

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №19»

«РАССМОТРЕНО»  на заседании ШМО начальных классов Руководитель: 	«СОГЛАСОВАНО» Заместитель директора МКОУ «СОШ №19» 	«РЕКОМЕНДОВАНО К ПРИНЯТИЮ» На педагогическом совете МКОУ «СОШ №19» Протокол № <u>11</u> от <u>22.08.19</u>	«УТВЕРЖДАЮ» И. О. Директора «МКОУ СОШ №19»  Ю. В. Андреева 
---	---	--	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

для обучающихся 3 класса (вариант 1) в условиях реализации  
ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)

**РИТМИКА**

на 2019- 2020 учебный год

Учителя: Мишкина Т. А.

Новомосковск, 2019

## пояснительная записка

Адаптированная образовательная программа по ритмике составлена на основе учебного плана МКОУ «Средняя общеобразовательная школа № 19» г. Новомосковск

- авторской учебной программы А. А. Айдарбекова «Ритмика» 3класс, (сборник программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида - подготовительный,
- 1-4 классы под ред. В. В. Воронковой, Москва, «Просвещение», 2010 г., для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы,

Данная программа разработана на основе следующих документов:

- Закон РФ «Об образовании».
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 года №373),
- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 12 2014 г. №1599.

Целью данной программы является:

необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с ОВЗ средствами музыкально-ритмической деятельности

На уроках ритмики ставятся следующие основные задачи:

общее развитие младших обучающихся;  
исправление недостатков физического развития;  
общей и речевой моторики;  
эмоционально-волевой сферы;  
воспитание положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма),  
эстетическое воспитание.

## II. Общая характеристика учебного предмета

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

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 обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

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.

Движения под музыку не только 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 окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. 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.

Программа по ритмике состоит из следующих разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

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

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти 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.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить детей с ОВЗ согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить обучающихся 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).

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. 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.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и

познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Авторская программа модифицирована в связи с отсутствием необходимого оборудования (детские музыкальные инструменты). Из раздела «Упражнения с детскими музыкальными инструментами», используются некоторые элементы такие как: движение кистей рук в разных направлениях, поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки, противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке, отведение и приведение пальцев одной руки и обеих, выделение пальцев рук. А так же танцы :Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса. Украинская пляска «Коло». Украинская народная мелодия. Парная пляска. Чешская народная мелодия. Пляска мальчиков «Чеботуха». Русская народная мелодия . Танец с хлопками. Карельская народная мелодия заменены на танцы : « Здравствуй – это я!» , « Чебурашка» , « Лошадка» , « Строжак» , « Сороконожка» , « Берлинская полька» с учетом психофизических особенностей обучающихся 3 класса

### **III. Место учебного предмета в учебном плане**

На коррекционный курс «Ритмика» учебным планом МКОУ «Средняя общеобразовательная школа № 19» г.Новомосковск отводится 34 часа (1 ч в неделю, 34 учеб. недели).

I четверть - 9 часов

II четверть - 7 часов

III четверть - 10 часов

IV четверть - 8 часов

### **IV. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

#### **Личностные результаты:**

ценить и принимать следующие базовые ценности «добро», «природа», «семья»;  
воспитывать уважение к своей семье, любовь к родителям;  
освоить роль обучающегося;  
оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо);  
формировать представления о здоровом образе жизни: элементарные гигиенические навыки; охранительные режимные моменты (пальчиковая гимнастика, физ. минутка).  
проявлять интерес к занятиям ритмикой;  
развивать воображение, желание и умение подходить к любой своей деятельности творчески;  
развивать способности к эмоционально-ценностному отношению к искусству и окружающему миру.

#### **Метапредметные результаты:**

Регулятивные УУД:

понимание учебной задачи;

организовывать себе рабочее место под руководством учителя;

выполнять упражнений по инструкции учителя;

соблюдение правил безопасности при выполнении танцевальных упражнений.

Познавательные УУД:

ориентироваться в пространстве под руководством учителя;  
уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя;

Коммуникативные УУД:

участвовать в диалоге на уроке;  
участвовать в обсуждении выразительности жестов;  
соблюдать простейшие нормы речевого этикета;  
слушать и понимать речь других;  
участвовать в паре  
; умение отвечать на вопросы различного характера.

Предметные результаты

### **Минимальный уровень:**

- выполнять упражнения по инструкции учителя;
- отработка правил индивидуальной, групповой, коллективной деятельности на уроке;
- формирование и развитие навыков самоконтроля, соблюдения правил безопасности при выполнении танцевальных упражнений;
- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Развитие жизненной компетенции:

Развитие адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, созданию специальных условий для пребывания в школе, своих нуждах и правах в организации обучения.

Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

Овладение навыками коммуникации;

Дифференциация и осмысление картины мира и ее временно-пространственной организации;

Осмысление своего социального окружения и освоению соответствующих возрасту системы ценностей и социальных ролей.

## **V.Содержание учебного предмета**

1 четверть

Приветствие. Бодрый шаг (марш).

Неторопливый танцевальный бег.

ОРУ: наклоны, повороты головы.

Движение рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой обхватом плеч.

Наклоны туловища вперед, в стороны с отведением рук и полуприседанием

Приставные шаги влево, вправо.

Расчет на 1,2. Перестроение в две шеренги, в колонну по два.

Стремительный бег

Шаг с притопом на месте и с продвижением вперед

Ходьба в чередовании с приседанием.

Притопы в значениях подзаваривания и утверждения.

Варианты притопов в игровом взаимодействии партнеров

«Птица без гнезда»

Построение круга из шеренги

Упражнения на расслабление мышц: свободное падение рук из п.-в сторону или перед собой

Танцевальная композиция:

«Здравствуй - это я!». Приставные шаги в сторону в чередовании с притопом и хлопками

Построение круга из движения в рассыпную

Переход в танце по кругу с речетивом переменным шагом

Ходьба на носках широким и ровным шагом.

Построение в колонны по три.

Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга

Упражнения на расслабление : встряхивание кистью(отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра)

Перестроение из одного круга в концентрические круги путем отступления одной группы на шаг назад, другой на шаг вперед

Танцевальная композиция:

«Здравствуй -это я!».

П.игры: «Кот и мыши», «Будь ловким», «Пустое место» «Угадай, чей голосок», «Займи домик»

2 четверть

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией:

ходьба на носках и пятках широким и мелким шагом, ровно держа спину.

Комплекс ОРУ. Упражнения на расслабление:

выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол)

Прямой галоп- движение в тройках.

Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей.

Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возв

Поднимание на носках и полуприседание

Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий и  
Круговые движения ступни.

Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону

Приставной шаг в сторону с приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах.

Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий и  
Танец «Чебурашка».Танец «Лошадки».

П. игры: «Волшебные фигуры», «Найди себе пару», «Горелки» «Будь ловким»,

3 четверть

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием

Сгибание и разгибание кистей рук

Движения парами

Ходьба с перестроением в круг, из общего круга в кружочки по два, три человека и обратно  
в общий круг

Комплекс ОРУ: под музыку; без предметов  
 Встряхивание и повороты кистей рук  
 Боковой галоп в сочетании с притопом  
 Простые и скрестные хлопки.  
 Шаг на носках.  
 Широкий, высокий бег.  
 Сжимание и разжимание пальцев в кулак  
 Переход в танце по кругу с речитивом.  
 Боковой галоп в парах  
 Расчет на 1, 2, 3.  
 Перестроение в три шеренги, в колонну по три  
 Ходьба с перестроением из одной колонны в колонну по два, по три и наоборот  
 Упражнения направленные на развития моторики мелких мышц кисти  
 Совершенствовать боковой шаг галопа  
 Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку  
 Инценирование русской народной прибаутки: «Ворон»  
 Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением вперед  
 Танец «Строжак»  
 П. игры: «Горелки», «Найди себе пару», «Кто скорее возьмет игрушку: флажок», «Чей кружок соберется быстрее»

4 четверть

Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни.  
 Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону  
 Простые и перекрестные хлопки в парах.  
 Боковой шаг галопа.  
 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.  
 Простые и перекрестные хлопки в парах подскоками, взявшись под руки. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.  
 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.  
 Танец: «Сороконожка», « Берлинская полька».  
 П. игра: «Чей кружок соберется быстрее»

### Календарно-тематическое планирование 3 класс

Нумерация уроков			раздел	Содержание темы урока	Учебно – методическое обеспечение
Год	Четверть	Кол-во часов			
				3класс 1 четверть	
1	1	9	Упражнения	Приветствие. Бодрый шаг	Скакалки, мячи,

			на ориентировку в пространстве РГУ  Танцевальные упражнения Игра	(марш). Неторопливый танцевальный бег.  ОРУ: наклоны, повороты головы. Движение рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Наклоны туловища вперед, в стороны с отведением рук и полуприседанием Приставные шаги влево, вправо. «Будь ловким»	флажки
2	2		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ  Танцевальные упражнения Игра	Приветствие. Бодрый шаг (марш). Неторопливый танцевальный бег. ОРУ: наклоны, повороты головы. Движение рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч. Наклоны туловища вперед, в стороны с отведением рук и полуприседанием Приставные шаги влево, вправо. «Будь ловким»	Скакалки, мячи, флажки
3	3		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ  Танцевальные упражнения Игра	Расчет на 1,2. Перестроение в две шеренги, в колонну по два. Стремительный бег Комплекс ОРУ Шаг с притопом на месте и с продвижением вперед «Пустое место»	Скакалки, мячи, флажки
4	4		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения  Игра	Ходьба в чередовании с приседанием. Стремительный бег Комплекс ОРУ Притопы в значениях подзаваривания и утверждения. Варианты притопов в игровом взаимодействии партнеров «Птица без гнезда»	Скакалки, мячи, флажки
5	5		Упражнения на ориентировку	Построение круга из шеренги  Комплекс ОРУ.	Скакалки, мячи, флажки

			<p>в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Упражнения на расслабление мышц: свободное падение рук из поворотов сторону или перед собой</p> <p>Танцевальная композиция: «Здравствуй -это я!».</p> <p>Приставные шаги в сторону в чередовании с притопом и хлопками</p> <p>«Угадай, чей голосок»</p>	
6	6		<p>Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Построение круга из движения в рассыпную</p> <p>Комплекс ОРУ.</p> <p>Переход в танце по кругу с речитивом переменным шагом «Чей кружок соберется быстрее»</p>	Скакалки, мячи, флажки
7	7		<p>Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Ходьба на носках широким и ровным шагом.</p> <p>Построение в колонны по три.</p> <p>Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга</p> <p>Комплекс ОРУ.</p> <p>Упражнения на расслабление: встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра)</p> <p>Танцевальная композиция: «Здравствуй -это я!».</p> <p>«Займи домик»</p>	Скакалки, мячи, флажки
8	8		<p>Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Ходьба на носках широким и ровным шагом.</p> <p>Построение в колонны по три.</p> <p>Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга</p> <p>Комплекс ОРУ.</p> <p>Упражнения на расслабление: встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра)</p> <p>Танцевальная композиция: «Здравствуй - это я!».</p> <p>«Займи домик»</p>	Скакалки, мячи, флажки

9	9		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения Игра	Перестроение из одного круга в концентрические круги путем отступления одной группы на шаг назад, другой на шаг вперед Комплекс ОРУ. Танцевальная композиция: «Здравствуй - это я!». «Кот и мыши»	Скакалки, мячи, флажки
10	1	7	Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения Игра	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: ходьба на носках широким и мелким шагом, ровно держа спину. Комплекс ОРУ. Упражнения на расслабление: выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол) Прямой галоп - движение в тройках. «Горелки»	
11	2		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения Игра	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: ходьба на пятках широким и мелким шагом, ровно держа спину Комплекс ОРУ. Прямой галоп. Повороты в тройках. «Будь ловким»	
12	3		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения Игра	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: ходьба на пятках широким и мелким шагом, ровно держа спину Комплекс ОРУ. Прямой галоп. Повороты в тройках. «Будь ловким»	
13	4		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения Игра	Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей. Комплекс ОРУ. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в и. п. Поднимание на носках и полуприседание Танец «Лошадки» «Будь ловким»	
14	5		Упражнения на	Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием	

			<p>ориентировку в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>коленей.</p> <p>Комплекс ОРУ. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в и. п.</p> <p>Поднимание на носках и полуприседание</p> <p>Танец «Лошадки»</p> <p>«Будь ловким»</p>	
15	6		<p>Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг</p> <p>Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни.</p> <p>Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону</p> <p>Танец «Чебурашка».</p> <p>Приставной шаг в сторону с приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах.</p> <p>«Волшебные фигуры», «Найди себе пару»</p>	
16	7		<p>Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг</p> <p>Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни.</p> <p>Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону</p> <p>Танец «Чебурашка».</p> <p>Приставной шаг в сторону с приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах.</p> <p>«Волшебные фигуры», «Найди себе пару»</p>	
17	1	10	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием</p> <p>Комплекс ОРУ.</p> <p>Сгибание и разгибание кистей рук</p> <p>Боковой галоп.</p> <p>Движения парами</p> <p>«Горелки»</p>	
18	2		<p>Упражнения на</p>	<p>Ходьба с перестроением в круг, из общего круга в кружочки по</p>	

		<p>ориентировку в пространстве</p> <p>РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>два, три человека и обратно в общий круг</p> <p>Комплекс ОРУ под музыку.</p> <p>Встряхивание и повороты кистей рук</p> <p>Боковой галоп в сочетании с притопом</p> <p>Простые и скрестные хлопки.</p> <p>«Найди себе пару»</p>	
19	3	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве</p> <p>РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Шаг на носках.</p> <p>Широкий, высокий бег.</p> <p>Комплекс ОРУ без предметов</p> <p>Сжимание и разжимание пальцев в кулак</p> <p>Переход в танце по кругу с речетивом.</p> <p>Боковой галоп в парах</p> <p>«Кто скорей возьмет игрушку: флажок»</p>	
20	4	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве</p> <p>РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p> <p>Игра</p>	<p>Расчет на 1, 2, 3.</p> <p>Перестроение в три шеренги, в колонну по три</p> <p>Ходьба с перестроением из одной колонны в колонну по два, по три и наоборот</p> <p>Комплекс ОРУ под музыку</p> <p>Упражнения направленные на развития моторики мелких мышц кисти</p> <p>Танец «Строжак»</p> <p>Совершенствовать боковой шаг галопа</p> <p>«Чей кружок соберется быстрее»</p>	
21	5	<p>Упражнения на ориентировку в пространстве</p> <p>РГУ</p> <p>Танцевальные упражнения</p>	<p>Расчет на 1, 2, 3.</p> <p>Перестроение в три шеренги, в колонну по три</p> <p>Ходьба с перестроением из одной колонны в колонну по два, по три и наоборот</p> <p>Комплекс ОРУ под музыку</p> <p>Упражнения направленные на развития моторики мелких мышц кисти</p> <p>Танец «Строжак»</p> <p>Совершенствовать боковой шаг</p>	

			Игра	галопа «Чей кружок соберется быстрее»	
22	6		Упражнения на ориентировку в пространстве  РГУ  Танцевальные упражнения  Игра	Расчет на 1, 2, 3. Перестроение в три шеренги, в колонну по три. Ходьба с перестроением из одной колонны в колонну по два, по три и наоборот Комплекс ОРУ под музыку Упражнения направленные на развития моторики мелких мышц кисти  Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку Инсценирование русской народной прибаутки: «Ворон»	
23	7		Упражнения на ориентировку в пространстве  РГУ  Танцевальные упражнения  Игра	Расчет на 1, 2, 3. Перестроение в три шеренги, в колонну по три. Ходьба с перестроением из одной колонны в колонну по два, по три и наоборот Комплекс ОРУ под музыку Упражнения, направленные на развития моторики мелких мышц кисти  Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку Инсценирование русской народной прибаутки: «Ворон»	
24	8			Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением вперед	
25	9			Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением вперед	
26	10			Элементы русской пляски: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением вперед	
27	1	8	Упражнения на ориентировку в пространстве	Комплекс ОРУ. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону	

			РГУ Танцевальные упражнения Игра	Простые и перекрёстные хлопки в парах. Боковой шаг галопа. «Чей кружок соберется быстрее»	
28	2		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения Игра	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. Простые и перекрёстные хлопки в парах. Боковой шаг галопа. «Чей кружок соберется быстрее»	
29	3		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения Игра	Комплекс ОРУ. Простые и перекрёстные хлопки в парах подскоками, взявшись под руки. 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, пскоки. Основные движения народных танцев. Боковой шаг галопа.	
30	4		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения	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. Простые и перекрёстные хлопки в парах. Боковой шаг галопа. Танец: « Берлинская полька».	
31	5		Упражнения на ориентировку в пространстве	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа	

			РГУ Танцевальные упражнения	ровно спину. Построение в колонны по три. Простые и перекрёстные хлопки в парах. Боковой шаг галопа.  Танец: « Берлинская полька».	
32	6		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения	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.  Танец: «Сороконожка».	
33	7		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения	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.  Танец: «Сороконожка».	
34	8		Упражнения на ориентировку в пространстве РГУ Танцевальные упражнения	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.  Танец: «Сороконожка».	