

Муниципальное специальное (коррекционное) образовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья специальная (коррекционная) начальная школа – детский сад №14 «Алёнушка» III – IV вида

Согласовано:

Зам. директора по УВР

 Т.Н.Коренькова

«28» 08 2015 г



Утверждаю:

Директор МС(К)ОУС(К)НШ-Д/С№14

 Т.Б.Ершова

«28» 08 2015 г

Приказ №  от 28.08.2015

Программа
по коррекционному курсу
«Ритмика»

КЫШТЫМ

Планируемые результаты освоения коррекционного курса

«Ритмика».

Таблица 1. Планируемые результаты освоения коррекционного курса «Ритмика».

1 класс		
<p>Личностные результаты:</p> <p>У слабовидящего ученика (вариант 4.1.) будут сформированы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – внутренняя позиция обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям; – эмоциональное ценностное отношение к искусству, физическим упражнениям; <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность для формирования:</p> <ul style="list-style-type: none"> – поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности; – эстетического вкуса, культуры. 		
Метапредметные результаты:		
Коммуникативные	Регулятивные	Познавательные
<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – координировать свои усилия с усилиями других; – задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций. <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – осуществлять оценку 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимать и принимать учебную цель и задачи; – в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; – накапливать представление о ритме, синхронном движении. – наблюдать за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формулировать цель деятельности при работе в паре; 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – решать творческие задачи, – искать, анализировать и интерпретировать информацию с помощью учителя. – готовиться к занятиям, – строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно; – под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне; – ходить свободным естественным шагом,

<p>собственного поведения и поведения партнёра на основе критериев заданных взрослым в совместной деятельности пары;</p> <ul style="list-style-type: none"> – вступать в диалог с партнером. 	<ul style="list-style-type: none"> – планировать действия в соответствии с поставленной задачей; 	<p>двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии; – выполнять игровые и плясовые движения; – выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; – начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; – соотносить темп движений с темпом музыкального произведения; 	
Предметные результаты (по тематическим разделам)		Виды деятельности	Организация проектной деятельности
Тематический раздел	Предметные результаты		
<p>Упражнения на ориентировку в пространстве</p>	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Выполнять правильное исходное положение. – Выполнять ходьбу и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка; – Перестраиваться в круг из шеренги, цепочки. – ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга; – выполнять простые движения с предметами во 		<p>Движение и передвижение. Построения и перестроения</p>

	время ходьбы.		
Ритмико-гимнастические упражнения	<p><i>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>выполнять общеразвивающие упражнения.</i> Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. – <i>выполнять упражнения на координацию движений.</i> Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом; отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. – <i>выполнять упражнения на расслабление мышц.</i> 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. 	Выполнение упражнений	

	Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).		
Игры под музыку	<p><i>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий); – Изменять направление и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д); – Выполнять имитационные упражнения и игры, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки; – Передавать притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. 	Игра	
Танцевальные упражнения	<p><i>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Выполнять бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах; – подпрыгивать на двух ногах; – выполнять прямой галоп, маховые движения рук; – исполнять элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. – Исполнять движения парами: бег, ходьба, кружение на 	Танец	

	<p>месте;</p> <ul style="list-style-type: none">– Водить хороводы в кругу, выполнять пляски с притопами, кружением, хлопками.– Танцы и пляски:– Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».– Скакалочка, современная мелодия.– Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.– Пляска с платочками, народная мелодия.– Пляска с притопами. Барыня – русская народная мелодия.		
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

2 класс

Личностные результаты:

У слабовидящего ученика (вариант 4.1.) будут сформированы:

- мотивация учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы
- любознательность
- интерес к новому содержанию и способам решения проблем,
- интерес к приобретению новых знаний и умений,
- мотивации достижения результата
- стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей;
- навыки творческой установки.
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.
- элементарные умения в проведении самоконтроля и самооценки результатов своей учебной деятельности по коррекционному курсу «Ритмика».

Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:

- на практическом уровне понимать значение полученных знаний в жизни человека и первоначальных умений решать практические задачи с использованием приобретённых знаний;
- ощущать потребность в проведении самоконтроля и в оценке результатов своей деятельности.

Метапредметные результаты:

Коммуникативные	Регулятивные	Познавательные
<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать собственную точку зрения, аргументируя её, при работе в паре; - определять цель совместной деятельности, учитывая коллективную точку зрения; - распределять функции и роли в совместной деятельности, учитывая 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формулировать цель деятельности при работе в паре; – планировать действия в соответствии с поставленной задачей; – осуществлять контроль по результату; – двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок; 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – находить необходимую информацию для решения поставленной задачи при работе в паре; – понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; – организованно строиться (быстро, точно); – сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

<p>интересы и возможности, при работе в паре;</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять оценку собственного поведения и поведения партнёра на основе критериев заданных взрослым в совместной деятельности пары; - вступать в диалог с партнером. <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - координировать свою позицию с учетом мнения партнера при работе в паре. 	<ul style="list-style-type: none"> – учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале; – планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; – самовыражаться в движении, танце. <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем; – преобразовывать практическую задачу в учебную; – самостоятельно оценивать правильность действий и вносить необходимые коррективы; – проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве. 	<ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; – правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок». <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – строить модели и схемы для решения задач при работе в паре;
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Коррекционные результаты (по тематическим разделам)		Виды деятельности	Организация проектной деятельности
Тематический раздел	Коррекционные результаты		
Упражнения на ориентировку в пространстве	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить вдоль стен с четкими поворотами в углах зала; – совершенствовать навыки ходьбы и бега; – строиться в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары; – строиться в колонну по два; – перестраиваться из колонны парами в колонну по одному; – выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. – строиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную. <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p>	Движение и передвижение. Построения и перестроения	
Ритмико-гимнастические упражнения	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>выполнять общеразвивающие упражнения.</i> Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. 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. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. 	<p>Выполнение упражнений укрепляющих, мышцы и суставы.</p> <p>Выполнение упражнений растягивающих мышцы тела.</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> – <i>выполнять упражнения на координацию движений.</i> Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). 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 поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. – <i>выполнять упражнения на расслабление мышц.</i> 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. 		
<p>Игры под музыку</p>	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится: выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий); выполнять упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении; выразительно исполнять в свободных плясках знакомые движения; выразительно и эмоционально передавать в движениях</p>		

	<p>игровые образы и содержание песен. Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться: самостоятельно создавать музыкально-двигательные образы; играть в танцевально-музыкальные игры с предметами; играть в игры с пением и речевым сопровождением. инсценировать доступные песни; прохлопывать ритмический рисунок, прозвучавшей мелодии.</p>		
Танцевальные упражнения	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится: выполнять тихую, настороженную ходьбу, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг; выполнять неторопливый танцевальный бег, стремительный бег; выполнять поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки; выполнять переменные притопы; выполнять прыжки с выбрасыванием ног вперед; исполнять элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится: двигаться парами: бег, ходьба с приседанием, кружится с продвижением. исполнять парную пляску под Чешскую народную мелодию. исполнять польку с хлопками.</p>	Танец, ходьба, бег, пляска.	

3 класс

Личностные результаты:

У слабовидящего ученика (вариант 4.1.) будут сформированы:

- самооценка, включая осознание своих возможностей, способность адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха;
- умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ;
- сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
- любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.
- умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:

- раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметные результаты:

Коммуникативные	Регулятивные	Познавательные
<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формулировать собственную точку зрения; – учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; – допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формулировать цель деятельности при работе в группе; – планировать действия в соответствии с поставленной задачей при работе в группе; – осуществлять контроль по результату при работе в группе; – проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве; – умение действовать по плану и планировать свою деятельность. – учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении; – рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги; – соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических

<p>позицию партнера в общении и взаимодействии;</p> <ul style="list-style-type: none"> – учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; – участвовать в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.; – - определять цель совместной деятельности, – учитывая точку зрения партнёров, при работе в группе; – - осуществлять оценку собственного поведения и поведения партнёра на основе критериев заданных взрослым в совместной деятельности группы; <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – учитывать в деятельности позиции других людей; – координировать свою позицию с учетом мнения партнера при работе в группе. 	<ul style="list-style-type: none"> – формулировать собственное мнение и позицию; – договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; – умение координировать свои усилия с усилиями других. <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – воплощать музыкальные образы при разучивании и исполнении танцевальных движений. – ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем; – преобразовывать практическую задачу в учебную при работе в группе; – самостоятельно оценивать правильность действий и вносить необходимые коррективы; 	<p>кругах;</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.; – передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – повторять любой ритм, заданный учителем; – задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Коррекционные результаты (по тематическим разделам)		Виды деятельности	Организация проектной деятельности
Тематический раздел	Предметные результаты		
Упражнения на ориентировку в пространстве	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ходить в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину; – строиться в колонны по три; – строиться из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад; – перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг; – выполнять движения с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах. 	<p>Движение и передвижение. Построения и перестроения</p>	
Ритмико-гимнастические упражнения	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>выполнять общеразвивающие упражнения.</i> 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 с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. 	<p>Выполнение упражнений</p>	

	<p>Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки;</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>выполнять упражнения на координацию движений.</i> Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). <p>Одновременноеотхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот;</p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>выполнять упражнения на расслабление мышц.</i> Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. 		
<p>Игры под музыку</p>	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – передавать движения частей музыкального произведения, чередовать музыкальные фразы; – передавать в движении динамического нарастания в 	<p>Игра</p>	

	<p>музыке, сильной доли такта;</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений; – исполнять движения более плавно, пружинисто, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца; – передавать в движениях развернутый сюжет музыкального рассказа; – сменять роли в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением. 		
Упражнения	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – повторять элементы танца по программе; – выполнять шаг на носках, шаг польки; – широкий, высокий бег; – сильные поскоки, боковой галоп; – исполнять элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением; – выполнять движения парами: боковой галоп, поскоки, основные движения народных танцев. 	Танец	

4 класс

Личностные результаты:

У слабовидящего ученика (вариант 4.1.) будут сформированы:

- волевые и нравственные качества при подготовке публичных выступлений (концерты и праздники); представления о физической и эстетической культуре личности и приемах самоконтроля и самоанализа;
- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания,
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели;
- навыки оказания бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов
- эстетические потребности, ценности и чувства;
- установка на безопасный, здоровый образ жизни.
- внутренняя позиция обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям.
- эмоционально- ценностное отношения к искусству, физическим упражнениям.
- эстетический вкус, культура
- навыки поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной инициативы.

Метапредметные результаты:

Коммуникативные	Регулятивные	Познавательные
<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формулировать собственную точку зрения с помощью учителя; – учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); – формулировать собственное мнение и позицию; – договариваться и приходить к общему решению в совместной 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формулировать цель деятельности с помощью учителя; – планировать действия в соответствии с поставленной задачей в сотрудничестве с учителем; – осуществлять контроль по результату в сотрудничестве с учителем; – уметь двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, – различать и точно передавать в движениях 	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; – организованно строиться (быстро, точно); – сохранять правильную дистанцию, интервалы в колонне парами; – самостоятельно определять нужное

<p>репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;</p> <ul style="list-style-type: none"> – умение координировать свои усилия с усилиями других. – определять цель – совместной деятельности – при помощи учителя; – Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться: – - учитывать в деятельности позиции других людей; – - координировать свою – позицию с учетом мнения – учителя. – -проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели; – -оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов 	<p>начало и окончание музыкальных фраз,</p> <ul style="list-style-type: none"> – передавать в движении простейший ритмический рисунок; – учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале; – планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; – уметь само выразиться в движении и танце. – оценивать работу товарища по заданным критериям с помощью учителя; – вносить коррективы в работу с помощью учителя. <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно оценивать правильность исполнения и вносить необходимые коррективы; – определять общие цели и пути её достижения; – умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; – осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; – готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; – научатся управлять своими эмоциями, взаимодействовать со сверстниками, владеть культурой общения, быть 	<p>направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</p> <ul style="list-style-type: none"> – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; – правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок». <p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) получит возможность научиться и понимать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – термины: определяющие характер музыки; связанные с различными перестроениями; – название различных танцевальных шагов – правую, левую стороны тела и пространства; – названия танцев, плясок, хороводов и различия между ними – действовать по образцу и по аналогии при выполнении упражнений; – технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в организации собственного досуга (моделировать танцевальные
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.	рисунки); – анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное и урочное время под руководством учителя и самостоятельно; – оценивать адекватно собственные физические и творческие возможности.
Коррекционные результаты (по тематическим разделам)		Виды деятельности
Тематический раздел	Предметные результаты	
Упражнения на ориентировку в пространстве. Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку. Танцевальные упражнения.	У слабовидящего ученика (вариант 4.1.) улучшится: <ul style="list-style-type: none"> – зрительно-двигательная и зрительно-пространственная ориентировка ребёнка; – научить ритмично, двигаться соотносить свои движения с темпом, ритмом, скоростью и плавностью музыки; – работать над снятием двигательной скованности детей и эмоционального зажима; – работа над нескоординированностью двигательных актов, их аритмичностью и гиподинамией – научить определять характер музыки; – нормализация мышечного тонуса, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти; – развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве; – развитие мелкой моторики; 	Перестроение и ориентирование в пространстве по словесной инструкции, схеме – плану; Движение по заданному рисунку танца с сохранением правильных интервалов и дистанции во всех видах построений с использованием предметов (лент, обручей, скакалок, флажков); Развитие динамической и статической координации Растягивание мышц и укрепление суставов тела, стретчинг, - общеразвивающие упражнения - упражнения на координацию движений. - упражнения на расслабление мышц. Игры-танцы, зримая песня, игровой

	<ul style="list-style-type: none"> – развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела; – развитие внимания; – формирование положительной мотивации. – разовьют умения в процессе двигательной активности выходить из затруднительного положения, вызванного психо-физическими нарушениями; – освоют индивидуальные комплексы упражнений лечебной и корригирующей гимнастики; – научатся формировать положительные мотивации; – научатся оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями. 	стретчинг.
Упражнения на ориентировку в пространстве	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – перестраиваться из колонны по одному в колонну по четыре – строиться в шахматном порядке. – перестраиваться из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их – перестраиваться из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели – ходить по диагонали, умение намечать диагональные линии. – определять точки зала – двигаться с сохранением правильных интервалов и дистанции во всех видах построений с использованием предметов (лент, обручей, скакалок, флажков) 	<p>Перестроение и ориентирование в пространстве по словесной инструкции, схеме – плану;</p> <p>Движение по заданному рисунку танца с сохранением правильных интервалов и дистанции во всех видах построений с использованием предметов (лент, обручей, скакалок, флажков);</p> <p>Координация. Ритмичность. Выразительность. Групповая работа и работа в парах.</p> <p>Развитие динамической и статической координации</p>

<p>Ритмико-гимнастические упражнения</p>	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>выполнять общеразвивающие упражнения.</i> Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. <p>- <i>выполнять упражнения на координацию движений.</i> 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. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами</p> 	<p>Растягивание мышц и укрепление суставов тела, стретчинг,</p> <ul style="list-style-type: none"> - общеразвивающие упражнения - упражнения на координацию движений. - упражнения на расслабление мышц.

	<p>(погремушками, бубном, барабаном).</p> <p>- выполнять упражнение 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).</p>	
Игры под музыку	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выполнять упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. – самостоятельно менять движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. <p>начинать движения после вступления мелодии. Получит навыки разучивания и придумывания новых вариантов танцевальных движений, их комбинирование. Играть в игры с пением, речевым сопровождением. - инсценировать музыкальных сказки, песни.</p>	Игры-танцы, зримая песня, игровой стретчинг.
Танцевальные упражнения	<p>Слабовидящий ученик (вариант 4.1.) научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; – различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; – отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в 	Координация. Ритмичность. Выразительность. Групповая работа и работа в парах.

	<p>соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <ul style="list-style-type: none">– различать основные характерные движения некоторых народных танцев.– исполнять разученные элементы плясок и танцев, упражнения на различение элементов народных танцев, пружинящий бег, поскоки и подскоки с продвижением назад (спиной), быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.– иметь представление о культуре разных народов	
--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Содержание коррекционного курса

Целью коррекционного курса является: компенсация нарушений опознавательного процесса зрительного восприятия в единстве с развитием танцевально - музыкально творческих способностей, стимуляция зрительной познавательной, творческой активности учащихся через освоения двигательной деятельности.

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное, эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности. Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические и нравственные качества полноценной личности, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших слабовидящих школьников(вариант 4.1.), коррекции познавательной, эмоционально-волевой, моторной, личностной сфер развитию эстетического чувства и художественного вкуса, развивать музыкальный слух и чувство ритма, всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала, происходит работа над общей и речевой моторикой, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом. Развивает необходимые для слабовидящих школьников (вариант 4.1.) навыки: пространственную ориентировку и координацию движений.

В основу занятий положены следующие зрительные задачи:

- совмещение зрительного и слухового образов,
- употребление цветов, тренирующих сетчатку,
- развитие слуховой и пространственной ориентировки, глазомерной оценки протяженности

- формирование у детей бинокулярного зрения,
- укрепление мышц глаз и развитие прослеживающих функций.

Программа по ритмике состоит из четырёх разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения». Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

Упражнение на ориентировку в пространстве. Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве. Тренинг проводится в начале занятия, выступая в роли организационного момента. Эти упражнения включают гимнастическую ходьбу, легкий бег. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для формирования рефлекса правильной осанки, исправления таких недостатков, как плоскостопие, косолапость, шаркающая походка т.д. В этот раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нём. Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. помогают развивать ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

Ритмико-гимнастические упражнения. Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков, координации движений. Основная цель данных упражнений — научить детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. В этот раздел входят упражнения для развития гибкости и подвижности рук, ног, тела. Большое внимание уделяется пластическому тренингу, который служит в качестве общего тренажа взамен резких тренирующих элементов и используется как метод релаксации. Ритмико-гимнастические упражнения включают в себя три подраздела: общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц.

Общеразвивающие упражнения: круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. 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. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение 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).

Игры под музыку. Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. П. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать). После того, как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен. Обучению детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков чёткого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Танцевальные упражнения. Исполнение элементов плясок и танцев. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев. Диско-танцы: «Танец цветов», «Полька», «Вару-вару», «Стирка», «Полонез». Круговой галоп. Венгерская народная мелодия, Кадриль. Русская народная мелодия. Бульба. Белорусская народная мелодия. Музыка Р. Глиэра Грузинский танец «Лезгинка».

Танцевальные упражнения. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений. Танцевальные упражнения оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окраска, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. Задания этого раздела носят не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменный шаг,

присядка и др.). Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций.

Учащиеся должны уметь:

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Программа по ритмике для 1, 2, 3, 4 классов рассчитана на 33, 34, 34, 34 часа в год (1 часу в неделю) и распределена по четвертям следующим образом: на каждом уроке осуществляется работа по всем четырём разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Коррекционный курс направлен на преодоление трудностей в ориентации в пространстве и предупреждение у детей нарушений в развитии, что обеспечивает личностный рост каждого обучающегося. Данный курс поможет слабовидящим ученикам почувствовать себя гораздо увереннее, у них появится потребность в здоровом образе жизни и его пропаганде среди сверстников. Устанавливая на занятиях

эмоциональные контакты при работе в парах и группах, позволит учащимся научиться выстраивать коммуникативные отношения со сверстниками и взрослыми, что необходимо для их социального развития.

Содержание коррекционного курса тесно связано со школьными программами по математике, окружающему миру, рисованию и труду.

Взаимосвязь программы с образовательными областями.

Образовательная область	Содержание
Окружающий мир	<ul style="list-style-type: none"> – Игровые танцевальные этюды в подражание движениям животным, птиц, рыб, явлений природы и т.д. – Язык тела в танце: пантомима, инсценирование, творческие ситуации, танцевальный тренинг. – Времена года в танцевальных композициях.
Физическая культура	<ul style="list-style-type: none"> – Понятие «Здоровый образ жизни»: часы общения, беседы, музыкально — ритмические упражнения и игры, гимнастические тесты, комплекс упражнений ритмической гимнастики. – Особенности строения человеческого тела: гибкий скелет, устройство ступней ног, кистей рук, шеи и т.д. – Условия, обеспечивающие равновесие и устойчивость положения тела в танце: правильная осанка, постановка корпуса, специальные тренинги танцора. – Понятие о предельных физических нагрузках в период репетиции: учитывать физическую нагрузку детей, не допускать перенапряжения мышц, учить детей правильно дышать при выполнении упражнений и исполнении танцев.
Технология	<ul style="list-style-type: none"> – Понятие о тренинге танцора: классический экзерсис, народно — характерный экзерсис, тренаж на современную пластику, комплекс ритмической гимнастики. – Освоение специальных упражнений на выработку выносливости, силы, ловкости. Выразительности поз и танцевальных фигур: разминка, освоение шага, экзерсис, прыжки, партерная гимнастика, освоение танцевальных элементов, движений и комбинаций. – Изучение народных, историко-бытовых, бальных и современных танцев. – Постановка танцевальных номеров, на основе изученного материала. – Подготовка самостоятельных творческих работ: танцевальные композиции по выбранной теме.
Искусство	<ul style="list-style-type: none"> – Беседы о хореографическом искусстве, просмотр фрагментов балетов, концертных выступлений и т.д. – Посещение выступлений танцевальных коллективов, ансамблей песни и пляски, балетов и т.д.
Математика	<ul style="list-style-type: none"> – Понятие о симметрии, ритме, темпе, размере и других музыкальных характеристиках, необходимых для исполнительского мастерства танцора. – Различные построения и перестроения, рисунок танца, условные точки танцевального зала. – Ракурсы, повороты, танцевальные позы, движения с расчетом высоты, разворота, подъема и т.д.

Таблица Тематическое планирование 1 класс

Темы занятий	Количество часов	Предполагаемый результат
«Упражнения на ориентировку в пространстве»	9	Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.
«Ритмико-гимнастические упражнения»	8	<p><i>Общеразвивающие упражнения.</i> Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.</p> <p><i>Упражнения на координацию движений.</i> Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.</p> <p>Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.</p> <p><i>Упражнение на расслабление мышц.</i> 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).</p>
«Игры под музыку»	8	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных раздражителях (образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.
«Танцевальные»	8	Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на

упражнения»		<p>полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.</p> <p>Танцы и пляски</p> <p>Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».</p> <p>Стукалка. Украинская народная мелодия.</p> <p>Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.</p> <p>Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.</p> <p>Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.</p>
-------------	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Таблица Тематическое планирование 2 класс

Темы занятий	Количество часов	Предполагаемый результат
«Упражнения на ориентировку в пространстве»	10	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения враспынную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.
«Ритмико-гимнастические упражнения»	8	<p><i>Общеразвивающие упражнения.</i> Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. 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. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колени ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.</p> <p><i>Упражнения на координацию движений.</i> Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). 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 поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.</p> <p><i>Упражнения на расслабление мышц.</i> 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).</p>
«Игры под музыку»	8	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

«Танцевальные упражнения»	8	<p>Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; 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).</p> <p>Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.</p>
---------------------------	---	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Таблица Тематическое планирование 3 класс

Темы занятий	Количество часов	Предполагаемый результат
«Упражнения на ориентировку в пространстве»	10	<p>Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.</p> <p>Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.</p>
«Ритмико-гимнастические упражнения»	8	<p><i>Общеразвивающие упражнения.</i> 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 с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.</p> <p><i>Упражнения на координацию движений.</i> Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками).</p> <p>Одновременноеотхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.</p> <p><i>Упражнения на расслабление мышц.</i> Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.</p>
«Игры под музыку»	8	<p>Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа.</p>

		Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.
«Танцевальные упражнения»	8	Повторение элементов танца по программе 3 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные прыжки, 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, прыжки. Основные движения народных танцев.

Таблица Тематическое планирование 4 класс

Темы занятий	Количество часов	Предполагаемый результат
«Упражнения на ориентировку в пространстве»	10	<p>Уметь перестраиваться из колонны по одному в колонну по четыре строиться в шахматном порядке.</p> <p>перестраиваться из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их</p> <p>перестраиваться из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели</p> <p>ходить по диагонали, умение намечать диагональные линии,</p> <p>определять точки зала,</p> <p>двигаться с сохранением правильных интервалов и дистанции во всех видах построений с использованием предметов (лент, обручей, скакалок, флажков)</p>
«Ритмико-гимнастические упражнения»	8	<p><i>Выполнять общеразвивающие упражнения.</i> Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.</p> <p><i>Выполнять упражнения на координацию движений.</i> 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. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).</p> <p><i>Выполнять упражнение на расслабление мышц.</i> 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).</p>
«Игры под музыку»	8	<p>Научится выполнять упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. ;</p> <p>самостоятельно менять движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Начинать движения после вступления мелодии. Получит навыки разучивания и придумывания новых вариантов танцевальных движений, их комбинирование. Играть в игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировать музыкальных сказки, песни.</p>
«Танцевальные упражнения»	8	<p>Научится исполнять разученные элементы плясок и танцев. Выполнять упражнения на различение элементов народных танцев. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Научится: правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; различать основные характерные движения некоторых народных танцев.</p>

