

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 3в 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 3в 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.

Изучение коррекционного курса «Ритмика» направлено на достижение образовательно-коррекционных целей:

- мотивация здоровьесберегающего образа жизни слепых и слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) посредством освоения основ содержания оздоровительных упражнений, танцевальных элементов, умения сохранять и совершенствовать своё телесное «Я»;
- физическое развитие обучающихся, формирование моторики, проприоцептивности для свободного владения своим телом при передвижении;
- воспитание личностных качеств (стремления к преодолению трудностей, упорство в достижении целей, преодоление боязни пространства);
- развитие навыков мобильности;

- развитие коммуникативных навыков общения со сверстниками и взрослыми.
- развитие ориентировочной, регулирующей и контролирующей роли остаточного зрения при выполнении различных видов ритмических упражнений

Курс призван решить следующие задачи:

формировать потребность в ритмических, красивых, пластичных движениях;

развивать двигательную активность, координацию движений;

дать возможность овладеть специальными музыкально-ритмическими упражнениями и умением их выполнять;

развивать чувство ритма, связь движений с музыкой, музыкально-ритмическую память;

совершенствовать двигательные умения и навыки, укреплять здоровье, повышать работоспособность;

развивать двигательное самовыражение в соответствии с характером музыкального сопровождения движений в танцах и играх, речевое самовыражение в соответствии с ритмом песни, стихотворения;

развивать позитивное самоощущение, что связано с состоянием раскрепощенности, уверенности в себе, ощущением собственного эмоционального благополучия, своей значимости в коллективе, положительной самооценки;

развивать выразительность движений и самовыражение;

расширять опыт саморегуляции движений;

осваивать владение своим телом, координацию движений, согласованность движения с музыкой,

согласовывать свои действия с действиями других, согласовывать темп речи и движения.

повышать двигательную активность;

развивать навыки пространственной ориентировки, коммуникации;

воспитывать позитивное эмоционально-ценностное отношение к миру.

Общая характеристика курса

Курс «Ритмика» является одной из коррекционно-развивающих дисциплин, помогающей обучающимся осознать значимость ритмичных движений для жизнедеятельности человека и своего дальнейшего развития. Ритмика определяется как система физических упражнений, основанных на связи движений с музыкой.

У слепых и слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) наблюдается снижение двигательной активности, своеобразие физического развития (нарушение

координации, точности, объема движений, нарушение сочетания движений глаз, головы, тела, рук и др.), в том числе трудности формирования двигательных навыков.

Слепым и слабовидящим с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны затруднения: в овладении пространственными представлениями, в процессе микро- и макроориентировки, в словесном обозначении пространственных отношений; в формировании представлений о форме, величине, пространственном местоположении предметов; в возможности дистантного восприятия и развития обзорных возможностей; в темпе зрительного анализа. Кроме того, слепым обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны трудности, связанные с качеством выполняемых действий, автоматизацией навыков, осуществлением контроля над выполняемыми действиями, что особенно ярко проявляется в овладении учебными умениями и навыками.

Развитие чувства ритма является необходимым условием овладения многими видами двигательной деятельности. Человек, обладающий чувством ритма, лучше понимает и усваивает ритмические характеристики движений, которые являются важным компонентом координации движений.

Занятия ритмикой способствуют повышению работоспособности организма, укреплению и сохранению здоровья, коррекции двигательных нарушений и недостатков физического развития, формированию умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий во времени и пространстве, управлять темпом движений и подчинять свои движения музыке, придают движениям целесообразность, стройность и уверенность.

Ритмико-танцевальная деятельность сложна и многообразна. Состояние здоровья обуславливает выбор методов, форм и видов музыкально-танцевальной деятельности, определяет необходимость использования ритмических движений, игр в качестве корректирующих средств.

Планируемые результаты освоения курса

Программа формирования базовых учебных действий направлена на формирование у слепых и слабовидящих 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 учащиеся 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

	упражнения									
III	Парная кадриль (элементы)	10	5	5	5				5	5
	Вальс	10	5	5	10				5	5
	Хороводы (совершенствование)	5	5*	5						
	Массовые танцы к новогодним праздникам		5	10	10*					
	Современные танцы (диско, хип-хоп)					10	10	10*	5	5
	Сударушка					5	5	5	5	5
	Полонез					5	5	5	5	5
IV	Игры и творческие задания	5	5	5	5	5	5	5	5	

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности

№	Тема	К оличе ство часов	Виды деятельности
1	Введение. Азбука движений. Хоровод. Кадриль. 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 и движения кадрили. Учат движения по кругу, в круг, из круга, вокруг себя. Пытаются двигаться с проговариванием слов. Учат правила игры.
2	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Хоровод	1	Знакомятся с понятиями: полонез, вступление. Учатся вступать правильно, с

	«Земелюшка чернозём». Полька. Игра «Пожалуйста».		музыкой. Учатся водить хоровод с движениями и словами. Повторяют движения польки. Играют.
3	Упражнения на ориентировку. Азбука движений. Хоровод. Кадриль. Игра «Пожалуйста».	1	Учатся ходить по классу под музыку. Учатся строиться в круг, выполнять притопы. Учатся ходить с высоким подниманием колен и мягким шагом. Выполняют движения кадрили. Играют.
4	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Хоровод. Полька. Кадриль. Игра «Пожалуйста».	1	Расходятся и сходятся с помощью учителя под музыку марша. Прослушивают музыку к т. «Полька», хоровод. С учителем различают по темпу, характеру движений, хоровод от польки. Выполняют движения к т. Полька, Кадриль. Играют.
5	Разводка. Азбука движений. Хоровод. Полька. Кадриль. Пальчиковые игры.	1	Под музыку марша учатся выполнять разводку, с помощью учителя. Учат движения у станка: подъём на носки, выставление ноги на носок и каблук. Правильно поворачиваются у станка. Повторяют хоровод, движения т. Полька в общем круге и Кадриль. Учат пальчиковую игру.
6	Разводка. Азбука движений. Хоровод. Полька. Кадриль. Пальчиковые игры.	1	С помощью учителя учатся расходиться и сходить под маршевую музыку. Продолжают учить упражнения у станка. Отрабатывают движения в т. Полька, хоровод, Кадриль. Играют.
7	Разводка. Азбука движений. Хоровод. Полька. Кадриль. Игра «Ребенок наоборот».	1	Расходятся и встречаются под музыку. Повторяют движения у станка. Отрабатывают движения хоровода, Кадрили и т. Польки. Разучивают слова и движения игры.
8	Разводка. Азбука движений. Полька. Кадриль. Хоровод. Игра «Ребенок наоборот».	1	Разводка под маршевую музыку. Выполняют движения у станка. С помощью учителя исполняют танцы: хоровод, Кадриль и Полька. Играют.
9	Разводка. Азбука движений. Полька. Образные движения. Хоровод. Полька. Кадриль. Игра «Зайцы и медведь».	1	Разводка под марш с помощью учителя. Повторяют движения у станка. Выполняют образные движения: ходьба медведя, прыжки зайца, падающие листья. Выполняют движения танцев с помощью учителя. Играют.

10	Разводка. Азбука движений. Полька, Хоровод, Кадриль. Образные движения. Игра «Зайцы и медведь».	1	Маршируют под музыку в заданных учителем направлениях. Закрепляют движения у станка. Исполняют танцы с помощью учителя. Выполняют образные движения: ходьба медведя, прыжки зайца, падающие листья.
11	Разводка под музыку марша. Элементы диско-танца. Подвижные и пальчиковые игры.	1	Расходятся и сходятся под марш. Знакомятся с современными ритмами на примере диско-танца. Учат движения танца. Играют. Повторяют репертуарные танцы. Играют.
12	Разводка. Азбука движений. Диско-танец. Массовые танцы: Утята, Лавата, Ой, мороз...	1	Расходятся и сходятся под музыку с помощью учителя. Выполняют движения у станка. Учат движения диско – танца. Учат движения массовых танцев. Запоминают слова и соединяют их с движениями.
13	Марш. Азбука движений. Диско-танец. Массовые танцы. Образные движения под музыку. Пальчиковые игры.	1	Маршируют под музыку, без музыки стоят. Выполняют упражнения у станка. Учат диско-танец. Отрабатывают движения массовых танцев. Вспоминают пальчиковую игру.
14	Разводка. Азбука движений. Образные движения. Массовые танцы. Диско-танец «Стирка». Игра.	1	Учатся правильно начинать движение под музыку. Повторяют танцы. 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. Исполняют массовые танцы. Играют.
16	Разводка. Азбука движений. Хоровод, Полька, Диско-танец, Образные движения, массовые танцы.	1	Учатся начинать движение и заканчивать с музыкой. Учат порядок упражнений у станка. Пытаются самостоятельно и в группе исполнить движения танцев. Пытаются выполнить движения к заданным образам под музыку.
17	Разводка. Основы танцевальной азбуки. Диско-танец. Игра на	1	Расходятся и сходятся под музыку. Учатся выполнить “demiplié”, “grandplié” с помощью учителя у станка.

	выбор.		Исполняют диско-танец. Играют.
18	Упражнение на ориентировку в знакомом пространстве. Азбука движений. Повторяют Вальс. Пальчиковые игры. Подвижные игры.	1	Под музыку т. Полонез выполняют разводку. Закрепляют движения у станка. Повторяют вальс: размер $\frac{3}{4}$, характер музыки, подбирают образы с помощью учителя. Играют.
19	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Учат основной шаг в т. «Вальс». Игры.	1	Разводка под музыку полонеза. Осваивают движения демиплие и полного приседа у станка. 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». Игра «Пожалуйста».	1	Строятся в колонну по одному и парами, ходят по кругу под музыку. Учат движения: боковой шаг, подъём на носочки с проговариванием шагов. Повторяют репертуарные танцы. Играют.
21	Разводка. Азбука движений. Элементы т. Вальс. Игра «Пограничник»	1	Расходятся и встречаются под музыку. Выполняют движения у станка с поворотом. Танцуют в паре элементы вальса. Учат правила игры «Пограничник».
22	Разводка. Азбука движений. Т. Вальс. (I, Пфигуры). Знакомятся с т. Сударушка. Пальчиковые игры.	1	Двигаются под музыку в заданном направлении. Выполняют движения по кругу, в круг, из круга, вокруг себя. Знакомятся с музыкой основным движением т. Сударушка. Учат движения вальса. Играют.
23	Разводка. Азбука движений. Повтор репертуарных танцев. Игры.	1	Разводка под музыку полонеза. Знакомятся с 3-ей позицией ног. Выполняют движения по этой позиции. Репертуарные танцы исполняют выразительно. Играют.
24	Разводка. Знакомство и индивидуальная отработка шагов т. Сударушка. Образные движения на т. Весна.	1	Разводка под музыку полонеза. Выполняют движения по позициям ног и рук у хореографического станка. Прослушивают музыку к танцу Сударушка; учатся слушать и различать характер, размер, темп танца. Учат основные шаги танца по одному и в паре. Подбирают движения под музыку на заданную тему.
25	Разводка. Азбука движений. Вальс–дружба. Отработка движений II	1	Разводка под музыку полонеза. Учатся выполнять отдельные движения и элементы танца Сударушка.

	части в т. Сударушка. Вальс–дружба. Игра.		Выразительно исполняют Вальс–дружба. Играют.
26	Разводка. Азбука движений. Совершенствование т. Вальс. Движения в паре т. Сударушка. Пальчиковые игры.	1	Выполняют движения разводки по одному и в паре, упражнений у станка. Вальс учатся танцевать выразительно в паре. Учат элементы танца Сударушка. Играют.
27	Упражнения на ориентировку в знакомом пространстве под музыку полонеза. Азбука движений. Переходы по кругу в танце Вальс, Сударушка. Игра на выбор.	1	Разводка под музыку марша. Повторяют упражнения у станка. Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при переходах в т. Вальс – дружбы, Сударушка. Играют.
28	Разводка по классу. Азбука движений. Работа над движениями т. Сударушка, Вальс. Игра на выбор.	1	Выявляют характерные ошибки при выполнении разводки с помощью учителя. Повторяют движения танца. Играют.
29	Упражнения на ориентировку. Азбука движений. Повтор т. Сударушка, т. Кадриль, т. Полька. Хоровод. Игры.	1	Выполняют разводку и упражнения у станка. Повторяют движения т. Сударушка, Кадриль, Полька, хоровод. Играют.
30	Разводка. Азбука движений. Хоровод, Кадриль, Сударушка, Полька, диско-танец. Игры.	1	Выполняют движения в разводке т. Полонез. Слушают и сравнивают музыкальный материал знакомых танцев. Выполняют движения танцев. Играют.
31	Разводка под музыку Полонез. Азбука движений. Совершенствование танцев: Хоровод, Кадриль, Сударушка, Полька, диско-танец. Игра.	1	Учатся расходиться и встречаться под музыку. Выполняют движения у станка. Исполняют танцы репертуарного плана: Хоровод, Кадриль, Сударушка, Полька, диско-танец. Играют.
32	Разводка под музыку т. Полонез. Медленным вальсом (новое положение рук в паре). Повтор танцевального репертуара. Игра.	1	Выполняют разводку под музыку полонеза. Осваивают положение рук в паре и двигаются в паре в вальсе. Знают и выполняют движения танцев репертуарного плана. Играют.
33	Упражнения на	1	Учатся расходиться и встречаться

	ориентировку. Полонез (основные шаги). Образные движения по теме Весна. Игра.		под музыку полонеза. Осваивают положение рук в паре и двигаются в паре в вальсе. Знают и выполняют движения танцев репертуарного плана. Играют.
34	Разводка под музыку полонеза. Азбука движений у станка. Танцы: Вальс, Полька, Сударушка, Кадриль, диско–танец. Игры.	1	Выполняют разводку под музыку полонеза. Знают и исполняют танцевальный репертуар: Вальс, Полька, Сударушка, Кадриль, диско–танец. Играют.