**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

 **«Староуткинская средняя общеобразовательная школа №13»**

Приложение к адаптированной основной

образовательной программе

 начального общего образования

 (для детей с умственной отсталостью),

утвержденной приказом

 от 01. 09. 2014 г. № 59-01.10

 утверждено приказом от

 31.08.2020 г. № 100-01.10

**Рабочая программа**

**общего образования для детей**

 **с ОВЗ (умственной отсталостью)**

**по предмету « Ритмика»**

 **5 - 9 класс**

**ФГОС**

 **Староуткинск 2020**

 **Планируемые результаты**

Осуществление коррекции недостатков психического и физического развития средствами музыкально-ритмической деятельности умственно отсталых детей. Использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

**Задачи курса:**

* способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности
* ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;
* исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
* развивать у учащихся речь, художественный вкус,
* укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

*Физкультура*. Формирование и совершенствование двигательных умений, воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, смелости, навыков культурного поведения.

*Музыка и пение.* Умение слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивать способность переживать содержание музыкального образа. Движения под музыку оказывают не только коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создает благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Межпредметные связи в учебном процессе обеспечивают лучшее понимание школьниками изучаемого материала.

**Содержание учебного предмета**

 **5 класс**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения*. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

*Упражнения на координацию движений*. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

*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 поднимание 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.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**Игры под музыку**

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**Содержание учебного предмета**

**6 класс**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения*. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

*Упражнения на координацию движений*. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

*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 поднимание 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.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**Содержание учебного предмета**

**7 класс**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения*. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

*Упражнения на координацию движений*. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

*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 поднимание 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.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**Содержание учебного предмета**

**8 класс**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения*. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

*Упражнения на координацию движений*. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

*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 поднимание 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.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**9 класс**

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

**УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

**РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения*. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

*Упражнения на координацию движений*. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация *Упражнения на расслабление мышц*. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и 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.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

**ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**Тематическое планирование**

**5 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | Тема урока | Содержание  |
| 1 | Инструкция Т/Б, теория, ритм | Т.БТеоретические сведения.Понятие о ритме движения и музыки. |
| 2 | Разновидности ходьбы | Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3. |
| 3 | Упражнения под музыку | Упражнения на связь движений с музыкой.Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге. |
| 4 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики1.Без предметов.2.Короткой скакалкой. |
| 5 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики1.Короткой скакалкой.2.Гимнастической палкой. |
| 6 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.1.Полуприседания.2.Упражнения для ступни. |
| 7 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1.Чижи в клетке.2.Кот и мыши. |
| 8 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики1.Короткой скакалкой.2.Гимнастической палкой. |
| 9 | Теория | Теоретические сведения.Что такое музыкальная речь. |
| 10 | Разновидности ходьбы | Специальные ритмические упражнения.Ходьба с проговариванием слов и с хлопками. |
| 11 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.1.Короткой скакалкой. |
| 12 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.1.Гимнастической палкой. |
| 13 | Танцевальные упражнения | Подготовительные упражнения к танцам.1.Выставление ноги на носок. |
| 14 | Элементы танцев | Элементы танцев.«Наездники» (прямой галоп). |
| 15 | Танцы | Танцы (с различным темпом музыки)Круговой галоп. |
| 16 | Музыкальные игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1.Салки, руки на стену. |
| 17 | Музыкальные игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.Два Мороза. |
| 18 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики1.Короткой скакалкой.2.Гимнастической палкой. |
| 19 | Теория | Теоретические сведения.Понятие о фразе и предложении в музыке. |
| 20 | Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). |
| 21 | Связь упражнения с музыкой | Упражнение на связь движений с музыкой.Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы |
| 22 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.1.Без предметов.2.С мячом. |
| 23 | Элементы танцев | Элементы танцев.1.Хороводный шаг.2.Шаг польки. |
| 24 | Танцы | Танцы.«Травушка-муравушка». «Полька». |
| 25 | Игры | Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры.1. «Пустое место».2. «Мяч в воздухе»1. «Отбивай мяч».2. «Вороны и воробьи». |
| 26 | Теория | Теоретические сведения.Что такое ритмический рисунок. |
| 27 | Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. |
| 28 | Ритмические упражнения | Упражнения ритмической гимнастики.1.Гимнастической палкой. |
| 29 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов. |
| 30 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.1.Вставание на полупальцы. |
| 31 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцамПовторные три притопа. |
| 32 | Танцы | Танцы.«Полька», «Травушка-муравушка» |
| 33 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1 «Космонавты». |
| 34 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.2. «Лиса и куры».3. «Охотники и утки» |

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №урока | Тема урока |  Содержание  |
| 1 | Инструктаж по Т/Б, теория | Т.БТеоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки. |
| 2 | Ритмические упражнения | Упражнения ритмической гимнастики1.Короткой скакалкой.2.Гнастимической палкой. |
| 3 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). |
| 4 | Танцы | Танцы.«Травушка-муравушка». «Полька». |
| 5 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики1.Короткой скакалкой.2.Гимнастической палкой. |
| 6 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.1.Полуприседания.2.Упражнения для ступни. |
| 7 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1.Чижи в клетке.2.Кот и мыши. |
| 8 | Ритмические упражнения | Упражнения ритмической гимнастики1.Без предметов.2.Короткой скакалкой. |
| 9 | Теория | Теоретические сведения.Что такое музыкальная речь. |
| 10 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Ходьба с проговариванием слов и с хлопками. |
| 11 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.1.Короткой скакалкой. |
| 12 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.1.Гимнастической палкой. |
| 13 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.1.Выставление ноги на носок. |
| 14 | Элементы танцев | Элементы танцев.«Наездники» (прямой галоп). |
| 15 | Танцы | Танцы.Круговой галоп. |
| 16 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1.Салки, руки на стену. |
| 17 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два мороза |
| 18 | Ритмические упражнения | Упражнения ритмической гимнастики1.Короткой скакалкой.2.Гимнастической палкой. |
| 19 | Теория | Теоретические сведения.Понятие о фразе и предложении в музыке. |
| 20 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов). |
| 21 | Связь упражнений с музыкой | Упражнение на связь движений с музыкой.Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы. |
| 22 | Ритмические упражнения | Упражнения ритмической гимнастики.1.Без предметов.2.С мячом. |
| 23 | Элементы танцев | Элементы танцев.1.Хороводный шаг.2.Шаг польки. |
| 24 | Танцы | Танцы.«Травушка-муравушка». «Полька». |
| 25 | Игры | Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры.1. «Пустое место».2. «Мяч в воздухе»1. «Отбивай мяч».2. «Вороны и воробьи». |
| 26 | Теория | Теоретические сведения.Что такое ритмический рисунок. |
| 27 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. |
| 28 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.1.Гимнастической палкой. |
| 29 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов. |
| 30 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.1.Вставание на полупальцы.Работа у станка. |
| 31 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцамПовторные три притопа. |
| 32 | Танцы | Танцы.«Полька», «Травушка-муравушка» |
| 33 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1.«Космонавты». |
| 34 | Игры | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.2.«Лиса и куры».3.«Охотники и утки» |

**7 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | Тема урока |  Содержание  |
| 1 | Инструктаж по Т/Б, игра | Т.БДыхательные и релаксирующие упражненияИгра «Я знаю пять названий». |
| 2 | Ритмические движения | Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»Марш по периметру зала |
| 3 | Ритм | Пляска с платочкомИгра «Ищи игрушку»Прохлопывание ритма песен |
| 4 | Ритмические упражнения | Ритмико-гимнастические упражненияИгра «Поехали – поехали» (повторение).Разучивание игры «День-ночь». |
| 5 | Игры | Релаксирующие упражнения.Подвижные игры с мячом.«Великаны и гномы» |
| 6 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с мячом.Игра «Секретное задание».Подготовительные упражнения к танцам.Выставление ноги на носок. |
| 7 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с мячомИгра «Я знаю пять названий». |
| 8 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с скакалкой.Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки» |
| 9 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с гимнастической палкой.Игра «Одиннадцать». |
| 10 | Релаксация, игры | Релаксирующие упражнения.Подвижные игры с мячом. |
| 11 | Инсценировка песни | Инсценировка песни.Маршировка и пение.Марш по периметру зала, отработка поворотов |
| 12 | Маршевый шаг | Отработка маршевого шага.Упражнения на координацию движений. |
| 13 | Игры | Игра «Соседи».Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру». |
| 14 | Игры | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Пустое место».Игра «Я знаю пять названий». |
| 15 | Игры | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Мяч в воздухе»Игра: «Холодно-горячо» |
| 16 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Космонавты».«Охотники и утки» |
| 17 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Два Мороза»«Отбивай мяч». |
| 18 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Лиса и куры».«Вороны и воробьи».Упражнения на координацию движенийДвижения в парах. |
| 19 | Упражнения к5 танцам | Подготовительные упражнения к танцамПовторные три притопа.Танец. «Полька». |
| 20 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.Вставание на полу пальцы.Танец. «Полька». |
| 21 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов.Игра «Покажи жестами»Дыхательные и релаксирующие упражнения |
| 22 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Гимнастической палкой. |
| 23 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. |
| 24 | Теория, игры | Теоретические сведения.Что такое ритмический рисунок.Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Вороны и воробьи».«Наездники» (прямой галоп). |
| 25 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Пустое место». «Мяч в воздухе»Танцы. Круговой галоп. |
| 26 | Танцы | Танец. «Травушка-муравушка». Игра «Отбивай мяч».Марш с перестроением в колонну подвое. |
| 27 | Элементы танцев. Ритмическая гимнастика | Элемент танца.«Шаг польки».Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов.Разучивание музыкальной игры «Лава та» |
| 28 | Элементы танца | Элемент танца. «Хороводный шаг»Упражнения ритмической гимнастики.С мячом. |
| 29 | Связь движений с музыкой | Упражнение на связь движений с музыкой.Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.Игра «Догадайся! Что это?» |
| 30 | Спец. ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).Игры «Через границу». |
| 31 |  Элементы танца | Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбыИгра «Покажи жестами»(пантомима)Игра «Я знаю пять названий» |
| 32 | Маршевый шаг, игры | Отработка маршевого шага.Упражнения с мячом в кругИгра «Кошки-мышки» |
| 33 | Маршевый шаг, игры | Отработка маршевого шага.Маршировка и пение.Игра «Одиннадцать». |
| 34 | Игры | Упражнения с мячом в кругИгра «Кошки-мышки»Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Лиса и куры» |

  **8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  урока | Тема урока | Содержание  |
| 1 | Инструктаж по Т/Б, игра | Т.БДыхательные и релаксирующие упражненияИгра «Я знаю пять названий». |
| 2 | Ритмические движения | Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»Марш по периметру зала |
| 3 | Ритм | Пляска с платочкомИгра «Ищи игрушку»Прохлопывание ритма песен |
| 4 | Ритмические движения | Ритмико-гимнастические упражненияИгра «Поехали – поехали» (повторение).Разучивание игры «День-ночь». |
| 5 | Релаксация, игры | Релаксирующие упражнения.Подвижные игры с мячом.«Великаны и гномы» |
| 6 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с мячом.Игра «Секретное задание».Подготовительные упражнения к танцам.Выставление ноги на носок. |
| 7 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с мячомИгра «Я знаю пять названий». |
| 8 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с скакалкой.Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки» |
| 9 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с гимнастической палкой.Игра «Одиннадцать». |
| 10 | Релаксация, игры | Релаксирующие упражнения.Подвижные игры с мячом. |
| 11 | Инсценировка песни | Инсценировка песни.Маршировка и пение.Марш по периметру зала, отработка поворотов (повторение). |
| 12 | Маршевый шаг | Отработка маршевого шага.Упражнения на координацию движений. |
| 13 | Игры | Игра «Соседи».Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру». |
| 14 | Игры | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Пустое место».Игра «Я знаю пять названий». |
| 15 | Игры | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Мяч в воздухе»Игра: «Холодно-горячо» |
| 16 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Космонавты».«Охотники и утки» |
| 17 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Два Мороза»«Отбивай мяч». |
| 18 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Лиса и куры».«Вороны и воробьи».Упражнения на координацию движенийДвижения в парах. |
| 19 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцамПовторные три притопа.Танец. «Полька». (повторение). |
| 20 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.Вставание на полу пальцы.Танец. «Полька». (повторение). |
| 21 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов.Игра «Покажи жестами»Дыхательные и релаксирующие упражнения |
| 22 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Гимнастической палкой. |
| 23 | Спец. Ритмическая гимнастика | Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. |
| 24 | Теория, игры | Теоретические сведения.Что такое ритмический рисунок.Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Вороны и воробьи».«Наездники» (прямой галоп). |
| 25 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Пустое место». «Мяч в воздухе»Танцы. Круговой галоп. |
| 26 | Танцы | Танец. «Травушка-муравушка». Игра «Отбивай мяч».Марш с перестроением в колонну подвое. |
| 27 | Элементы танцев | Элемент танца.«Шаг польки».Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов.Разучивание музыкальной игры «Лава та» |
| 28 | Элементы танцев | Элемент танца. «Хороводный шаг»Упражнения ритмической гимнастики.С мячом. |
| 29 | Связь движений с музыкой | Упражнение на связь движений с музыкой.Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.Игра «Догадайся! Что это?» |
| 30 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).Игры «Через границу». |
| 31 | Элементы танца | Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбыИгра «Покажи жестами»(пантомима)Игра «Я знаю пять названий» |
| 32 | Маршевый шаг, игры | Отработка маршевого шага.Упражнения с мячом в кругИгра «Кошки-мышки» |
| 33 | Маршевый шаг, игры | Отработка маршевого шага.Маршировка и пение.Игра «Одиннадцать». |
| 34 | Игры | Упражнения с мячом в кругИгра «Кошки-мышки»Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Лиса и куры» |

**9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | Тема урока | Содержание  |
| 1 | Инструктаж по Т/Б, игра | Т.БДыхательные и релаксирующие упражненияИгра «Я знаю пять названий». |
| 2 | Музыкально-ритмические движения | Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»Марш по периметру зала |
| 3 | Ритм | Пляска с платочкомИгра «Ищи игрушку»Прохлопывание ритма песен |
| 4 | Ритмические упражнения | Ритмико-гимнастические упражненияИгра «Поехали – поехали» (повторение).Разучивание игры «День-ночь». |
| 5 | Релаксация, игры | Релаксирующие упражнения.Подвижные игры с мячом.«Великаны и гномы» |
| 6 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с мячом.Игра «Секретное задание».Подготовительные упражнения к танцам.Выставление ноги на носок. |
| 7 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с мячомИгра «Я знаю пять названий». |
| 8 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с скакалкой.Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки» |
| 9 | Ритмические упражнения | Ритмические упражнения с гимнастической палкой.Игра «Одиннадцать». |
| 10 | Релаксация, игры | Релаксирующие упражнения.Подвижные игры с мячом. |
| 11 | Инсценировка песни | Инсценировка песни.Маршировка и пение.Марш по периметру зала, отработка поворотов (повторение). |
| 12 | Маршевый шаг | Отработка маршевого шага.Упражнения на координацию движений. |
| 13 | Игры | Игра «Соседи».Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру». |
| 14 | Игры | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Пустое место».Игра «Я знаю пять названий». |
| 15 | Игры | Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра.«Мяч в воздухе»Игра: «Холодно-горячо» |
| 16 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Космонавты».«Охотники и утки» |
| 17 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Два Мороза»«Отбивай мяч». |
| 18 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Лиса и куры».«Вороны и воробьи».Упражнения на координацию движенийДвижения в парах. |
| 19 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцамПовторные три притопа.Танец. «Полька». (повторение). |
| 20 | Упражнения к танцам | Подготовительные упражнения к танцам.Вставание на полу пальцы.Танец. «Полька». (повторение). |
| 21 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов.Игра «Покажи жестами»Дыхательные и релаксирующие упражнения |
| 22 | Ритмическая гимнастика | Упражнения ритмической гимнастики.Гимнастической палкой. |
| 23 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. |
| 24 | Теория, игры | Теоретические сведения.Что такое ритмический рисунок.Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Вороны и воробьи».«Наездники» (прямой галоп). |
| 25 | Игры | Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Пустое место». «Мяч в воздухе»Танцы. Круговой галоп. |
| 26 | Танец. Марш с перестроением | Танец. «Травушка-муравушка». Игра «Отбивай мяч».Марш с перестроением в колонну подвое. |
| 27 | Элементы танца, игра | Элемент танца.«Шаг польки».Упражнения ритмической гимнастики.Без предметов.Разучивание музыкальной игры «Лава та» |
| 28 | Элементы танца. Ритмическая гимнастика | Элемент танца. «Хороводный шаг»Упражнения ритмической гимнастики.С мячом. |
| 29 | Связь движений с музыкой | Упражнение на связь движений с музыкой.Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.Игра «Догадайся! Что это?» |
| 30 | Спец. Ритмические упражнения | Специальные ритмические упражнения.Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).Игры «Через границу». |
| 31 | Элементы танца, игры | Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбыИгра «Покажи жестами»(пантомима)Игра «Я знаю пять названий» |
| 32 | Маршевый шаг | Отработка маршевого шага.Упражнения с мячом в кругИгра «Кошки-мышки» |
| 33 | Маршевый шаг | Отработка маршевого шага.Маршировка и пение.Игра «Одиннадцать». |
| 34 | Игры | Упражнения с мячом в кругИгра «Кошки-мышки»Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра.«Лиса и куры» |