

Календарно – тематическое планирование коррекционного курса «Ритмика»

2 класс

Тема занятия	Количество часов	Планируемый результат
Упражнения на ориентировку в пространстве 10 часов		
1.1 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Повторение упражнений изученных в 1 классе.
1.2 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Построение в круг. Построение в линию. Построение в две линии.
1.3 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Построение из круга в две линии, построение в три линии, построение обратно из линий в одну колонну.
1.4 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Построение в два круга. Круговые перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов. Исполнение рисунка танца польки по кругу со сменой партнера.
1.5 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Исполнение движений в парах по кругу по линии танца, против линии танца. Танец – детская полька по линии и кругу, по-одному и в парах;
1.6 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	круговые перестроения в сочетании с танцевальными движениями и с использованием атрибутов “Хоровод с платочком”: “круг”, “змейка”, “круг”, “прочёс”.
1.7 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.

1.8 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	<p>Построения в шеренгу, перестроение в колонну.</p> <p>Построение в цепочку, перестроение в круг.</p> <p>Положение пар относительно центра круга: лицом к центру, стоя разноимёнными плечами партнёров, лицом по линии танца.</p> <p>Стоя разноимёнными плечами партнёров, лицом по линии танца; лицом друг к другу по линии танца.</p>
1.9 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	<p>Перемещение пар в изученных положениях по линии танца.</p> <p>Перемещение пар в изученных положениях против линии танца.</p> <p>Перемещение пар к центру и из центра.</p>
1.10 Упражнения на ориентировку в пространстве	1	<p>Построение в колонну по два.</p> <p>Перестроение из колонны парами в колонну по одному.</p> <p>Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.</p> <p>Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.</p>
Ритмико - гимнастические упражнения 8 часов		
2.1 Общеразвивающие упражнения.	1	<ul style="list-style-type: none"> - простые бытовые шаги на каждую четверть; - шаги на полупальцах; - шаги с вытянутого носка; - шаги на пятках; - сочетание шагов на пятках и носках;

		- шаги с высоко поднятыми коленями («цапля»);
2.2 Общеразвивающие упражнения.	1	<ul style="list-style-type: none"> - подъем на полупальцы и опускание на всю стопу по VI позиции; - приседания и выпрямление ног по VI, II и I позициям; - перенос веса тела с одной ноги на другую; - упражнения на развороты стоп из VI позиции в I (полувыворотную) поочередно правой и левой, затем одновременно двух стоп; - упражнения на устойчивость – «цапля». Подъем и опускание согнутой в колене ноги по VI позиции; - сгибание ноги с отведением голени назад (в дальнейшем выполняется с продвижением на легком беге); - шаг в сторону с приставкой (<i>раз-два</i>), два хлопка (<i>три-четыре</i>); - шаг вперед с приставкой (<i>раз-два</i>), два хлопка (<i>три-четыре</i>); - шаг в сторону и точка – удар носком об пол без переноса веса тела (<i>раз-два</i>); - шаг в сторону и кик – выброс свободной ноги по диагонали вперед накрест перед опорной ногой (<i>раз-два</i>);
2.3 Общеразвивающие упражнения.	1	<ul style="list-style-type: none"> - три шага в сторону и кик (<i>раз-два-три-четыре</i>); - три шага в сторону и тэп с хлопком (<i>раз-два-три-четыре</i>); - «пружинка» с шагом (<i>на затакт</i> – присесть, <i>раз</i> – шагнуть вправо, выпрямляя колени, <i>и</i> – присесть, <i>два</i> – приставить левую ногу к правой, выпрямляя колени); - прыжки по VI позиции в различном темпе и ритме; - прыжки трамплинные по I, II и VI позициям; - прыжки с согнутыми коленями по VI позиции; - бег с высоко поднятыми коленями («лошадки»); - бег с подниманием выпрямленных ног вперед и назад; - мелкий бег на полупальцах; - подскоки на месте с поворотом вправо, влево, перекаты стопы, выпады;

		<ul style="list-style-type: none"> - упражнения портерной гимнастики для стоп, развития растяжки, гибкости позвоночника с использованием стихов (логоритмики), - упражнения портерной гимнастики для развития гибкости: «книжка», «бабочка», «лодочка», «колечко», «мостик», «березка», «улитка»; - ход лицом и спиной, бег с подскоками, галоп лицом и спиной, в центр и со сменой ног.
2.4 Упражнения на координацию движений.	1	<p>Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук).</p> <p>Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.</p> <p>Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи).</p>
2.5 Упражнения на координацию движений.	1	Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.).
2.6 Упражнения на координацию движений.	1	Повороты на месте на 1\2 круга; Наклоны и повороты головы вперед, 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.
2.7 Упражнение на расслабление мышц.	1	Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).
2.8 Упражнение на расслабление мышц.	1	Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).
Игры под музыку 8 часов		

3.1 Игры под музыку.	1	Создание музыкально-двигательного образа «Я - герой любимой сказки». Каждый ученик представляет себя сказочным героем, изображая его в танце. Выявляются творческие возможности учащихся.
3.2 Игры под музыку.	1	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо) «Дождик», регистрами (высокий, средний, низкий) «Море»,
3.3 Игры под музыку.	1	Имитационные игры: «Кошки-мышки», «Зайцы-медведи». Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.
3.4 Игры под музыку.	1	Игры – путешествия: «Мы идем в зоопарк», «Морское путешествие». Имитационные игры: «Машинки», «Самолеты».
3.5 Игры под музыку.	1	Музыкальные игры с предметами «Песни о дружбе» - передача содержания песен детских песен из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки); Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
3.6 Игры под музыку.	1	Игры – путешествия: «Мы гуляем в лесу». «Братья наши меньшие» - выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов в популярных детских песнях. Музыкальные игры с предметами.
3.7 Игры под музыку.	1	Исполнение комбинаций по образцу знакомых движений: «Арам-зам-зам», «Буги-вуги», «Вперед 4 шага». Инсценирование доступных песен: «Паучок», «Тучка».
3.8 Игры под музыку.	1	Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений «Задорный перепляс». Игры с пением и речевым сопровождением «Калина».
Танцевальные упражнения 8 часов		
4.1 Танцевальные упражнения.	1	Повторение элементов танца по программе для 1 класса.
4.2 Танцевальные упражнения.	1	Тихая, настороженная ходьба. Высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег

4.3 Танцевальные упражнения.	1	Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.
4.4 Танцевальные упражнения.	1	Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг. Топающий шаг, выставление ноги на носок перед собой. Положения рук в народном танце: руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоче-. нившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек)
4.5 Танцевальные упражнения.	1	Танцевальные движения с атрибутами (мяч, султанчики, ленты на кольцах, плоские кольца, флажки, платочки). Равномерный бег с захлестом голени быстро и с замедлением легкие, равномерные, высокие прыжки; перескоки с ноги на ногу; простой танцевальный шаг, приставной шаг;
4.6 Танцевальные упражнения.	1	Работа над пластикой рук: пластика кистей, «волны» руками; «Поющие руки». Работа над пластикой тела: «волны» снизу вверх, сверху вниз, в плоскости, объёмные волны, горизонтальные, вертикальные.
4.7 Танцевальные упражнения.	1	Шаги польки: по линии, по-одному и в парах. Полька. Музыка Ю. Слонова. Танцевальные движения в парах с использованием пройденных ранее положений рук и сопутствующих движений.
4.8 Танцевальные упражнения.	1	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения русских народных танцев. Парная пляска. Чешская народная мелодия.

Знания и умения

- знать движения, выученные за год;
- знать названия движений и танцев;
- знать танцы, выученные за год;
- уметь координировать движения;
- уметь ориентироваться в танцевальном классе;
- уметь танцевать в заданном темпе