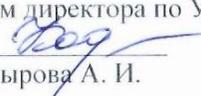


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Новоатъяловская средняя общеобразовательная школа»
ул. Школьная, д. 20, с. Новоатъялово, Ялуторовский район, Тюменская область, 627050
тел./факс 8 (34535) 34-1-60, e-mail: novoat_school@inbox.ru
ОКПО 45782046, ОГРН 1027201465741, ИНН/КПП 7228005312/720701001

<p style="text-align: center;">РАССМОТРЕНО</p> <p>На заседании педагогического совета Протокол № 1 от 28.08.2020</p>	<p style="text-align: center;">СОГЛАСОВАНО</p> <p>Заместителем директора по УВР</p> <p style="text-align: center;"> Кадырова А. И.</p>	<p style="text-align: center;">УТВЕРЖДАЮ</p> <p>Директор школы</p> <p style="text-align: center;"> Ф. Ф. Исакова Приказ № 171-од от 28.08.2020</p> 
---	--	--

Адаптированная рабочая программа
По ритмике
3А класса
(начальное общее образование)

Составитель: Мухамедов Р. А.
учитель физической культуры

Год разработки: 2020 год.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Предметные результаты:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.
- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения

Личностные результаты:

- 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.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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.

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.

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. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц.

Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. 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.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Раздел программы	Тема	Количество часов
1	Введение	Введение	1
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией	1
3		Перестроение из одного круга в два	1
4	Ритмико-гимнастические упражнения	Общеразвивающие упражнения	1
5	Танцевальные упражнения	Повторение элементов танца по программе 2 класса	1
6	Упражнения на ориентировку в пространстве	Построение в колонны по три	1
7	Танцевальные упражнения	Шаг на носках, шаг польки	1
8	Упражнения с детскими музыкальными инструментами Игры под музыку	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Игры под музыку	1
9	Танцевальные	Широкий, высокий бег	1

10	упражнения	Сильные поскоки, боковой галоп	1
11		Элементы русской пляски	1
12		Движения парами: боковой галоп, поскоки	1
13		Основные движения народных танцев	1
14		Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса	1
15	Игры под музыку	Игры под музыку	1
16	Танцевальные упражнения	Украинская пляска «Коло». Украинская народная мелодия	1
17		Парная пляска. Чешская народная мелодия	1
18	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на координацию движений	1
19	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Исполнение различных ритмов на барабане и бубне	1
20	Игры под музыку	Игры под музыку	1
21	Танцевальные упражнения	Пляска мальчиков «Чеботуха»	1
22	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на расслабление мышц	1
23	Танцевальные упражнения	Танец с хлопками	1
24	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на координацию движений	1
25	Танцевальные упражнения	Карельская народная мелодия	1

26	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на расслабление мышц	1
27	Танцевальные упражнения	Русская народная мелодия	1
28		Украинская народная мелодия	1
29	Игры под музыку	Игры под музыку	1
30	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на координацию движений	1
31	Танцевальные упражнения	Полька	1
32		Движения парами	1
33	Игры под музыку	Игры под музыку	1
34	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на расслабление мышц	1