

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми  
"Специальная (коррекционная) школа-интернат № 6 " г. Печоры

Рекомендована методическим  
объединением учителей начальных классов,  
воспитателей, протокол от 29 августа 2018  
года № 1

Утверждена приказом  
ГОУ РК «СКШИ № 6» г. Печоры  
от 30.08.2018 № 95-од

**РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА**  
**коррекционного курса «Музыка и движение»**  
**для учащихся 1-4 классов**  
Начальное общее образование \_\_\_\_\_  
Уровень образования  
\_\_\_\_\_ 4 года \_\_\_\_\_  
Срок реализации программы

Разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учётом примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант II)

учителем Закировой С.П.,  
заместителем директора Бойновой И.Н.

г. Печора  
2019 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая учебная программа коррекционного курса «Музыка и движение» для обучающихся 1-4 классов с ограниченными возможностями здоровья разработана в соответствии с данными нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ);

- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 № 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья";

- Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";

- Примерная адаптированная основная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2012 г. N 1067 "Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2013/14 учебный год";

- «Положение о разработке, принятии и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов ГОУ РК «СКШИ № 6» г. Печоры».

**Основная цель** является развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

**Основные задачи** изучения коррекционного курса:

- 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 (интеллектуальными нарушениями).

**Отличительные особенности** рабочей программы по сравнению с примерной программой. Программа составлена с учетом индивидуально - личностных особенностей, уровня развития, психических особенностей обучающихся. В соответствии с этим внесены необходимые изменения и дополнения в содержание, структуры и задачи данной программы. Программа содержит материал, помогающий учащемуся достичь того уровня знаний и умений, который необходим ему для социальной адаптации.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Коррекционный курс «Музыка и движение» направлен на приобщение детей к хореографическому искусству, на эстетическое воспитание учащихся, на приобретение основ музыкальной грамоты. «Музыка и движение» является фундаментом обучения для всего комплекса танцевальных предметов, ориентирован на развитие и воспитание музыкально-ритмических и художественно-эстетических направленностей. Освоение программы по коррекционному курсу «Музыка и движение» способствует формированию общей культуры детей, музыкального вкуса, навыков коллективного общения, развитию

двигательного аппарата, мышления, фантазии, раскрытию индивидуальности.

**Ведущие приёмы, формы, методы, технологии обучения.** В программе использованы методы и **формы обучения:**

словесный (объяснение, разбор, анализ);

- наглядный (качественный показ, демонстрация отдельных частей и всего движения);

- практический (воспроизводящие и творческие упражнения, деление целого произведения на более мелкие части для подробной проработки и последующей организации целого);

- аналитический (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);

- эмоциональный (подбор ассоциаций, образов, создание художественных впечатлений);

- индивидуальный подход к каждому ученику с учетом природных способностей, возрастных особенностей, работоспособности и уровня подготовки.

Программой предусмотрены следующие **виды работы:**

- беседы о содержании и значении урока ритмики для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;

- выполнение упражнений на основе показа учителя;

- выполнение упражнений, под словесную инструкцию учителя;

- занятия в игровом режиме;

- развитие двигательных качеств на программном материале упражнения на ориентировку в пространстве; ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц); упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку; танцевальные упражнения.

**Виды занятий:** уроки, тестовые уроки на начало и конец года, на конец четвертей.

В программе предусмотрены современные образовательные технологии:

- здоровьесберегающие технологии - привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемов массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование упражнений имеющих лечебно-воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений;

- личностно-ориентированное и дифференцированное обучение - применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья.

- информационно-коммуникационные технологии.

**Формы, способы и средства проверки и оценки результатов обучения** по данной программе. Обязательным является контроль над уровнем развития и двигательной активности учащихся.

Учитывая степень обученности учащихся, в тематическом плане предлагаются задания различного уровня сложности и творческого характера, предусмотрено повторение учебного материала, самостоятельная работа с учетом индивидуальных особенностей и возможностей детей, дифференцированные задания.

**Используемые формы, способы и средства проверки и оценки результатов обучения по программе.**

В программе предусмотрена многоуровневая система контроля знаний:

- самоконтроль - при изучении нового материала;

- взаимоконтроль - в процессе его отработки;

- тематический контроль - по окончанию изучения темы;

- промежуточная аттестация (Мониторинг сформированных навыков) - задания в конце учебного года.

По мере прохождения учебного материала проводятся проверочные контрольные мероприятия.

## Количество и характер контрольных мероприятий

Класс	Тематический контроль	Промежуточная аттестация Мониторинг сформированных навыков
1	-	1
2	3	1
3	3	1
4	3	1

## МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с учебным планом коррекционный курс «Музыка и движение» в начальных классах проводится один раз в неделю в год 33 часа в 1 классе и 34 час во 2, 3, 4 классах.

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1	1	33
2	1	34
3	1	34
4	1	34

## ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ

Обеспечение дифференцированной оценки достижений обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) имеет определяющее значение для оценки качества образования.

В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оценке подлежат личностные и предметные результаты.

Личностные результаты освоения учебного предмета образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

*К личностным результатам освоения учебного предмета относятся:*

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

*Предметные результаты* освоения коррекционного курса образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для каждой предметной области, готовность их применения.

Предметные результаты обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

**Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.**

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей)

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов по ритмике на конец обучения в младших классах (IV класс).

*Минимальный уровень:*

- знание техники безопасности;
- навыки координации;
- владение минимальными танцевальными движениями;
  - знание основных правил поведения на уроке и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции;
- представления о двигательных действиях;
- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении музыкальных игр;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием.

*Достаточный уровень:*

- развитие слуховых и двигательных восприятий;
- интерес к различным видам музыкальной деятельности (слушание, пение, движение под музыку, игра на музыкальных инструментах);
  - умение слушать музыку и выполнять простейшие танцевальные движения;
  - освоение приемов игры на музыкальных инструментах, умение узнавать знакомые песни.
- умение проявлять адекватные эмоциональные реакции от совместной и самостоятельной музыкальной деятельности.
  - умение исполнять упражнения под музыку;
- умений определять средства музыкальной выразительности в контексте хореографического образа;
  - знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

- соблюдение требований техники безопасности на уроке.

В целом оценка достижения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) предметных результатов базируется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения должны выполнять коррекционно-развивающую функцию, поскольку они играют определенную роль в становлении личности ученика и овладении им социальным опытом.

#### **Критерии оценивания подготовленности учащихся**

При оценивании сформированных знаний у детей с умственной отсталостью авторы различных исследований описывают 4 группы учащихся.

*Первую группу* составляют дети (10-15%), которые в целом правильно решают предъявляемые им задания, наиболее активны и самостоятельны в усвоении программного материала.

*Для второй группы* (25-35%) характерен замедленный темп усвоения учебного материала. Дети, входящие в эту группу, успешнее реализуют знания в конкретно заданных условиях, т.к. самостоятельный анализ и планирование своей деятельности у них затруднены, хотя с основными требованиями программы они справляются.

*Третья группа* учащихся (35-40%) отличается пассивностью, нарушением внимания, что приводит к различным ошибкам при решении задач, примеров, упражнений.

*К четвертой группе* относятся дети (10-15%), которые занимаются по индивидуальной программе, т.к. основное содержание тех или иных предметов для них недоступны. Соответственно названным группам около 45% учащихся способны освоить базовый уровень знаний, 35%-минимальный необходимый (сниженный уровень) а 20% учащихся могут быть оценены лишь по результатам индивидуальных достижений. На основе этих характеристик оценку «удовлетворительно» можно поставить выполненным 35% до 50% заданий, оценку «хорошо» - от 50% до 65%, а оценку «очень хорошо» - свыше 65%.

*В любом случае*, организуя итоговую (контрольную) проверку знаний умственно отсталого школьника, следует исходить из достигнутого им минимального уровня. Из возможных оценок выбирать такую, которая стимулировала бы его учебную и практическую деятельность, так как никакие нормированные стандарты и критерии невозможно с максимальной точностью «применить» к ребёнку с интеллектуальным дефектом.

## **СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

### **Основные направления работы:**

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

### **1 класс**

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Правильное исходное положение. Ходить и бегать под музыку, двигаться по кругу, взявшись за руки. Перестроение в круг из шеренги. Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Учить двигаться в соответствии с ярко выраженным характером музыки (марш-пляска); реагировать сменой движений на двухчастную форму пьесы, на изменение силы звучания (громко- тихо), на его начало и окончание

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).

#### **Упражнения на координацию движений**

Перекрёстное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу).

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

#### **Упражнения на расслабление мышц**

Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперёд, 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).

#### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочерёдное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук.

#### **Игры под музыку.**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определённым эмоциональным и динамическим характером музыки.

#### **Танцевальные упражнения. Танцы и пляски.**

Выполнять простейшие танцевальные движения: хлопать в ладоши, полуприседать, использовать отдельные элементы движений для инсценировки песен.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся:**

В результате освоения программного материала по ритмике учащиеся 1 класса должны уметь:

- входить в зал организованно, готовиться к занятиям, занимать исходное положение согласно инструкции учителя;
- строиться в шеренгу, колонну с помощью учителя;
- перестраиваться из шеренги в колонну с помощью учителя и по команде «Повернулись»;
- двигаться колонной, взявшись за руки и, друг за другом, сохраняя интервалы;
- выполнять движения по командам;
- соотносить темп движений и упражнений с темпом музыки, передавать динамику музыки движениями;
- выполнять имитационные, игровые и танцевальные движения;
- выполнять задания по показу и инструкции.

#### **2 класс**

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Выполнять следующие движения: ритмично ходить под музыку, хлопать в ладоши и одновременно полуприседать, покачиваться с ноги на ногу. Поднимать флажки, платочки, погремушки, помахивать ими, переходя под музыку от одного вида движений к другому.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Приучать детей двигаться в соответствии со спокойным, плясовым, маршевым характером музыки в умеренном и быстром темпе; учить реагировать на начало звучания музыки и ее окончание, менять движение в соответствии с изменением музыкального метроритма.

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Упражнения на координацию движений. Движение правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук).

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол).

#### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Круговые движения кистью (напряжённое и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.

Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

#### **Игры под музыку.**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий).

Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением.

Инсценирование доступных песен.

Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

#### **Танцевальные упражнения. Танцы и пляски.**

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.

Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Собираться в круг в играх и хороводах.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся:**

В результате освоения программного материала по ритмике учащиеся

2 класса должны уметь:

- организованно строиться;
- соотносить темп движения с темпом музыки;
- ощущать смену темпа и динамики музыки.

### **3 класс**

#### **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.

Перестроение в круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Учить детей бегать не шаркая, подпрыгивать на двух ногах, пружинить ногами, слегка приседая; притопывать попеременно ногами, притопывать одной ногой, хлопать в ладоши; поворачивать кисти рук, кружиться по одному, в парах; плясать, используя названные танцевальные движения.

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.

Повороты туловища в сочетании с наклонами.

Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений.

Упражнения на координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками).

Упражнения на расслабление мышц.

#### **Упражнения с музыкальными инструментами.**

Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

#### **Игры под музыку.**

. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

#### **Танцевальные упражнения. Танцы и пляски.**

Повторение элементов танца по программе 2 класса. 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. Элементы современного танца Русская хороводная пляска. Танец с хлопками. Парная пляска.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся:**

В результате освоения программного материала по ритмике учащиеся 3 класса должны уметь:

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- сохранять интервалы при движении в колонне парами;
- выполнять повороты по ориентирам, построения по словесной инструкции;
- начинать движение по музыкальному сигналу;
- выделять сильную долю музыки, отстукивать ритмический рисунок;
- самостоятельно передавать темповые и динамические изменения в музыке движениями.

### **4 класс**

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве.**

Двигаться в соответствии с контрастным характером музыки; двигаться в умеренном и быстром темпе.

Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходить под музыку спокойно, бодро; бегать, подпрыгивать, делать движения с флажками, платочками (вверх, в сторону, направо, в сторону налево, вниз); пружинить ногами, слегка приседая; перестраиваться из круга в рассыпную и обратно; двигаться парами по кругу в плясках и хороводах.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения.**

Начинать и оканчивать движение с музыкой, менять движение в соответствии с двухчастной формой.

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

#### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами.**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

#### **Игры под музыку.**

Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных песен.

#### **Танцевальные упражнения. Танцы и пляски.**

Исполнение элементов танцев и плясок, разученных в 3 классе. двигаться парами по кругу в плясках и хороводах. Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Шаг на носках. Широкий, высокий бег. Русская народная мелодия.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся:**

В результате освоения программного материала по ритмике учащиеся 4 класса должны уметь:

- выполнять построения по звуковым и зрительным сигналам;
- начинать и заканчивать движение вместе с музыкой;
- отстукивать ритм прозвучавшей мелодии;
- отражать движениями игровые и песенные образы.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **1 класс**

№	Наименование разделов, тем уроков	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
	<b>1 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>6</b>	
1.	Знакомство с учебным предметом.	1	Выполнять правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен. Перестраиваться в круг. Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнять простые движения с предметами. Поочередно и одновременно сжимать в кулак и разжимать пальцы рук с изменением темпа музыки.
2.	Построение. Разучивание.	1	
3.	Построение. Выполнение.	1	
4.	Ходьба. Разучивание.	1	
5.	Ходьба в сопровождении заданного ритма.	1	
6.	Ходьба в сопровождении ритмичной музыки.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>5</b>	
7.	Общеразвивающие упражнения. Разучивание.	1	Выполнять наклоны. Выполнять движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполнять упражнения на выработку осанки.
8.	Общеразвивающие упражнения. Выполнение.	1	

9.	Общеразвивающие упражнения. Выполнение в сопровождении медленной музыки.	1	Выполнять движения под музыку.
10.	Общеразвивающие упражнения. Выполнение в сопровождении заданного ритма.	1	Выполнять упражнения под заданный ритм.
11.	Общеразвивающие упражнения. Выполнение в сопровождении ритмичной музыки.	1	Выполнять движения под музыку.
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>5</b>	
12.	Статические упражнения. Разучивание.	1	Выполнять движения кистями рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимать руки в кулак и разжимание пальцы рук в соответствии с изменением темпа музыки. Выделение пальцев рук.
13.	Статические упражнения. Выполнение.	1	
14.	Динамические упражнения. Разучивание.	1	
15.	Динамические упражнения. Выполнение.	1	
16.	Статические и динамические упражнения в сопровождении ритма и музыки.	1	
	<b>2 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>	
17.	Бег. Техника безопасности.	1	Ходить, бегать, соблюдая правила.
18.	Бег в разном темпе.	1	Бегать, изменяя скорость.
19.	Перестроение в круг из шеренги.	1	Выполнять перестроение в круг из шеренги и цепочки. Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.
20.	Перестроение в круг из цепочки.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>5</b>	
21.	Общеразвивающие упражнения. Наклоны.	1	Выполнять наклоны и туловища вправо, влево. Выполнять приседания.
22.	Общеразвивающие упражнения. Повороты.	1	Выполнять повороты головы и туловища. Выполнять приседания.
23.	Общеразвивающие упражнения. Осанка.	1	Выполнять упражнения на выработку осанки. Выполнять приседания.
24.	Упражнения на координацию движений. Разучивание.	1	Выполнять координированные движения руками.
25.	Упражнения на координацию движения. Выполнение.	1	Выполнять координированные движения ногами.
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>2</b>	
26.	Упражнения для пальцев рук. Разучивание.	1	Поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.
27.	Упражнения для пальцев рук. Выполнение в соответствии с заданным ритмом.	1	Выполнять ритмичные движения пальцами, ладонями, руками при копировании простых ритмических рисунков.
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>2</b>	
28.	Свободные движения под музыку. Разучивание.	1	Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки.
29.	Свободные движения под музыку. Выполнение.	1	Выполнять движения в соответствии с изменением темпа музыки.
	<b>Игры под музыку</b>	<b>3</b>	
30.	Игры под музыку. Разучивание.	1	Следовать правилам игры с предметами.
31.	Игры под музыку. Выполнение.	1	Следовать правилам музыкальной игры с предметами.
32.	Закрепление изученных статических и двигательных навыков.	1	
	<b>3 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>18</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>6</b>	
33.	Простые движения в процессе ходьбы. Разучивание.	1	Выполнять простые движения во время ходьбы. Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы. Выполнять имитационные упражнения и игры, построенные на конкретных подражательных образах,
34.	Простые движения в процессе ходьбы. Выполнение.	1	

35.	Простые движения в процессе ходьбы под музыку. Разучивание.	1	хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.
36.	Имитационные упражнения под музыку. Разучивание.	1	
37.	Имитационные упражнения под музыку. Выполнение.	1	
38.	Имитационные упражнения под музыку. Выполнение по представлению.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>	
39.	Упражнения на координацию движений рук. Разучивание.	1	Выполнять координированные движения рук и ног.
40.	Упражнения на координацию движений рук. Выполнение.	1	
41.	Упражнения на координацию движений рук и ног. Разучивание.	1	
42.	Упражнения на координацию движений рук и ног. Выполнение.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>3</b>	
43.	Упражнения для пальцев рук. Разучивание.	1	Выполнять упражнения для пальцев рук.
44.	Упражнения для пальцев рук. Выполнение.	1	Следовать инструкции и выполнять упражнения для пальцев рук.
45.	Упражнения для пальцев рук. Имитационные движения.	1	Выполнять упражнения для пальцев рук соответствии, копируя образец и исходя из личного опыта.
	<b>Игры под музыку</b>	<b>2</b>	
46.	Игры под музыку. Разучивание.	1	Выполнять движения в музыкальных играх с предметами. Проводить игры с пением или речевым сопровождением.
47.	Игры под музыку. Выполнение.	1	Проводить игры с пением или речевым сопровождением.
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>3</b>	
48.	Кружение. Техника безопасности.	1	Выполнять кружение.
49.	Кружение. Выполнение в танце.	1	Выполнять организованное кружение.
50.	Закрепление изученных двигательных навыков.	1	
	<b>4 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>2</b>	
51.	Простые движения рук и ног под музыку. Разучивание.	1	Ходить и бегать с высоким подниманием колен. Выполнять наклоны и повороты головы, движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Перекрестно поднимать и опускать руки, поднимать руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Поочередно и одновременно сжимать в кулак и разжимать пальцы рук с изменением темпа музыки.
52.	Простые движения рук и ног под музыку. Выполнение.	1	Выполнять имитационные упражнения и игры, построенные на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>3</b>	
53.	Упражнение на расслабление мышц. Разучивание.	1	Поднимать руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно трясти кистями; подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Выполнять свободное круговое движение рук. Переносить тяжести тела с пяток на носки и обратно, с
54.	Упражнение на расслабление мышц. Выполнение.	1	
55.	Упражнение на расслабление мышц. Имитационные движения.	1	

			одной ноги на другую (маятник).
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>3</b>	
56.	Отстукивание ритмических рисунков пальцами.	1	Выполнять отстукивание простых ритмических рисунков, в том числе используя барабанные палочки под счет учителя, в сопровождении речи и музыки.
57.	Отстукивание ритмических рисунков барабанной палочкой.	1	
58.	Отстукивание ритмических рисунков двумя барабанными палочками.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>3</b>	
59.	Игры под музыку. Разучивание.	1	Выполнять движения музыкальных игр.
60.	Игры под музыку. Выполнение.	1	Следовать правилам игры, выполнять движения.
61.	Игры под музыку. Имитационные движения.	1	Участвовать в игре, следовать правилам, выполнять имитационные движения в соответствии с характером музыки.
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>5</b>	
62.	Движения танца. Вращения.	1	Выполнять неторопливый танцевальный бег, вращения, поскоки с ноги на ногу, приседания, ритмичные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед.
63.	Движения танца. Приседания.	1	
64.	Движения танца. Прыжки.	1	
65.	Движения танца. Ритм.	1	
66.	<b>Мониторинг сформированности двигательных навыков.</b>	<b>1</b>	

## 2 КЛАСС

№	Наименование разделов, тем уроков	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
	<b>1 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>5</b>	
1.	Ходьба.	1	Знать правильное исходное положение. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Ходить вдоль стен.
2.	Ходьба с движениями.	1	
3.	Ходьба вдоль стен.	1	
4.	Бег.	1	
5.	Бег с движениями.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>	
6.	Общеразвивающие упражнения. Разучивание.	1	Выполнять разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания.
7.	Общеразвивающие упражнения. Выполнение.	1	
8.	Общеразвивающие упражнения с предметами. Разучивание.	1	
9.	Общеразвивающие упражнения с предметами. Выполнение.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>3</b>	
10.	Пальчиковая гимнастика. Разучивание движений ведущей рукой.	1	Выполнять движения руками, следовать инструкции.
11.	Пальчиковая гимнастика. Разучивание содружественных движений обеими руками.	1	
12.	Пальчиковая гимнастика. Разучивание оппозиционных движений обеими руками.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>4</b>	
13.	Игры под музыку. Разучивание.	1	Выполнять движения, слушать музыку.
14.	Игры под музыку. Выполнение.	1	Следовать правилам игры, выполнять движения в соответствии с музыкальным образом и ходом игры.
15.	Игры под музыку. Чередование образов и движений.	1	

16.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>2 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>	
17.	Ходьба вдоль стен. Повороты. Разучивание.	1	Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах.
18.	Ходьба вдоль стен. Повороты. Выполнение.	1	
19.	Бег. Техника безопасности.	1	Бегать, соблюдать правила.
20.	Бег с изменением темпа.	1	Бегать, соблюдая предложенный темп.
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>	
21.	Общеразвивающие упражнения. Разучивание.	1	Выполнять разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны. Выполнять наклоны туловища, сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку. Выполнять упражнения на выработку осанки.
22.	Общеразвивающие упражнения. Выполнение.	1	
23.	Общеразвивающие упражнения под музыку. Разучивание.	1	
24.	Общеразвивающие упражнения под музыку. Выполнение.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>2</b>	
25.	Пальчиковая гимнастика. Последовательные движения рук.	1	Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Выполнять противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.
26.	Пальчиковая гимнастика. Соподруженные движения рук.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>2</b>	
27.	Передача в движениях игровых образов. Разучивание.	1	Передавать в движениях игровой образ, следовать правилам игры, инсценировать доступные песни.
28.	Передача в движениях игровых образов. Выполнение.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>4</b>	
29.	Притопы. Разучивание.	1	Выполнять притопы, в том числе переменные, следовать ритму, музыке.
30.	Притопы. Выполнение.	1	
31.	Притопы переменные.	1	
32.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>3 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>20</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>	
33.	Перестроение в круг из шеренги. Разучивание.	1	Выполнять построение круга из шеренги и движения врассыпную.
34.	Перестроение в круг из шеренги. Выполнение.	1	
35.	Построение в круг из движения врассыпную. Разучивание.	1	
36.	Построение в круг из движения врассыпную. Выполнение.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>	
37.	Упражнения на координацию движений рук.	1	Выполнять координированные движения руками и ногами.
38.	Упражнения на координацию движений ног.	1	
39.	Упражнение на расслабление мышц рук.	1	Следовать инструкции, выполнять расслабляющие мышцы движения.
40.	Упражнение на расслабление мышц ног.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>4</b>	
41.	Отстукивание ритмических рисунков бубном. Разучивание.	1	Исполнять ритмических рисунков при помощи бубна и барабана.
42.	Отстукивание ритмических рисунков бубном. Выполнение.	1	

43.	Отстукивание ритмических рисунков на барабане. Разучивание.	1	
44.	Отстукивание ритмических рисунков на барабане. Выполнение.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>4</b>	
45.	Передача в движениях игровых образов. Разучивание.	1	Участвовать в играх с пением и речевым сопровождением. Инсценировать доступные песни. Выполнять посредством хлопков ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.
46.	Передача в движениях игровых образов. Выполнение.	1	
47.	Передача игровых образов посредством движения и речи.	1	
48.	Передача игровых образов посредством движений и пения.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>4</b>	
49.	Элементы пляски. Кружение.	1	Выполнять элементы пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой. Двигаться парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.
50.	Элементы пляски. Приседания.	1	
51.	Элементы пляски. Выставление ноги на пятку.	1	
52.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>4 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>	
53.	Построение в колонну по два. Разучивание.	1	Выполнять построение в колонну по двое. Выполнять во время ходьбы задания с предметами (собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место) и препятствиями (обходить, переступить).
54.	Построение в колонну по два. Выполнение.	1	
55.	Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Разучивание.	1	
56.	Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Выполнение.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>	
57.	Темпы музыки. Движения в заданном темпе. Разучивание.	1	Выполнять движения в соответствии с характером музыки, динамикой (громко, тихо, умеренно), регистрами (высокий, средний, низкий). Различать темповые, динамические и мелодические изменения музыки, подчинять движения этим изменениям.
58.	Темпы музыки. Движения в заданном темпе. Выполнение.	1	
59.	Темпы музыки. Движения при изменении темпа.	1	
60.	Темпы музыки. Выбор движений.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>2</b>	
61.	Передача в движениях игровых образов. Разучивание.	1	Играть в музыкальные игры, подражая образу. Соблюдать правила игры.
62.	Передача в движениях игровых образов. Выполнение.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>6</b>	
63.	Элементы русской пляски. Разучивание.	1	Выполнять движения в парах: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Выполнять основные движения местных народных танцев. Русский хоровод.
64.	Элементы русской пляски. Выполнение.	1	
65.	Элементы русской пляски. Выполнение движений в парах.	1	
66.	Хоровод. Разучивание движений.	1	
67.	Хоровод. Выполнение движений.	1	
68.	<b>Мониторинг сформированности навыков.</b>	<b>1</b>	

### 3 КЛАСС

№	Наименование разделов, тем уроков	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
	<b>1 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	

	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>	
1.	Перестроение из общего круга в колонну. Разучивание.	1	Ходить в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, держа ровно спину. Перестроение из одного круга в два. Выполнять движения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.
2.	Перестроение из общего круга в колонну. Выполнение.	1	
3.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Разучивание.	1	
4.	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Выполнение.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>5</b>	
5.	Общеразвивающие упражнения с наклонами.	1	Выполнять наклоны, повороты и круговые движения головы, движения рук в разных направлениях (отведение рук в стороны и скрещивание их перед). Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Соотносить движения с ритмом музыки.
6.	Общеразвивающие упражнения с поворотами.	1	
7.	Общеразвивающие упражнения с перемещением тела.	1	
8.	Общеразвивающие движения с предметами.	1	
9.	Общеразвивающие движения под музыку.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>4</b>	
10.	Пальчиковая гимнастика. Содружественные движения, в сопровождении заданного ритма.	1	Выполнять движения кистью (напряженные и свободные). Выполнять противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно, содружественные и оппозиционные движения.
11.	Пальчиковая гимнастика. Содружественные движения барабанными палочками.	1	
12.	Пальчиковая гимнастика. Оппозиционные движения рук. Разучивание.	1	
13.	Пальчиковая гимнастика. Оппозиционные движения рук. Выполнение.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>3</b>	
14.	Движения в сопровождении собственной речи.	1	Выполнять движения, сопровождаемые речью и пением.
15.	Движения в сопровождении собственного пения.	1	
16.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>2 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>	
17.	Ходьба вдоль стен. Различные виды ходьбы. Разучивание.	1	Ходить вдоль стен, выполнять перестроение в круг. Ориентироваться в направлении движений: вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнять четкие повороты на углах.
18.	Ходьба вдоль стен. Различные виды ходьбы. Выполнение.	1	
19.	Ходьба с перестроением в круг. Разучивание.	1	
20.	Ходьба с перестроением в круг. Выполнение.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>	
21.	Общеразвивающие упражнения для мышц рук и плечевого пояса.	1	Выполнять маховые движения. Выполнять упражнения на координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками).
22.	Общеразвивающие упражнения для мышц туловища и шеи.	1	
23.	Упражнения на координацию движений.	1	
24.	Упражнения на координацию движений с предметами.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>3</b>	
25.	Несюжетные игры под музыку.	1	Создавать музыкально-двигательный образ. Инсценировать доступные песни. Прохлопывать

26.	Сюжетные игры под музыку. Разучивание.	1	ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.
27.	Сюжетные игры под музыку. Выполнение.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>2</b>	
28.	Движения парами.	1	Выполнять движения в парах.
29.	Движения парами под музыку.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>3</b>	
30.	Пальчиковая гимнастика.	1	Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное).
31.	Пальчиковая гимнастика с предметами.	1	
32.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>3 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>20</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>		
33.	Построение в колонну.	1	Выполнять построение в колонну.
34.	Построение в колонну.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>6</b>	
35.	Упражнения на сложную координацию движений. Разучивание.	1	Выполнять маховые движения. Выполнять упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.
36.	Упражнения на сложную координацию движений. Выполнение.	1	
37.	Упражнения на сложную координацию движений с предметами. Разучивание.	1	
38.	Упражнения на сложную координацию движений с предметами. Выполнение.	1	
39.	Упражнения на выработку осанки. Разучивание.	1	
40.	Упражнения на выработку осанки. Выполнение.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>4</b>	
41.	Пальчиковая гимнастика.	1	Выполнять противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. Исполнять несложные ритмические рисунки на бубне и барабане.
42.	Отстукивание ритмических рисунков, используя бубен.	1	
43.	Отстукивание ритмических рисунков на барабане одной палочкой.	1	
44.	Отстукивание ритмических рисунков на барабане двумя палочками.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>3</b>	
45.	Передача в движениях игровых образов с использованием собственной речи.	1	Передавать игровые образы при помощи движений, сопровождая собственной речью и пением, в соответствии с речевым сопровождением и словами песни.
46.	Передача в движениях игровых образов с использованием собственного пения.	1	
47.	Передача в движениях игровых образов с опорой на речевое и музыкальное сопровождение.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>5</b>	
48.	Движение парами. Ходьба.	1	Двигаться парами, следуя инструкции.
49.	Движения парами. Прыжки.	1	
50.	Движения парами в заданном ритме.	1	
51.	Движения парами под музыку.	1	
52.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>4 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>2</b>	
53.	Построение в колонну по одному и два.	1	Выполнять построение в колонны по одному, два, три. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.
54.	Построение в колонну по три.	1	

			Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>3</b>	
55.	Упражнения с преимущественным вовлечением рук.	1	Разводить руки в стороны, раскачивать их перед собой, выполнять руками круговые движения, упражнения с лентами. Наклонять и поворачивать голову вперед, назад, в стороны, выполнять круговые движения. Наклонять туловище, сгибая и не сгибая колени. Наклонять и поворачивать туловище в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Поворачивать туловище с передачей предмета (флажки, мячи). Опускать и поднимать предметы перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставлять левую и правую ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Сгибать и разгибать ступни в положении стоя и сидя.
56.	Упражнения с преимущественным движением туловища.	1	
57.	Упражнения с преимущественным вовлечением ног.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>3</b>	
58.	Несюжетные игры под музыку. Выполнение.	1	Выразительно и эмоционально передавать в движениях игровые образы.
59.	Сюжетные игры под музыку. Разучивание.	1	
60.	Сюжетные игры под музыку. Выполнение.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>8</b>	
61.	Движения в парах.	1	Выполнять упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Упражнение в передаче игровых образов при инсценировке песен. Разучивание несложных мелодий. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. Танец.
62.	Движения в парах с предметами.	1	
63.	Движения парами.	1	
64.	Движения парами под музыку.	1	
65.	Элементы русской пляски. Шаг простой.	1	Выполнять движения в соответствии с предложенным ритмом.
66.	Элементы русской пляски. Шаг переменный и переменный с притопом.	1	
67.	Элементы русской пляски. Шаг переменный с каблука.	1	
68.	<b>Мониторинг сформированности навыков.</b>	<b>1</b>	

#### 4 КЛАСС

№	Наименование разделов, тем уроков	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
	<b>1 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>6</b>	
1.	Ходьба по центру зала в парах.	1	Ходить по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранять правильную дистанцию. Выполнять упражнение с предметами одной рукой, двумя руками одновременно. Знать правильное исходное положение. Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Переменные притопы. Приставной шаг.
2.	Ходьба по центру зала в заданном направлении.	1	
3.	Ходьба по центру зала в парах с предметами.	1	
4.	Ходьба по центру зала по инструкции.	1	
5.	Упражнения с предметами.	1	
6.	Упражнения с предметами в обеих руках.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>6</b>	
7.	Общеразвивающие упражнения для мышц шеи, рук и плечевого пояса. Разучивание.	1	Выполнять 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. Выполнять повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.
8.	Общеразвивающие упражнения для мышц шеи, рук и плечевого пояса. Выполнение.	1	
9.	Общеразвивающие упражнения для	1	

	мышц ног. Разучивание.		
10.	Общеразвивающие упражнения для мышц ног. Выполнение.	1	
11.	Общеразвивающие упражнения с хлопками. Разучивание.	1	
12.	Общеразвивающие упражнения с хлопками. Выполнение.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>4</b>	
13.	Передача в движениях игровых образов.	1	Играть в музыкальные игры с предметами. Прохлопывать ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.
14.	Передача в движениях игровых образов с использованием предметов.	1	
15.	Передача в движениях игровых образов с использованием звучащих предметов.	1	
16.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>2 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>	
17.	Упражнения на сохранение правильной дистанции во всех видах построений.	1	Ходить в парах, в колонне по середине зала. Строиться в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Сохранять дистанции в построениях.
18.	Упражнения на сохранение правильной дистанции в построениях парами.	1	
19.	Упражнения на сохранение правильной дистанции с использованием лент, обручей, скакалок.	1	
20.	Упражнения на сохранение правильной дистанции с использованием лент, обручей, скакалок под музыку.	1	
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>	
21.	Упражнения на координацию движений. Разучивание.	1	Выполнять разнообразные перекрестные движения. Встряхивать кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное).
22.	Упражнения на координацию движений. Выполнение.	1	
23.	Упражнения на координацию движений имитирующие. Разучивание.	1	
24.	Упражнения на координацию движений имитирующие. Выполнение.	1	
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>2</b>	
25.	Отстукивание ритмических рисунков с помощью бубна.	1	Исполнять несложные ритмические рисунки на бубне и барабане.
26.	Отстукивание ритмических рисунков на барабане.	1	
	<b>Игры под музыку</b>	<b>2</b>	
27.	Передача в движениях игровых образов без предметов.	1	Следовать предложенному музыкально-двигательному образу. Играть в музыкальные игры с предметами. Инсценировать доступные песни. Прохлопывать ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.
28.	Передача в движениях игровых образов с предметами.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>4</b>	
29.	Пружинистые движения. Разучивание.	1	Выполнять пружинистые движения, следовать инструкции.
30.	Пружинистые движения. Выполнение сериями.	1	
31.	Движения в парах.	1	Ходьба, бег, движения на месте.
32.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1	
	<b>3 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>20</b>	
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>2</b>	
33.	Построение круга из шеренги.	1	Строить круг. Выполнять во время ходьбы и бега задания с предметами: собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Музыкальные игры с предметами.
34.	Построение круга из движения в рассыпную.	1	

	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>8</b>		
35.	Упражнения на координацию движения статические.	1	Строиться из колонны парами в колонну по одному. Выполнять противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. Выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Выполнять упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Следовать инструкции.	
36.	Упражнения на координацию движения динамические.	1		
37.	Упражнения на выработку осанки в положении стоя.	1		
38.	Упражнения на выработку осанки в положении стоя на коленях.	1		
39.	Упражнения на выработку осанки в положении лёжа на животе.	1		
40.	Упражнения на выработку осанки в положении с предметами на голове.	1		
41.	Упражнения на передачу в движении ритмического рисунка. Разучивание.	1		
42.	Упражнения на передачу в движении ритмического рисунка. Выполнение.	1		
	<b>Игры под музыку</b>	<b>2</b>		
43.	Игровые движения под музыку.	1		Играть в игры с пением, речевым сопровождением.
44.	Игровые движения в сопровождении речи и пения.	1		
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>6</b>		
45.	Движения парами.	1	Разучивать несложные мелодии. Выполнять движения в парах. Следовать инструкции. Соблюдать ритмический рисунок музыкальных произведений.	
46.	Движения в парах.	1		
47.	Элементы русской пляски. Приседания.	1		
48.	Элементы русской пляски. Выставление ноги на пятку.	1		
49.	Элементы русской пляски. Выполнение серии движений. Разучивание.	1		
50.	Элементы русской пляски. Выполнение серии движений. Выполнение.	1		
	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>2</b>		
51.	Отстукивание ритмических рисунков с использованием звучащих предметов.	1	Использовать звучащие предметы для создания ритмического рисунка.	
52.	Контрольные испытания по видам упражнений.	1		
	<b>4 ЧЕТВЕРТЬ</b>	<b>16</b>		
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>	<b>4</b>		
53.	Построение круга из шеренги. Разучивание.	1	Строить круг из шеренги и из движения врассыпную. Выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.	
54.	Построение круга из шеренги. Выполнение.	1		
55.	Построение круга из движения врассыпную. Разучивание.	1		
56.	Построение круга из движения врассыпную. Выполнение.	1		
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	<b>4</b>		
57.	Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения. Разучивание.	1	Выполнять логоритмические упражнения. Следовать инструкции. Копировать движения. Учить наизусть, знать речевой материал.	
58.	Логоритмические упражнения без музыкального сопровождения. Выполнение.	1		
59.	Логоритмические упражнения в сопровождении собственной речи. Разучивание.	1		
60.	Логоритмические упражнения в сопровождении собственной речи. Выполнение.	1		

	<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>	<b>3</b>	
61.	Отстукивание ритмических рисунков бубном.	1	Исполнять несложные ритмические рисунки на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.
62.	Отстукивание ритмических рисунков на барабане.	1	
63.	Отстукивание ритмических рисунков предложенного музыкального произведения.	1	
	<b>Танцевальные упражнения</b>	<b>5</b>	
64.	Элементы народного танца. Шаги.	1	Знать и выполнять основные движения народного танца.
65.	Элементы народного танца. Тройной и переменный ход.	1	
66.	Элементы народного танца. Притоп.	1	
67.	Элементы народного танца. Серия элементов.	1	
68.	<b>Мониторинг сформированности двигательных навыков.</b>	<b>1</b>	