	10	11	12	01	02	03	04	05
I	Упражнение на ориентировку	5	10	5	5	5	10	10	5	5
II	Ритмико-гимнастические упражнения	5	5	5	5	5	5	5	5	5
III	Хоровод	10	10	5	5				5	5
	Полька (элементы)	10	5	5	5				5	5
	Современные танцы (диско)			5	5	5				
	Массовые танцы			10	10					
	Вальс (элементы)					10	10	10	5	5
	Аннушка					10	5	5	5	5
IV	Игры и творческие задания	10	10	5	5	5	5	5	5	5

Основной **формой организации учебных** занятий по «Ритмика» является коррекционное занятие. На занятиях предусматриваются следующие формы организации учебной деятельности:

- фронтальная (передача учебной информации одновременно всем обучающимся);
- групповая (работа в паре);
- индивидуальная (самостоятельное выполнение учебного задания с учетом возможностей обучающегося).

**Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности обучающихся**

№	Тема	Количество во часов	Основные виды деятельности
1	Введение. Азбука движений. Хоровод «Земелюшка чернозём». Игра «Пожалуйста».	1	Слушают о понятиях: ритм, танец Хоровод. Слушают и повторяют ритмический рисунок, заданный учителем. Учат слова хоровода. Повторяют хороводные шаги с помощью учителя по кругу. Учат движения по кругу, в круг, из круга, вокруг себя. Пытаются двигаться с проговариванием слов. Учат правила игры. Играют.
2	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Хоровод «Земелюшка чернозём». Игра «Пожалуйста».	1	Знакомятся с понятиями: марш, вступление. Учатся начинать движение после музыкального вступления. Акцентируют сильную долю музыкального такта. Повторяют слова хоровода. Учатся водить хоровод с движениями и словами с помощью учителя. Играют.
3	Упражнения на ориентировку. Азбука движений. Хоровод. Игра «Пожалуйста».	1	Учатся ходить по ходу танца под музыку марша и хоровода с высоким подниманием колен и мягким шагом. С помощью учителя строятся в круг. Выполняют движения хоровода по кругу, в круг, из круга проговаривая слова. Играют.
4	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Хоровод	1	Расходятся и сходятся с помощью учителя под музыку марша. Ходьба с движениями

	«Земелюшка чернозём». Т. «Полька - хлопки». Игра «Пожалуйста».		рук на акцент в музыке. Прослушивают музыку к т. «Полька - хлопки», хоровод. С помощью учителя различают по темпу, характеру движений, хоровод от польки. Выполняют подготовительные движения к т. Полька (хлопки, высокий подъем колена). Играют.
5	Разводка. Азбука движений. Хоровод «Земелюшка чернозём». Т. «Полька - хлопки». Пальчиковые игры.	1	Под музыку марша учатся выполнять разводку, с помощью учителя. Учат движения у станка: подъем на носки, выставление ноги на носок и каблук. Повторяют слова хоровода и выполняют движения в соответствии с характером музыки и слов по кругу. Движения т. «Полька хлопки» учат индивидуально и в группе по кругу (хлопки, ходьба с высоким подъемом колена). Учат пальчиковую игру, играют.
6	Разводка. Азбука движений. Хоровод. Полька - хлопки. Пальчиковые игры.	1	С помощью учителя учатся расходиться и сходиться с движениями рук на акцент в музыке. Продолжают учить порядок упражнений у хореографического станка. Отрабатывают движения в т. «Полька – хлопки» индивидуально и в паре. Повторяют движения хоровода. Играют.
7	Разводка. Азбука движений. Хоровод. «Полька – хлопки». Игра «Ребенок наоборот».	1	Расходятся и встречаются под веселую музыку. Ходьба с поворотами, остановками на акцент в музыке. Повторяют

			<p>порядок упражнений у хореографического станка с помощью учителя. Учат поворот у станка.</p> <p>Отрабатывают движения хоровода и т. Польшка - хлопки. Разучивают слова и движения игры «Ребенок наоборот». Играют.</p>
8	<p>Разводка. Азбука движений. Польшка. Хоровод. Игра «Ребенок наоборот».</p>	1	<p>Разводка под маршевую музыку с поворотами, остановками на акцент в музыке. Выполняют порядок упражнений у хореографического станка с поворотом. Работают над пластичностью движений.</p> <p>С помощью учителя исполняют танцы: хоровод «Земелюшка чернозем» и Польшка - хлопки. Индивидуально учат слова и движения игры «Ребенок наоборот». Играют.</p>
9	<p>Упражнение на ориентировку в пространстве. Азбука движений. Т. «Польшка - хлопки». Образные движения. Хоровод. Игра «Зайцы и медведь».</p>	1	<p>Расходятся и встречаются под музыку марша с помощью учителя. Ходьба в соответствии с характером и ритмом музыки. Повторяют порядок упражнений у станка. Индивидуально и в паре учат движения польки. Хоровод исполняют по кругу. Выполняют образные движения: ходьба медведя, прыжки зайца, падающие листья. Играют.</p>
10	<p>Упражнение на ориентировку в пространстве. Азбука движений. Польшка, Хоровод. Образные движения. Игра</p>	1	<p>Маршируют под музыку в заданных учителем направлениях. Закрепляют порядок движений у хореографического станка с поворотом. Исполняют танцы с</p>



	«Зайцы и медведь».		помощью учителя. Выполняют образные движения: ходьба медведя, прыжки зайца, падающие листья. Играют.
11	Разводка под музыку марша. Элементы диско-танца «Стирка». Хоровод. Подвижные и пальчиковые игры.	1	Расходятся и сходятся под музыку марша с помощью учителя в соответствии с характером и ритмом музыки. Знакомятся с современными ритмами на примере диско-танца: слушают музыку, проговаривают движения танца, пытаются выполнить движения с учителем и самостоятельно. Выполняют шаги по ходу танца и наоборот. Повторяют танец Хоровод пытаюсь согласовывать темп движений с музыкой. Играют.
12	Разводка. Азбука движений. Диско-танец. Массовые танцы: Утята, Лавата, Ой, мороз...	1	Расходятся и сходятся под веселую музыку с помощью учителя. Ходьба и бег с акцентом на сильную долю музыки. Выполняют порядок упражнений у хореографического станка. Следят за пластичностью движений. Продолжают учить движения диско – танца «Стирка» индивидуально и в группе. Учат движения массовых танцев, чтобы участвовать в новогодних праздниках. Запоминают слова и согласовывают их с движениями.
13	Марш. Азбука движений. Диско-танец. Массовые	1	Маршируют под музыку по ходу танца, в музыкальные

	танцы. Образные движения под музыку. Пальчиковые игры.		паузы останавливаются. Выполняют порядок упражнений у станка с помощью учителя. Работают над амплитудой движений. Учат отдельные движения в диско-танце «Стирка». Отрабатывают индивидуально движения массовых танцев. Вспоминают пальчиковую игру. Играют.
14	Разводка. Азбука движений. Массовые танцы. Диско-танец «Стирка». Образные движения. Игра «Концертное выступление».	1	Учатся правильно начинать движение после музыкального вступления. Двигаются по ходу танца под веселую музыку. Выполняют порядок упражнений у хореографического станка обращая внимание на правильное начало движений. Повторяют диско-танец и массовые танцы с помощью учителя. Пробуют выступить перед сверстниками индивидуально или в паре – игра «Концертное исполнение».
15	Упражнения на ориентировку в пространстве. Азбука движений. Массовые танцы. Пальчиковые игры.	1	Учатся расходиться по одному и встречаться с помощью учителя или партнёра под веселую музыку. Ходьба с акцентом на сильную долю музыки. Выполняют повороты у хореографического станка. Исполняют массовые танцы к новогоднему празднику. Проговаривают костюмы и атрибуты для новогоднего выступления. Играют.
16	Разводка. Азбука движений. Хоровод,	1	Учатся начинать движение и заканчивать с музыкой. Учат

	Полька, Диско-танец, Образные движения, массовые танцы.		порядок упражнений у станка с помощью учителя. Пытаются самостоятельно и в группе исполнить движения танцев: Хоровод, диско-танец, массовые танцы. Пытаются двигаться согласно новогодним образам под музыкальное сопровождение (снежинка, медведь, зайчик...). Учатся выполнять движения выразительно с помощью учителя.
17	Упражнение на ориентировку в пространстве. Основы танцевальной азбуки. Диско-танец. Игра на выбор.	1	Расходятся и сходятся под веселую музыку с помощью учителя в соответствии с характером и ритмом музыки. Учатся выполнить “demiplié”, “grandplié” с помощью учителя у хореографического станка. Учат порядок движений диско-танца в общем кругу. Играют.
18	Упражнение на ориентировку в знакомом пространстве. Азбука движений. Знакомятся с танцем «Вальс дружбы». Пальчиковые игры. Подвижные игры.	1	Под музыку т. Полонез выполняют разводку с помощью учителя. Закрепляют порядок упражнений у хореографического станка. Знакомятся с танцем «Вальс дружбы»: размер $\frac{3}{4}$ , характер музыки, подбирают образы с помощью учителя. Учат индивидуально боковые шаги вальса. Играют.
19	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Учат основной шаг в т. «Вальс дружбы». Игры.	1	Разводка под музыку полонеза с акцентом на сильную долю музыки. Осваивают движения полуприседа и полного приседа у станка. Поддерживают правильную осанку с помощью

			учителя. Учат боковые движения вальса по одному и в паре, положение рук в паре. Играют.
20	Разводка парами и по одному. Основной боковой шаг в паре т. «Вальс дружбы». Игра «Пожалуйста».	1	Строятся в колонну по одному и парами, ходят по кругу под музыку полонеза. Ходьба с акцентом на сильную долю музыкального такта. Учат движения: боковой шаг, подъём на носочки с проговариванием шагов. Повторяют элементы репертуарных танцев: Полька – хлопки, диско-танец «Стирка». Играют.
21	Разводка. Азбука движений. Элементы т. Вальс дружбы. Игра «Пограничник»	1	Расходятся и встречаются под веселую музыку Ходьба, бег с поворотами, остановками на акцент в музыке. Выполняют движения у хореографического станка с поворотом. Учатся принимать правильную осанку и удерживать ее. Танцуют в паре элементы вальса (боковой шаг, хлопок и поворот). Учат правила игры «Пограничник». Играют.
22	Разводка. Азбука движений. Т. Вальс. (I, II фигуры). Пальчиковые игры.	1	Двигаются под музыку полонеза в заданном учителем направлении в соответствии с характером и ритмом музыки. Следят за осанкой во время работы у станка. Выполняют движения по кругу, в круг, из круга, вокруг себя под музыкальное сопровождение. Учат движения вальса дружбы в паре. Играют.
23	Упражнение на	1	Разводка под музыку полонеза с

	<p>ориентировку в пространстве. Азбука движений. Повтор репертуарных танцев. Игра «Кочка, дерево, кустик».</p>		<p>помощью учителя. Знакомятся с 3-ей позицией ног. Выполняют движения по этой позиции у хореографического станка. Элементы репертуарных танцев исполняют выразительно и ритмично с помощью учителя. Учат правила игры «Кочка, дерево, кустик». Играют.</p>
24	<p>Разводка. Знакомство и индивидуальная отработка шагов т. Аннушка. Образные движения на тему Весна.</p>	1	<p>Разводка под музыку полонеза. Выполняют движения по позициям ног и рук у хореографического станка с помощью учителя. Прослушивают музыку к танцу Аннушка; учатся слушать и различать характер, размер, темп танца. Учат основные шаги танца по одному и в паре. Подбирают движения под музыку на тему Весна.</p>
25	<p>Разводка. Азбука движений. Вальс дружбы. Отработка движений II части в т. Аннушка. Вальс дружбы. Игра.</p>	1	<p>Разводка под музыку полонеза. Учатся индивидуально и в паре выполнять отдельные движения и элементы танца Аннушка. Выразительно исполняют Вальс дружбы в паре с помощью учителя. Играют.</p>
26	<p>Разводка. Азбука движений. Совершенствование т. Вальс. Движения в паре т. Аннушка. Пальчиковые игры.</p>	1	<p>Выполняют движения разводки по одному и в паре под веселую музыку. Порядок упражнений у хореографического станка пытаются выполнить самостоятельно. Вальс дружбы учатся танцевать выразительно в паре. Учат элементы танца Аннушка. Играют.</p>
27	<p>Упражнения на</p>	1	<p>Разводка под музыку марша.</p>

	<p>ориентировку в знакомом пространстве под музыку полонеза. Азбука движений. Переходы по кругу в танце Вальс дружбы. Игра на выбор.</p>		<p>Ходьба с акцентом на сильную долю в музыке. Повторяют порядок упражнений у хореографического станка. Следят за правильной осанкой с помощью учителя. Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при переходах в т. Вальс дружбы. Играют.</p>
28	<p>Разводка под музыку полонеза. Азбука движений. Работа над движениями т. Аннушка. Игра на выбор.</p>	1	<p>Выявляют характерные ошибки при выполнении разводки с помощью учителя. Ходьба в соответствии с характером и ритмом музыки. Повторяют порядок упражнений у станка. Повторяют движения танца Аннушка индивидуально и в паре. Играют.</p>
29	<p>Упражнения на ориентировку. Азбука движений. Повтор т. Аннушка, т. Полька. Хоровод. Игры.</p>	1	<p>Выполняют разводку под музыку полонеза. Ходьба в соответствии с характером и ритмом музыки. Работают у хореографического станка: подъем на носочки, полуприсед, выдвигание носка вперед и в сторону. Повторяют движения т. Аннушка, Полька, хоровод. Играют.</p>
30	<p>Разводка. Азбука движений. Хоровод, Аннушка, Полька. Игры.</p>	1	<p>Выполняют движения в разводке т. Полонез (ходьба, хлопки). Выполняют порядок упражнений у хореографического станка двигаясь плавно, с хорошей амплитудой. Слушают и сравнивают музыкальный материал знакомых танцев. Выполняют элементы движений</p>

			репертуарных танцев: хоровод, полька, диско-танец, Аннушка. Играют.
31	Разводка под музыку т. Полонез. Азбука движений. Совершенствование танцев: Аннушка, Полька, Хоровод. Игра.	1	Учатся расходиться и встречаться под музыку полонеза. Акцентируют сильную долю такта. Выполняют порядок упражнений у хореографического станка: рабочая рука по позициям, наклоны к станку, поворот. Исполняют элементы танцев репертуарного плана с помощью учителя. Играют.
32	Разводка под музыку т. Полонез. Знакомство с медленным вальсом (новое положение рук в паре). Повтор танцевального репертуара. Игра.	1	Выполняют разводку под музыку полонеза. Акцентируют сильную долю такта. Слушают музыку медленного вальса и сравнивают с музыкой вальса дружбы. Осваивают положение рук в танце медленный вальс в паре. Учатся двигаться в паре синхронно. Знают и выполняют элементы движений танцев репертуарного плана с помощью учителя. Играют.
33	Разводка. Азбука движений у станка. Танцы: Вальс дружбы, Полька хлопки, Аннушка, диско-танец, Игры.	1	Выполняют разводку под музыку полонеза с хлопками. Выполняют порядок упражнений у хореографического станка. Знают и исполняют с помощью учителя элементы движений танцевального репертуара: Вальс дружбы, Полька хлопки, Аннушка, диско-танец. Играют.