**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования, науки и молодёжной политики Республики Коми**

**Муниципальное образование муниципального района «Ижемский»**

**МБОУ «Усть-Ижемская ООШ»**

****

****

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

*учебного предмета*

*«Ритмика»*

*Для 1-4 классов основного общего образования*

на 2022-2023 учебный год

Составитель: *Ануфриева Анастасия Геннадьевна*

*учитель начальных классов*

д. Усть-Ижма 2022

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основании следующих нормативно – правовых документов:

1.Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014г №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта»;

2.АООП образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

**Цель:** формирование разносторонне физически и творчески развитой личности, готовой к активной реализации своих способностей, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

**Задачи:**

- развитие умения слушать музыку;

- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением;

- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;

- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая гимнастика, танец);

-овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;

- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений; - развитие мышления, творческого воображения и памяти;

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии;

- нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;

- формирование положительной мотивации;

- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;

**Общая характеристика коррекционного курса**

Занятия ритмикой обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков физического и психического развития для детей с ОВЗ средствами музыкально – ритмической деятельности, улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения. Занятия по « Ритмике" построены на сочетании музыки, движения, речи. Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. 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 учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем. Упражнения с предметами: обручами, мячами, флажками и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. 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 ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений, 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. Занятия по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико - гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Танцевальные упражнения», «Игры под музыку».

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. На каждом занятии осуществляется работа по всем пяти разделам в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач занятия учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям 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. Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. В программу включена игра на барабане, детском металлофоне. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки. Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить детей создавать музыкально-двигательный образ. Обучению детей с ОВЗ танца 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. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы обучающиеся знакомятся с их названиями (полька, хоровод ), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.). Исполнение элементов коми танцевальных движений приобщает детей к народной культуре.

**Описание места коррекционного курса в учебном плане**

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционо – развивающей области. В соответствии с учебным планом на курс отводится 135 часов:

1 класс – 33 часа (1 ч в неделю);

2 класс - 34 часа (1 ч в неделю);

3 класс - 34 часа (1 ч в неделю);

4 класс - 34 часа (1 ч в неделю).

**Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

**Личностные результаты:**

- реализация своего творческого потенциала;

- выражать и отстаивать свою эстетическую позицию;

- формирование позитивной самооценки и самоуважения;

- жизненного оптимизма;

-формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности;

- формирование психических и нравственных качеств.

**Предметные результаты:**

*Минимальный уровень*

- выполняет несложные движения вместе с педагогом;

- организованно и четко перестраиваться по словесному объяснению учителя;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в различных направлениях, не мешая друг другу.

*Достаточный уровень*

- четко и организованно перестраиваться;

- выполнять ритмическое упражнение в такт музыке;

- самостоятельно находить свое место в строю;

- принимать правильное положение;

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в различных направлениях, не мешая друг другу;

- ритмично выполнять несложные движения в сочетании руками и ногами;

- умение держать интервал;

- четко выполняет инструкции педагога, выполняет несложные движения в соответствии с темпом, ритмом, динамикой музыкального произведения;

- выполнять игровые и плясовые движения;

**Содержание коррекционного курса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Количество часов | | | |
| 1класс | 2класс | 3класс | 4класс |
| Упражнения на ориентировку в пространстве | 8 | 8 | 8 | 8 |
| Ритмико-гимнастические упражнения | 9 | 11 | 11 | 11 |
| Упражнения с музыкальными инструментами | 5 | 3 | 3 | 3 |
| Танцевальные  упражнения | 6 | 8 | 8 | 8 |
| Игры под музыку | 5 | 4 | 4 | 4 |
| **Итого** | **33** | **34** | **34** | **34** |

**Тематическое планирование**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел, название темы | Количество часов | | | Основные виды учебной деятельности |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве – 8 ч** | | | | |
| Знакомство с учебным предметом. | 1 | | | Выполнять правильное исходное положение. Ходьба 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 время ходьбы, выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Поочередно и одновременно сжимать в кулак и разжимать пальцы рук с изменением темпа музыки |
| Построение. | 1 | | |
| Ходьба. | 1 | | |
| Бег | 1 | | |
| Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | | | Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Упражнения на выработку правильной осанки. Выполнять движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, обручи, скакалки). |
| Выполнение простых движений под музыку. | 1 | | | Выполнять простые движения с предметами во время ходьбы.  Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).  Выполнять упражнение для пальцев рук под речевое сопровождение. Выставление левой ноги вперед, правой руки перед собой, правой ноги в сторону, левой руки в сторону и т.д. Изучение позиций рук; ног; смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно. |
| Простые движения рук и ног под музыку. | 1 | | | Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.  Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Выполнять движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки). Перекрестно поднимать и опускать руки. Одновременно двигать правой рукой вверх, левой – в сторону, правой рукой – вперед, левой – вверх. Поднимать руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями. Поочередно и одновременно сжимать в кулак и разжимать пальцы рук с изменением темпа музыки. Выполнять имитационные упражнения и игры, построенные на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. |
| Имитационные упражнения под музыку. | 1 | | |
| **Ритмико-гимнастические упражнения – 9 ч** | | | | |
| РГУ с флажками | 1 | | | Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Выполнять движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, обручи, скакалки). Выполнять наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выполнять приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибать и разгибать ноги в подъеме, отводить стопы наружу и приводить ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Выполнять упражнения на выработку осанки. |
| РГУ с обручами | 1 | | |
| РГУ со скакалками | 1 | | |
| РГУ с малыми мячами | 1 | | |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | | | Выполнять перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Выполнять одновременные движения правой руки вверх, левой -в сторону; правой руки - вперед, левой - вверх. Выполнять выставление левой ноги веред, правой руки – перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучать позиции рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Выполнять отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | | |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | | |
| Упражнение на расслабление мышц. | 1 | | | Поднимать руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Выполнять свободное круговое движение рук. Переносить тяжести тела с  пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). |
| Упражнение на расслабление мышц. | 1 | | |
| **Упражнения с детскими музыкальными инструментами - 5** | | | | |
| Упражнения для кистей рук | | 1 | Выполнять движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.  Выполнять противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Выполнять отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. | |
| Упражнения для кистей рук | | 1 |
| Упражнения для кистей рук | | 1 | Упражнения на детском металлофоне.  Коми национальные инструменты  ( шур – шар, трещетка).  Выполнять упражнения для пальцев рук под музыку. Логоритмические упражнения проговаривание,  Выполнять отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов. | |
| Отстукивание простых ритмических рисунков | | 1 |
| Отстукивание простых ритмических рисунков | | 1 |
| **Игры под музыку - 5** | | | | |
| Игры под музыку | | 1 | Выполнять ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). 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. Выполнять игры с пением или речевым сопровождением.  Выполнять изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.  Выполнять легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание - тяжелым, комичным и т. д. Передавать притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.  Музыкальные игры с предметами. Проводить игры с пением или речевым сопровождением. Подвижные народные игры. Коми народные игры. | |
| Игры под музыку | | 1 |
| Игры под музыку | | 1 |
| Игры под музыку | | 1 |
| Игры под музыку | | 1 |
| **Танцевальные упражнения - 6** | | | | |
| Эстрадный танец: положение рук, корпуса, ног. | | 1 | Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки.  Повторять элементы танца по программе 2 класса. Выполнять тихую, настороженную ходьбу, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Танец «Хлопки». «Полька». | |
| Движения танца – поскоки, приседания, вращения | | 1 |
| Движения танца – поскоки, приседания, вращения | | 1 |
| Элементы коми национальных танцев | | 1 | Танцевальные упражнения в парах, подвижные народные игры и считалки. | |
| Элементы русской пляски | | 1 | Простой хороводный шаг, притопы одной ногой и поочередно. | |
| Элементы русской пляски | | 1 | Выставление ноги на пятку, движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. | |
| **Итого** | | | **33** |  | |

**2 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Раздел, название темы. | Количество часов | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве - 8** | | |
| Ходьба и бег. | 1 | Знать правильное исходное положение. Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.  Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах.  Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Переменные притопы. Выполнять прыжки с выбрасыванием ноги вперед |
| Ходьба и бег. | 1 |  |
| Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. | 1 | Выполнять построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построения в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Игры с пением и речевым сопровождением. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. |
| Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. | 1 |  |
| Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнять упражнение для пальцев рук на детском пианино. Исполнять восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Выполнять движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). |
| Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | Выполнять простые движения с предметами во время ходьбы.  Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).  Выполнять упражнение для пальцев рук на детском пианино. Исполнять восходящие и нисходящие гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе.  Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.  Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).  Выполнять построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Играть в музыкальные игры с предметами. Выполнять переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. |
| Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 |  |
| Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 |  |
| **Ритмико – гимнастические упражнения - 11** | | |
| Общеразвивающие упражнения | 1 | Выполнять разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставлять правую и левую ногу поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибать и разгибать ступни в положении стоя и сидя. Выполнять упражнения на выработку осанки. |
| РГУ с флажками | 1 | Выполнять упражнения в такт музыке. |
| РГУ с обручами | 1 |  |
| Упражнения под музыку с предметами, без предметов | 1 |  |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | Выполнять движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Выполнять разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Выполнять упражнения выполняются ритмично, под музыку. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнять движение в заданном темпе и после остановки музыки. |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | Выполнять упражнения ритмично, отстукивание, прохлопывание простых ритмических рисунков. |
| Упражнения на координацию движения. | 1 |  |
| Упражнение на расслабление мышц. | 1 | Выполнять свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивать руки поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивать кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывать то левую, то правую ноги вперед (как при игре в футбол). |
| Упражнение на расслабление мышц. | 1 |  |
| Упражнения на различие темпов, динамики и изменений музыки. | 1 | Выполнять движение с характером музыки, динамикой (громко, тихо, умеренно), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполнять упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выполнять поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.  Выполнять упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительно исполнять в свободных плясках знакомые движения.  Выполнять выразительно и эмоционально передачу в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельно создавать музыкально-двигательного образа. |
| Упражнения на различие темпов, динамики и изменений музыки. | 1 |  |
| **Упражнения с детскими музыкальными инструментами - 3** | | |
| Пальчиковая гимнастика. | 1 | Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать другую в медленном темпе с постепенным ускорением. Выполнять противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  Исполнять несложные ритмические рисунки на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно.  Исполнять несложные ритмические рисунки на коми старинных инструментах (шур – шар, шарган). |
| Пальчиковая гимнастика. | 1 | Исполнять несложные ритмические рисунки на барабане,металлофоне. |
| Отстукивание простых ритмических рисунков. | 1 |  |
| **Игры под музыку - 4** | | |
| Передача в движениях игровых образов. | 1 | Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах. Выполнять сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Противопоставлять пальцы одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  Выразительно исполнять в свободных плясках знакомых движений. Выразительно и эмоционально передавать в движениях игровых образов и содержания песен.  Самостоятельно создавать музыкально – двигательный образ. Играть в музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценировать доступные песни. Прохлопывать ритмический рисунок прозвучавшей мелодии. Выполнять поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.  Коми старинные подвижные игры. Коми считалки и игры. |
| Передача в движениях игровых образов.  Игры под музыку | 1  1 |  |
| Игры под музыку. | 1 | Инсценировать доступные детские песни, прохлопывать ритмический рисунок прозвучавшей музыки. |
| **Танцевальные упражнения - 8** | | |
| Поскоки, присядка, хороводы в парах | 1 | Выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки. Играть в музыкальные игры с предметами.  Повторять элементы танца по программе 2 класса. Выполнять тихую, настороженную ходьбу, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Танец «Хлопки. Полька». |
| Элементы русской пляски. | 1 | Строиться из колонны парами в колонну по одному. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Упражнения на детских музыкальных инструментах.  Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки.  Выполнять 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 палочками поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).  Двигаться парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Выполнять основные движения местных народных танцев. Русская хороводная пляска |
| Элементы русской пляски. | 1 | Быстрые и мелкие шаги на всей ступне на полупальцах, пружинящий бег. |
| Хоровод, кружение в парах. | 1 | Строиться из колонны парами в колонну по одному. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки.  Выполнять 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 палочками поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек) с продвижением. Русская хороводная пляска. |
| Элементы русской пляски | 1 | Выполнять элементы русской пляски: шаг с притопом, шаг с продвижением вперед. |
| Элементы коми танцев | 1 | Выполнять несложные танцевальные движения, ходьба парами, притопы, «скручивание», смыкание и размыкание. |
| Элементы русской пляски | 1 | Русская хороводная пляска: переменный шаг, шаг с подскоком. |
| Поскоки, присядка, хороводы в парах | 1 | Выполнять танцевальные движения: поскоки, присядка, полуприсядка, хороводы и кружение в парах. |
| Всего | 34 |  |

**3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Раздел, название темы. | Количество часов | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве - 8** | | |
| Ходьба и бег. | 1 | Знать правильное исходное положение. Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.  Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах.  Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Переменные притопы. Выполнять прыжки с выбрасыванием ноги вперед |
| Ходьба и бег | 1 |  |
| Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. | 1 | Выполнять построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построения в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Игры с пением и речевым сопровождением. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. |
| Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. | 1 |  |
| Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнять упражнение для пальцев рук на детском пианино. Исполнять восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Выполнять движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). |
| Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | Выполнять простые движения с предметами во время ходьбы.  Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»).  Выполнять упражнение для пальцев рук на детском пианино. Исполнять восходящие и нисходящие гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе.  Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.  Выполнять наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»)..  Выполнять построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Играть в музыкальные игры с предметами. Выполнять переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. |
| Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | Выполнение движений в парах, по сигналу учителя. |
| Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 | Выполнять перестроения на месте , в движении. |
| **Ритмико –гимнастические упражнения - 11** | | |
| Общеразвивающие упражнения | 1 | Выполнять разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Выполнять наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставлять правую и левую ногу поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибать и разгибать ступни в положении стоя и сидя. Выполнять упражнения на выработку осанки. |
| РГУ с флажками | 1 | Выполнять в такт музыке. |
| РГУ с обручами | 1 |  |
| Упражнения под музыку с предметами, без предметов | 1 |  |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | Выполнять движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Выполнять разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Выполнять упражнения выполняются ритмично, под музыку. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнять движение в заданном темпе и после остановки музыки. |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | Выполнять упражнения в такт музыке. |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | Выполнять разнообразные перекрестные движения руками. |
| Упражнение на расслабление мышц. | 1 | Выполнять свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивать руки поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивать кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывать то левую, то правую ноги вперед (как при игре в футбол). |
| Упражнение на расслабление мышц. | 1 | Медленное и резкое отпускание рук, встряхивание. |
| Упражнения на различие темпов, динамики и изменений музыки. | 1 | Выполнять движение с характером музыки, динамикой (громко, тихо, умеренно), регистрами (высокий, средний, низкий). Выполнять упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выполнять поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.  Выполнять упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительно исполнять в свободных плясках знакомые движения.  Выполнять выразительно и эмоционально передачу в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельно создавать музыкально-двигательного образа. |
| Упражнения на различие темпов, динамики и изменений музыки. | 1 |  |
| **Упражнения с детскими музыкальными инструментами - 3** | | |
| Пальчиковая гимнастика. | 1 | Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать другую в медленном темпе с постепенным ускорением. Выполнять противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  Исполнять несложные ритмические рисунки на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно.  Исполнять несложные ритмические рисунки на коми старинных инструментах ( шур – шар, шарган). |
| Пальчиковая гимнастика. | 1 | Упражнения для развития мелкой моторики с речевым сопровождением. |
| Отстукивание простых ритмических рисунков. | 1 | Исполнять несложные ритмические рисунки. |
| **Игры под музыку - 4** | | |
| Передача в движениях игровых образов. | 1 | Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах. Выполнять сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Противопоставлять пальцы одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  Выразительно исполнять в свободных плясках знакомых движений. Выразительно и эмоционально передавать в движениях игровых образов и содержания песен.  Самостоятельно создавать музыкально – двигательный образ. Играть в музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценировать доступные песни. Прохлопывать ритмический рисунок прозвучавшей мелодии. Выполнять поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.  Коми старинные подвижные игры. Коми считалки и игры. |
| Передача в движениях игровых образов.  Игры под музыку | 1  1 | Инсценировать несложные детские песни и сказки. |
| Игры под музыку. | 1 | Инсценировать доступные детские песни, прохлопывать ритмический рисунок прозвучавшей музыки. |
| **Танцевальные упражнения -8** | | |
| Поскоки, присядка, хороводы в парах | 1 | Выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки. Играть в музыкальные игры с предметами.  Повторять элементы танца по программе 2 класса. Выполнять тихую, настороженную ходьбу, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Танец «Хлопки. Полька». |
| Элементы русской пляски. | 1 | Строиться из колонны парами в колонну по одному. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Упражнения на детских музыкальных инструментах.  Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки.  Выполнять 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 палочками поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).  Двигаться парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Выполнять основные движения местных народных танцев. Русская хороводная пляска |
| Элементы русской пляски. | 1 | Подскоки с продвижением вперед, три простых шага и один скользящий, быстрые и мелкие шаги на полупальцах. |
| Хоровод, кружение в парах. | 1 | Строиться из колонны парами в колонну по одному. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки.  Выполнять 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 палочками поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек) с продвижением. Русская хороводная пляска. |
| Элементы русской пляски | 1 | Выполнять элементы русской пляски: шаг с притопом, шаг с продвижением вперед. |
| Элементы коми танцев | 1 | Выполнять несложные танцевальные движения, ходьба парами, притопы, «скручивание», смыкание и размыкание. |
| Элементы русской пляски | 1 | Русская хороводная пляска: переменный шаг, шаг с подскоком. |
| Поскоки, присядка, хороводы в парах | 1 | Выполнять танцевальные движения : поскоки, присядка, полуприсядка, хороводы и кружение в парах. |
| Всего | 34 |  |

**4класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Раздел, название темы | Количество часов | Основные виды учебной деятельности обучающихся |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве -8** | | |
| Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол | 1 | 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 концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходить по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранять правильную дистанцию во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Выполнять упражнение с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.  Знать правильное исходное положение. Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.  Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах.  Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Переменные притопы. Приставной шаг. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. |
| Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол | 1 |
| Упражнения на сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием,мячей, обручей, скакалок | 1 | Ходить в парах. В тройках. В колонне посередине зала. Строиться в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Строиться в колонну по два. Сохранять дистанции во всех видах построений с использованием обручей, скакалок.  Перестраиваться из колонны парами в колонну по одному. Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Игры с пением и речевым сопровождением. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.  Выполнять различные перестроения: в шахматном порядке, из одной колонны в две и три, из шеренги в круг и обратно. |
| Упражнения на сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованиемячей, обручей, скакалок | 1 |
| Упражнения на  сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием мячей, обручей, скакалок | 1 |
| Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. | 1 | Строить круг из шеренги и из движения врассыпную. Выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.  Выполнять наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Музыкальные игры с предметами.  Выполнять перестроения: круг из шеренги, из движения врассыпную.  Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. |
| Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. | 1 |
| Построение круга из шеренги и из движения врассыпную | 1 |
| **Ритмико-гимнастические упражнения -11** | | |
| РГУ без предмета | 1 | Выполнять наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки).  Выполнять 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. Подниматься на носки и полуприседание.  Выполнять круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.  Перелезание через сцепленные руки, через палку.  Упражнения на выработку осанки. |
| РГУ с флажками под музыкальное сопровождение | 1 |
| РГУ с обручами | 1 |
| ОРУ без предмета | 1 |
| Упражнения на координацию движения. | 1 | Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.  Опускать и поднимать предметы перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставлять правую и левую ногу поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Выполнять разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки. Отводить правую ногу в сторону и возвращать в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу. Выполнять высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т.д. под музыку.  Встряхивать кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Музыкальные игры с предметами. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.  Прыгать 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.  Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах. Резко поднимать согнутые в колене ноги, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Выполнять упражнения на выработку осанки.  Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки.  Выбрасывать то левую, то правую ноги вперед (как при игре в футбол).  Выполнять противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  Ходить и бегать: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Выполнять свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.  Выполнять круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.  Выполнять противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. |
| Упражнения на координацию движения. | 1 |
| Упражнения на координацию движения. | 1 |
| Упражнения на выработку осанки. | 1 | Выполнять движения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Выполнять 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. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Поднимать руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. |
|  |  |
| Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка | 1 | Строиться из колонны парами в колонну по одному. Сгибать и разгибать ступни в положении стоя и сидя.  Выполнять противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  Выполнять движения  соответствии с разнообразным характером музыки. Динамикой (громко, тихо, умеренно), регистрами (высокий, средний, низкий).  Выполнять упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передавать в движении разницы в двухчастной музыке.  Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Выполнять упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, темповых и динамических изменений в музыке. Выполнять упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивать и придумывать новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.  Составлять несложные танцевальные композиции. Играть в игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировать музыкальные сказки, песни.  Разучивание элементов танцевальных движений в парах (ворота, плетень). Разучивание: игры, коми считалки. |
| Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка | 1 |
|  |  |
| Элементы коми национальных танцев | 1 |
| **Упражнения с детскими музыкальными инструментами - 3** | | |
| Отстукивание ритмических рисунков. | 1 | Выполнять сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.  Исполнять несложные ритмические рисунки на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.  Исполнять несложные ритмические рисунки на коми народных инструментах (шур – шар, пу палич). |
| Отстукивание ритмических рисунков | 1 |
| Отстукивание простых ритмических рисунков | 1 | Исполнять несложные ритмические рисунки на барабане. Игра на старинных коми народных инструментах. |
| **Игры под музыку -4** | | |
| Передача в движениях игровых образов. | 1 | Ходить вдоль стен с четкими поворотами на углах. Выполнять сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Противопоставлять пальцы одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  Выразительно исполнять в свободных плясках знакомых движений. Выразительно и эмоционально передавать в движениях игровых образов и содержания песен.  Самостоятельно создавать музыкально – двигательный образ. Играть в музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценировать доступные песни. Прохлопывать ритмический рисунок прозвучавшей мелодии. Выполнять поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки.Коми народные игры, считалки,  речевки. |
| Передача в движениях игровых образов( коми народные подвижные игры). | 2 |
| Передача в движениях игровых образов | 1 | Игра с речевым сопровождением, инсценировать доступные детские песни. Старинные коми игры. |
| Игры под музыку | 1 | Игры с речевым сопровождением, игры под музыку с передачей предметов. Старинные коми игры. |
| **Танцевальные упражнения -8** | | |
| Поскоки, присядка, хороводы в парах. | 1 | Выполнять во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. Выполнять ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыки. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Выполнять движения в заданном темпе и после остановки музыки. Играть в музыкальные игры с предметами.  Повторять элементы танца по программе 2 класса. Выполнять тихую, настороженную ходьбу, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Танец «Хлопки ». |
| Движения парами: боковой галоп, поскоки. | 1 | Выполнять упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Упражнение в передаче игровых образов при инсценировке песен. Разучивание несложных мелодий.  Движения парами: боковой галоп, поскоки.  Основные движения народных танцев. Танец. |
| Движения парами: боковой галоп, поскоки. | 1 |
| Движения парами, кружение в парах. | 1 | Разучивать несложные мелодии. Выполнять движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. Танец с хлопками |
| Элементы русской пляски | 1 | Выполнять основные движения русской пляски: простой хороводный шаг, ходьба в парах, присядка, полуприсядка. |
| Элементы коми национальных танцев | 1 | Выполнение танцевальных движений элементов коми танцев: ходьба парами, притопы, смыкание и размыкание, «скручивание».  Выполнять танцевальные движения в парах: ворота, плетень. |
| Элементы коми национальных танцев |  | Выполнение танцевальных движений элементов коми танцев: ходьба парами, притопы.  Выполнять танцевальные движения в парах: ворота, плетень. |
| Элементы русской пляски | 1 | Знать и выполнять основные движения национального танца: ходьба в парах, размыкание и смыкание. |
| Всего | 34 |  |

**Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности**

Учебно – методические средства обучения:

- музыкальный центр;

- музыкальные накопители;

- детские музыкальные инструменты – бубен, барабан ;

- реквизиты (обручи, гимнастические палки, коврики, платочки, флажки, скакалки).

**Учебно- методическое обеспечение**

1. Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа: математика, физическая культура, ритмика, трудовое обучение. Издательство «Дрофа», 2009.

2. Т. А. Замятина, Л. В. Стрепетова. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. Издательство «Глобус», 2009.

3.В.А.Петрова, Музыкальные занятия с малышами., Москва,1993.

4.М.Ю. Картушина, Конспекты логоритмических занятий с детьми 6- 7лет, Творческий центр,Москва,2010г.

5. Бекина, С.И.Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2 /С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е. Н. Соковнина. -М, 1999. -С. 34 – 37.

6. Чистякова, М.И. Психогимнастика./ М.И. Чистякова.-М. Изд-во Сфера. 2013.-76 с.

7.. Шашкина, Г.Р. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. Методическое пособие для дефектологов/ Шашкина Г.Р.,Медведева Е.А., Комиссарова Л.Н., Сергеева О.Л., 2002.-224 с.

8.Ю.Г.Рочева, Коми старинные детские игры, Сыктывкар, Коми книжное издательство, 1988г.