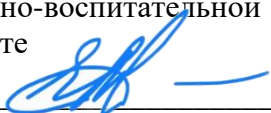


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Министерство образования, науки и молодежной политики  
Краснодарского края  
Муниципальное образование Ленинградский район  
МБОУ ООШ № 27

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
учебно-воспитательной  
работе



Е.А. Хамракулова  
Протокол № 1  
От «29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Адаптированная рабочая программа  
по ритмике для 5-9 классов

х. Западный 2023

## **Пояснительная записка**

Преподавание ритмики в МБОУ ООШ №27 обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

### **Место предмета в учебном плане:**

Занятия по данной программе проводятся в форме урока (40 мин). На изучение предмета «Ритмика» отводится в 5 классе 34 часа (1 час в неделю); в 6 классе 34 часа (1 час в неделю); в 7 классе 102 часа (3 часа в неделю); в 8 классе 102 часа (3 часа в неделю); в 9 классе 102 часа (3 часа в неделю).

На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, только дифференцированный подход в обучении.

Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний.

Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей, обучающихся по программе 7 вида. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

### **Цель программы обучения:**

осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

### **Задачи курса:**

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

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

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

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

## **Содержание учебного предмета 5 класс (34 часа- 1 час в неделю)**

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

### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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

### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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

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

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

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

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

### **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **Игры под музыку**

### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

## **Содержание учебного предмета 6 класс (34 часа- 1 час в неделю)**

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

### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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

### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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

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

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

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

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

### **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и

придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **Содержание учебного предмета 7 класс (102 часа- 3 час в неделю)**

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

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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

#### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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

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

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

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

#### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

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

#### **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

#### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и

придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **Содержание учебного предмета 8 класс (102 часа- 3 час в неделю)**

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

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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

#### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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

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

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

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

#### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

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

#### **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

#### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.

Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

### **Содержание учебного предмета 9 класс (102 часа- 3 час в неделю)**

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

#### **УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

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

#### **РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

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

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

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

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

#### **УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

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

#### **ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

#### **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.

Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.  
Инсценирование музыкальных сказок, песен.



### Календарно – тематическое планирование 5 классе (34 часа)

№п/п	Тема	Кол-во часов.	Дата
1.	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	
2.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1	
3.	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1	
4.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой.	1	
5.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	
6.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.	1	
7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Чижи в клетке. 2.Кот и мыши.	1	
8.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	
9.	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	
10.	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	
11.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Короткой скакалкой.	1	
12.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	
13.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Выставление ноги на носок.	1	
14.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	
15.	Танцы. Круговой галоп.	1	
16.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Салки, руки на стену.	1	
17.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	
18.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	
19.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	
20.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	

21.	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
22.	Упражнения ритмической гимнастики. 1. Без предметов. 2. С мячом.	1	
23.	Элементы танцев. 1. Хороводный шаг. 2. Шаг польки.	1	
24.	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1	
25.	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Пустое место». 2. «Мяч в воздухе» 1. «Отбивай мяч». 2. «Вороны и воробьи».	1	
26.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	
27.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
28.	Упражнения ритмической гимнастики. 1. Гимнастической палкой.	1	
29.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
30.	Подготовительные упражнения к танцам. 1. Вставание на полупальцы.	1	
31.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	
32.	Танцы. «Полька».	1	
33.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Космонавты».	1	
34.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 2. «Лиса и куры». 3. «Охотники и утки»	1	

### Календарно – тематическое планирование 6 класс (34 часа)

№п/п	Тема	Кол-во часов.	Дата
1.	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	
2.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	
3.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
4.	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1	
5.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	
6.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.	1	
7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Чижи в клетке. 2.Кот и мыши.	1	
8.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой.	1	
9.	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	
10.	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	
11.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Короткой скакалкой.	1	
12.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	
13.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Выставление ноги на носок.	1	
14.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	
15.	Танцы. Круговой галоп.	1	
16.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Салки, руки на стену.	1	
17.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	
18.	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	
19.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	
20.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
21.	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	

	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.		
22.	Упражнения ритмической гимнастики. 1. Без предметов. 2. С мячом.	1	
23.	Элементы танцев. 1. Хороводный шаг. 2. Шаг польки.	1	
24.	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1	
25.	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Пустое место». 2. «Мяч в воздухе» 1. «Отбивай мяч». 2. «Вороны и воробьи».	1	
26.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	
27.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
28.	Упражнения ритмической гимнастики. 1. Гимнастической палкой.	1	
29.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
30.	Подготовительные упражнения к танцам. 1. Вставание на полупальцы.	1	
31.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	
32.	Танцы. «Полька».	1	
33.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Космонавты».	1	
34.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 2. «Лиса и куры». 3. «Охотники и утки»	1	

## Календарно – тематическое планирование 7 класс (102 часа)

№п/п	Тема	Кол-во часов.	Дата
1.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	
2.	Игры («Холодно-горячо»)	1	
3.	Упражнения с мячом	1	
4.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
5.	Марш по периметру зала	1	
6.	Пляска с платочком	1	
7.	Игра «Ищи игрушку»	1	
8.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	
9.	Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1	
10.	Релаксирующие упражнения.	1	
11.	Подвижные игры с мячом.	1	
12.	Игра «Секретное задание».	1	
13.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
14.	Ритмические упражнения с мячом.	1	
15.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
16.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	
17.	Релаксирующие упражнения.	1	
18.	Подвижные игры с мячом.	1	
19.	Инсценировка песни.	1	
20.	Маршировка и пение.	1	
21.	Отработка маршевого шага.	1	
22.	Упражнения на координацию движений.	1	
23.	Игра «Соседи».	1	
24.	Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру».	1	
25.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
26.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	
27.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	
28.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	
29.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
30.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1	
31.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки»	1	
32.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры».	1	
33.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры».	1	
34.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
35.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки»	1	
36.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1	

37.	Танец. «Полька».	1	
38.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	
39.	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	
40.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
41.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	
42.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
43.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	
44.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
45.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	
46.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	
47.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	
48.	Танец. «Травушка-муравушка».	1	
49.	Танец. «Полька».	1	
50.	Элемент танца. «Шаг польки».	1	
51.	Элемент танца. «Хороводный шаг».	1	
52.	Упражнения ритмической гимнастики. .С мячом.	1	
53.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
54.	Упражнения ритмической гимнастики. С мячом.	1	
55.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
56.	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	
57.	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
58.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
59.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	
60.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	
61.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	
62.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	
63.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	
64.	Танцы. Круговой галоп.	1	
65.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	

66.	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	1	
67.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	
68.	Игра «Покажи жестами»	1	
69.	Упражнения и игры со скакалкой	1	
70.	Прохлопывание ритма песен	1	
71.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	
72.	Упражнения на координацию движений	1	
73.	Упражнения на поскоки	1	
74.	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1	
75.	Разучивание музыкальной игры «Лава та»	1	
76.	Упражнения с мячом	1	
77.	Игра «Догадайся! Что это?»	1	
78.	Марш с перестроением в колонну подвое.	1	
79.	Передача характера музыки в движении.	1	
80.	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	
81.	Разучивание игры «День-ночь».	1	
82.	Движения в парах.	1	
83.	Игра «Море волнуется».	1	
84.	Игра «Одиннадцать».	1	
85.	Игры «Через границу».	1	
86.	Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки»	1	
87.	Игра «Соседи».	1	
88.	Отработка маршевого шага.	1	
89.	Маршировка и пение.	1	
90.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
91.	Подвижные игры с мячом.	1	
92.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
93.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
94.	Релаксирующие упражнения	1	
95.	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы	1	
96.	Игра «Покажи жестами»(пантомима)	1	
97.	Игра «Я знаю пять названий»	1	
98.	Игра «Кошки-мышки»	1	
99.	Упражнения с мячом в кругу	1	
100.	Отработка маршевого шага.	1	
101.	Маршировка и пение.	1	
102.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры»	1	

## Календарно – тематическое планирование 8 класс (102 часа)

№п/п	Тема	Кол-во часов.	Дата
1.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	
2.	Игры («Холодно-горячо»)	1	
3.	Упражнения с мячом	1	
4.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
5.	Марш по периметру зала	1	
6.	Пляска с платочком	1	
7.	Игра «Ищи игрушку»	1	
8.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	
9.	Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1	
10.	Релаксирующие упражнения.	1	
11.	Подвижные игры с мячом.	1	
12.	Игра «Секретное задание».	1	
13.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
14.	Ритмические упражнения с мячом.	1	
15.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
16.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	
17.	Релаксирующие упражнения.	1	
18.	Подвижные игры с мячом.	1	
19.	Инсценировка песни.	1	
20.	Маршировка и пение.	1	
21.	Отработка маршевого шага.	1	
22.	Упражнения на координацию движений.	1	
23.	Игра «Соседи».	1	
24.	Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру».	1	
25.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
26.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	
27.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	
28.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	
29.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
30.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1	
31.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки»	1	
32.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры».	1	
33.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры».	1	
34.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
35.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки»	1	
36.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1	
37.	Танец. «Полька».	1	



38.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	
39.	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	
40.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
41.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	
42.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
43.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	
44.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
45.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	
46.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	
47.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	
48.	Танец. «Травушка-муравушка».	1	
49.	Танец. «Полька».	1	
50.	Элемент танца. «Шаг польки».	1	
51.	Элемент танца. «Хороводный шаг».	1	
52.	Упражнения ритмической гимнастики. .С мячом.	1	
53.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
54.	Упражнения ритмической гимнастики. С мячом.	1	
55.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
56.	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	
57.	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
58.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
59.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	
60.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	
61.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	
62.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	
63.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	
64.	Танцы. Круговой галоп.	1	
65.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	
66.	Подготовительные упражнения к танцам.	1	

	Выставление ноги на носок.		
67.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	
68.	Игра «Покажи жестами»	1	
69.	Упражнения и игры со скакалкой	1	
70.	Прохлопывание ритма песен	1	
71.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	
72.	Упражнения на координацию движений	1	
73.	Упражнения на поскоки	1	
74.	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1	
75.	Разучивание музыкальной игры «Лава та»	1	
76.	Упражнения с мячом	1	
77.	Игра «Догадайся! Что это?»	1	
78.	Марш с перестроением в колонну подвое.	1	
79.	Передача характера музыки в движении.	1	
80.	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	
81.	Разучивание игры «День-ночь».	1	
82.	Движения в парах.	1	
83.	Игра «Море волнуется».	1	
84.	Игра «Одиннадцать».	1	
85.	Игры «Через границу».	1	
86.	Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки»	1	
87.	Игра «Соседи».	1	
88.	Отработка маршевого шага.	1	
89.	Маршировка и пение.	1	
90.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
91.	Подвижные игры с мячом.	1	
92.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
93.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
94.	Релаксирующие упражнения	1	
95.	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы	1	
96.	Игра «Покажи жестами»(пантомима)	1	
97.	Игра «Я знаю пять названий»	1	
98.	Игра «Кошки-мышки»	1	
99.	Упражнения с мячом в кругу	1	
100.	Отработка маршевого шага.	1	
101.	Маршировка и пение.	1	
102.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры»	1	

## Календарно – тематическое планирование 9 класс (102 часа)

№п/п	Тема	Кол-во часов.	Дата
1.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	
2.	Игры («Холодно-горячо»)	1	
3.	Упражнения с мячом	1	
4.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
5.	Марш по периметру зала	1	
6.	Пляска с платочком	1	
7.	Игра «Ищи игрушку»	1	
8.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	
9.	Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1	
10.	Релаксирующие упражнения.	1	
11.	Подвижные игры с мячом.	1	
12.	Игра «Секретное задание».	1	
13.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
14.	Ритмические упражнения с мячом.	1	
15.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
16.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	
17.	Релаксирующие упражнения.	1	
18.	Подвижные игры с мячом.	1	
19.	Инсценировка песни.	1	
20.	Маршировка и пение.	1	
21.	Отработка маршевого шага.	1	
22.	Упражнения на координацию движений.	1	
23.	Игра «Соседи».	1	
24.	Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру».	1	
25.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
26.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	
27.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	
28.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	
29.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
30.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1	
31.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки»	1	
32.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры».	1	
33.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры».	1	
34.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
35.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки»	1	
36.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Космонавты».	1	

37.	Танец. «Полька».	1	
38.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	
39.	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	
40.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
41.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	
42.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
43.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	
44.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
45.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	
46.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	
47.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	
48.	Танец. «Травушка-муравушка».	1	
49.	Танец. «Полька».	1	
50.	Элемент танца. «Шаг польки».	1	
51.	Элемент танца. «Хороводный шаг».	1	
52.	Упражнения ритмической гимнастики. .С мячом.	1	
53.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
54.	Упражнения ритмической гимнастики. С мячом.	1	
55.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	
56.	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	
57.	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
58.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
59.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	
60.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	
61.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	
62.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	
63.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	
64.	Танцы. Круговой галоп.	1	
65.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	

66.	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	1	
67.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	
68.	Игра «Покажи жестами»	1	
69.	Упражнения и игры со скакалкой	1	
70.	Прохлопывание ритма песен	1	
71.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	
72.	Упражнения на координацию движений	1	
73.	Упражнения на поскоки	1	
74.	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1	
75.	Разучивание музыкальной игры «Лава та»	1	
76.	Упражнения с мячом	1	
77.	Игра «Догадайся! Что это?»	1	
78.	Марш с перестроением в колонну подвое.	1	
79.	Передача характера музыки в движении.	1	
80.	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	
81.	Разучивание игры «День-ночь».	1	
82.	Движения в парах.	1	
83.	Игра «Море волнуется».	1	
84.	Игра «Одиннадцать».	1	
85.	Игры «Через границу».	1	
86.	Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки»	1	
87.	Игра «Соседи».	1	
88.	Отработка маршевого шага.	1	
89.	Маршировка и пение.	1	
90.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	
91.	Подвижные игры с мячом.	1	
92.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
93.	Игра «Я знаю пять названий».	1	
94.	Релаксирующие упражнения	1	
95.	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы	1	
96.	Игра «Покажи жестами»(пантомима)	1	
97.	Игра «Я знаю пять названий»	1	
98.	Игра «Кошки-мышки»	1	
99.	Упражнения с мячом в кругу	1	
100.	Отработка маршевого шага.	1	
101.	Маршировка и пение.	1	
102.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры»	1	