

**Планируемые результаты изучения предмета «Ритмика»**

**1 класс**

**Личностные результаты обучения**

Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству; осознание своей этнической принадлежности; усвоение гуманистических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности.

Освоение социальных норм и правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

Формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной и общественной деятельности.

Формирование уважительного отношения к истории, культуре, национальным особенностям и образу жизни других народов; толерантности и миролюбия.

Формирование внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к обучению через интерес к ритмико-танцевальным упражнениям.

Воспитание эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям.

Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

**Метапредметные результаты обучения**

**Регулятивные**

Обучающийся **научится:**

* способности понимать и принимать учебную цель и задачи;
* в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *накоплению представлений о ритме, синхронном движении;*
* *наблюдению за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности*

**Познавательные**

Обучающийся **научится:**

* навыку умения учиться: решению творческих задач, поиску, анализу и интерпретации информации с помощью учителя;
* соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
* узнавать характер музыки, темп, ритм;

*Получит* ***возможность научиться***

* *начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.*

**Коммуникативные**

Обучающийся **научится:**

* умению координировать свои усилия с усилиями других.

*Получит* ***возможность научиться***

* *задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций*.

**Предметные результаты обучения**

Обучающийся **научится:**

* готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно, под музыку;
* приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

*Получит* ***возможность научиться***

* *ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;*
* *ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;*
* *ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;*
* *выполнять игровые и плясовые движения.*

**2 класс**

**Личностные результаты**

Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству; осознание своей этнической принадлежности; усвоение гуманистических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности.

Освоение социальных норм и правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

Формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной и общественной деятельности.

Формирование уважительного отношения к истории, культуре, национальным особенностям и образу жизни других народов; толерантности и миролюбия.

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.

Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.

Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

**Метапредметные результаты**

**Регулятивные**

Обучающийся **научится:**

* двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;*
* *планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;*
* *самовыражение ребенка в движении, танце.*

**Познавательные**

Обучающийся **научится:**

* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.*

**Коммуникативные**

Обучающийся **научится:**

* выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
* доброжелательно относиться к сверстникам во время выполнения движений;
* адекватно реагировать на замечание учителя и одноклассников во время игровых занятий.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *формулировать собственное мнение и позицию;*
* *договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;*
* *умению координировать свои усилия с усилиями других.*

**Предметные результаты**

***Обучающийся с ОВЗ научится:***

* понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами.

***Получит возможность научиться:***

* *правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».*

**3 класс**

**Личностные результаты**

Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству; осознание своей этнической принадлежности; усвоение гуманистических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности.

Освоение социальных норм и правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

Формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной и общественной деятельности.

Формирование уважительного отношения к истории, культуре, национальным особенностям и образу жизни других народов; толерантности и миролюбия.

Формирование самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность.

**Метапредметные результаты**

**Регулятивные**

Обучающийся **научится:**

* проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
* действовать по плану и планировать свою деятельность.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *умению контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении.*

**Познавательные**

Обучающийся **научится:**

* повторять любой ритм, заданный учителем.

*задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).*

**Коммуникативные**

Обучающийся **научится:**

* учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
* допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;*
* *принимать участие в музыкально-концертной жизни класса, школы.*

**Предметные результаты**

Обучающийся **научится:**

* воплощать музыкальные образы при разучивании и исполнении танцевальных движений;
* рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;*
* *самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;*
* *передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;*
* *передавать хлопками ритмический рисунок мелодии.*

**4 класс**

**Личностные результаты**

Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству; осознание своей этнической принадлежности; усвоение гуманистических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности.

Освоение социальных норм и правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

Формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной и общественной деятельности.

Формирование уважительного отношения к истории, культуре, национальным особенностям и образу жизни других народов; толерантности и миролюбия.

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

Развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств.

Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку и позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

**Метапредметные результаты**

**Регулятивные**

Обучающийся **научится:**

* преобразовывать практическую задачу в познавательную;
* осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *целеустремлённости и настойчивости в достижении цели.*

**Познавательные**

Обучающийся **научится:**

* выполнять движения после показа и по словесной инструкции учителя;
* выполнять игровые и плясовые движения.

*Получит* ***возможность научиться:***

* *начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;*
* *правильно и быстро находить нужный темп ходьбы и бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка.*

**Коммуникативные**

Обучающийся **научится:**

* продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;

*Получит* ***возможность научиться:***

* *с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;*
* *умению сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий*.

**Предметные результаты**

Обучающийся **научится:**

* отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.

*Получит* ***возможность научиться***

* *четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;*
* *различать основные характерные движения некоторых народных танцев.*

**Содержание учебного предмета «Ритмика»**

**1 класс**

**Упражнения на ориентировку в пространстве**

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

**Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

*Упражнение на расслабление мышц*. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

Движения 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. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

**Игры под музыку**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание **-** тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

**Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек - движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

**2 класс**

**Упражнения на ориентировку в пространстве**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.  
**Ритмико-гимнастические упражнения**

Общеразвивающие упражнения.Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений.Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц.Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.  
 Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

**Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

**Танцевальные упражнения**

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

**3 класс**

**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 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.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

**Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

*Упражнения на расслабление мышц.* Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус **-** стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

**Упражнения с музыкальными инструментами**

Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.

Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

**Игры под музыку**

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

**Танцевальные упражнения**

Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

**4 класс**

**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 звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

**Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

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

*Упражнение на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное 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**

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

**Тематическое планирование.**

**1 класс.**

**(33 часа, 1 час в неделю)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема урока** | **Модуль**  **программы**  **воспитания** | **Кол-**  **во**  **часов** | **Дата** |
| **1 четверть** (**8 часов)** | | | |  |
| 1-2 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Общеразвивающие упражнения с кеглями. Ходьба и бег с высоким подниманием колен. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 3 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения**. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). **Упражнения на координацию движений.** Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой - в сторону; правой руки - вперед, левой - вверх. **Упражнение на расслабление мышц**. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). | 1 |  |
| 4 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. | 1 |  |
| 5 | **Игры под музыку:** Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание **-** тяжелым, комичным и т.д.) | 1 |  |
| 6-8 | **Танцевальные упражнения:** Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. | 3 |  |
|  |
|  |
| **2 четверть** (**8 часов)** | | | |  |
| 9-10 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Общеразвивающие упражнения без предметов.Изменение направления и формы ходьбы. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 11-12 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** *Общеразвивающие упражнения с предметами.* *Бег и ходьба под музыку. Перестроение из шеренги в круг.* | 2 |  |
|  |
| 13 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). **Упражнения на координацию движений.** Выставление левой ноги вперед, правой руки - перед собой; правой ноги - в сторону, левой руки - в сторону и т. д. **Упражнение на расслабление мышц.** Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). | 1 |  |
| 14 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. | 1 |  |
| 15 | **Игры под музыку:** Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. | 1 |  |
| 16 | **Танцевальные упражнения:** Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек - движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. | 1 |  |
| **3 четверть** (**10 часов)** | | | |  |
| 17 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Выполнение имитационных упражнений (повадки животных). | «Школьный урок» | 1 |  |
| 18-21 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. **Упражнения на координацию движений.** Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. **Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнение на расслабление мышц.** Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. | 4 |  |
|  |
|  |
|  |
| 22-23 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. | 2 |  |
|  |
| 24-25 | **Танцевальные упражнения:** Прямой галоп. Маховые движения рук. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. | 2 |  |
|  |
| 26 | **Игры под музыку:** Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. | 1 |  |
| **4 четверть** (**7 часов)** | | | |  |
| 27-28 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Перестроение в колонну по одному, в круг из цепочки. Повторение изученных упражнений на ориентировку. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 29 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Упражнения на выработку осанки. **Упражнения на координацию движений.** Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Выставление левой ноги вперед, правой руки - перед собой; правой ноги - в сторону, левой руки - в сторону и т. д. **Упражнение на расслабление мышц.** Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). | 1 |  |
| 30 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. | 1 |  |
| 31 | **Игры под музыку:** Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением. | 1 |  |
| 32 | **Танцевальные упражнения:** Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. | 1 |  |
| 33 | **Урок-концерт:** Исполнение хороводов, элементов русской пляски. | 1 |  |

**2 класс.**

**(34 часа, 1 час в неделю)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема урока** | **Модуль**  **программы**  **воспитания** | **Кол-**  **во**  **часов** | **Дата** |
| **1 четверть** (**8 часов)** | | | |  |
| 1-2 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 3 | **Ритмико - гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.** Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. | 1 |  |
| 4 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. | 1 |  |
| 5 | **Игры под музыку:** Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). | 1 |  |
| 6-8 | **Танцевальные упражнения:** Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. | 3 |  |
|  |
|  |
| **2 четверть** (**8 часов)** | | | |  |
| 9-10 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 11-12 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 2 |  |
|  |
| 13 | **Ритмико - гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.** Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. **Упражнения на координацию движений.**  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.). **Упражнения на расслабление мышц.** Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). | 1 |  |
| 14 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино. | 1 |  |
| 15 | **Игры под музыку:** Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. | 1 |  |
| 16 | **Танцевальные упражнения:** Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. | 1 |  |
| **3 четверть** (**11 часов)** | | | |  |
| 17-18 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 19-20 | **Ритмико - гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.** Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). | 2 |  |
|  |
| 21 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Упражнения на детских музыкальных инструментах. Разучивание гаммы в пределах одной октавы на духовой гармонике. | 1 |  |
| 22 | **Ритмико - гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.** Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. **Упражнения на координацию движений.**  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.). Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). | 1 |  |
| 23-24 | **Игры под музыку:** Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. | 2 |  |
|  |
| 25-26 | **Танцевальные упражнения:** Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). | 2 |  |
|  |
| 27 | ***Игры под музыку:*** *Музыкальные игры с предметами. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.* | 1 |  |
| **4 четверть** (**7 часов)** | | | |  |
| 28-29 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. | «Школьный урок» | 2 |  |
| 30 | **Ритмико - гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.**  Упражнения на выработку осанки. **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). | 1 |  |
| 31 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях. | 1 |  |
| 32 | **Игры под музыку:** Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. | 1 |  |
| 33 | **Танцевальные упражнения:** Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. | 1 |  |
| 34 | **Урок-концерт:** Исполнение элементов русской пляски, исполнение ритмических рисунков на бубне и барабане. Исполнение гаммы в пределах одной октавы на духовой гармонике. | 1 |  |

**3 класс.**

**(34 часа, 1 час в неделю)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема урока** | | **Модуль**  **программы**  **воспитания** | **Кол-**  **во**  **часов** | **Дата** |
|  | | ***1 четверть*** *(****8 часов)*** | | | |
| 1-2 | **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 ровно спину. | | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 3 | **Ритмико - гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.** Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. | | 1 |  |
| 4 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. | | 1 |  |
| 5 | **Игры под музыку:** Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. | | 1 |  |
| 6-8 | **Танцевальные упражнения:** Повторение элементов танца по программе 2 класса.  Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Разучивание польки И.Штрауса «Дружные тройки». | | 3 |  |
|  |
|  |
|  | | **2 четверть** (**8 часов)** | | | |
| 9-10 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Построение в колонны по три. | | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 11-12 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** 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. | | 2 |  |
|  |
| 13 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. **Упражнения на координацию движений.**  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.). | | 1 |  |
| 14 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. | | 1 |  |
| 15 | **Игры под музыку:** Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. | | 1 |  |
| 16 | **Танцевальные упражнения:** Сильные поскоки, боковой галоп. Повторение польки И.Штрауса «Дружные тройки». | | 1 |  |
|  | | **3 четверть** (**11 часов)** | | | |
| 17-18 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. | | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 19-20 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). | | 2 |  |
|  |
| 21 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Исполнение гаммы на детском металлофоне в пределах одной октавы в быстром темпе. | | 1 |  |
| 22 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. **Упражнения на координацию движений.**  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.). Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). | | 1 |  |
| 23-24 | **Игры под музыку:** Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. | | 2 |  |
|  |
| 25-26 | **Танцевальные упражнения:** Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. | | 2 |  |
|  |
| 27 | **Игры под музыку:** Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. | | 1 |  |
|  | | **4 четверть** (**7 часов)** | | | |
| 28-29 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Выполнение упражнений с предметами (кеглями, скакалками), более сложных, чем в предыдущих классах. | | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 30 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.**  Упражнения на выработку осанки. **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). | | 1 |  |
| 31 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. | | 1 |  |
| 32 | **Игры под музыку:** Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. | | 1 |  |
| 33 | **Танцевальные упражнения:** Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. | | 1 |  |
| 34 | **Урок-концерт:** Исполнение элементов русской пляски, основных движений народных танцев. | | 1 |  |

**4 класс.**

**(34 часа, 1 час в неделю)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема урока** | **Модуль**  **программы**  **воспитания** | **Кол-**  **во**  **часов** | **Дата** |
| ***1 четверть*** *(****8 часов)*** | | | | |
| 1 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. | «Школьный урок» | 1 |  |
| 2 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Построение в шахматном порядке. | 1 |  |
| 3 | **Ритмико - гимнастические упражнения: Общеразвивающие упражнения.** Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. | 1 |  |
| 4 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. | 1 |  |
| 5 | **Игры под музыку:** Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. | 1 |  |
| 6 | **Танцевальные упражнения:** Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. | 1 |  |
| 7-8 | **Танцевальные упражнения:** Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Разучивание русского народного танца «Кадриль». | 2 |  |
|  |
| **2 четверть** (**8 часов)** | | | | |
| 9-10 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 11-12 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. | 2 |  |
|  |
| 13 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. **Упражнения на координацию движений.**  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.). | 1 |  |
| 14 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. | 1 |  |
| 15 | **Игры под музыку:** Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. | 1 |  |
| 16 | **Танцевальные упражнения:** Поскоки с продвижением назад (спиной). Повторение русского народного танца «Кадриль». | 1 |  |
| **3 четверть** (**11 часов)** | | | | |
| 17 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | «Школьный урок» | 1 |  |
| 18 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. | 1 |  |
| 19-20 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). | 2 |  |
|  |
| 21 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. | 1 |  |
| 22 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.** Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. **Упражнения на координацию движений.**  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.). Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). | 1 |  |
| 23-24 | **Игры под музыку:** Игры с пением, речевым сопровождением. | 2 |  |
|  |
| 25-26 | **Танцевальные упражнения:** Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание белорусского народного танца «Бульба». | 2 |  |
|  |
| 27 | **Игры под музыку:** Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. | 1 |  |
| **4 четверть** (**7 часов)** | | | | |
| 28-29 | **Упражнения на ориентировку в пространстве:** Упражнения с предметами (кеглями, скаклками), более сложные, чем в предыдущих классах. | «Школьный урок» | 2 |  |
|  |
| 30 | **Ритмико - гимнастические упражнения:** **Общеразвивающие упражнения.**  Упражнения на выработку осанки. **Упражнения на координацию движений.** Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. **Упражнения на расслабление мышц.** Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол). | 1 |  |
| 31 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами:** Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. | 1 |  |
| 32 | **Игры под музыку:** Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. | 1 |  |
| 33 | **Танцевальные упражнения:** Пружинящий бег. Повторение белорусского народного танца «Бульба». | 1 |  |
| 34 | **Урок-концерт:** исполнение танцев «Кадриль», «Бульба». | 1 |  |