

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

МО город Алексин

МБОУ «СОШ №5»

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

Рейзер Л.В.

Протокол № 2 от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «СОШ №5»

Шкурко Н.Н.

Приказ № 917/1 от «28» августа 2023 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Волшебный мир танца»
для учащихся 4 классов

Алексин, 2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Цели и задачи обучения, воспитания и развития детей по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности

Цель программы: удовлетворить потребность школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством комплекса оздоровительных мероприятий - подвижных игр, развития здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении.

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей.

Основными задачами данного курса являются:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств;
- развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- развитие сообразительности, творческого воображения;
- развитие коммуникативных умений;
- воспитание внимания, культуры поведения;
- создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- обучить умению работать индивидуально и в группе;
- развить природные задатки и способности детей;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается;
- развитие коммуникативной компетентности младших школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности.

Цели и задачи программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МБОУ «СОШ №5».

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Основная идея программы заключается

в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья младших школьников, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Содержание программы раскрывает механизмы формирования у обучающихся ценности здоровья на ступени начального общего образования и спроектирована с учётом нивелирования вышеперечисленных школьных факторов риска, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья школьников.

Актуальность

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости обучающихся, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности. Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих обучающихся, поступающих в первый класс, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему. У многих первоклассников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта. Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

Организация досуга – традиционное направление деятельности школы и внешкольных учреждений, в том числе учреждений дополнительного образования. Пристальное внимание к сфере досуга обусловлено стремлением наполнить свободное время ребенка видами творчества и формами занятий, которые оказывали бы позитивное влияние на его индивидуальность, снижали вероятность вовлечения в асоциальные группировки, препятствовали развитию вредных и опасных привычек и наклонностей. Программа призвана решить эту проблему самыми доступными и в то же время универсальными средствами – средствами игры. Программа использует потенциал досуга с его широкими просветительскими, познавательными, творческими возможностями, освоение которых обогащает содержание и структуру свободного времени, развивает общую культуру ребенка. Дает возможность познакомить детей с разнообразным миром устного народного творчества, различными видами игр, их особенностями и правилами, историей возникновения. Обучаясь по данной программе, дети не только знакомятся с устным народным творчеством, забытыми играми, но и приобретают организаторские качества, выраженные, ни сколько в знании разнообразных игр, а и в умении провести их среди сверстников в рамках правил и требований каждой игры.

1.2 Нормативные акты и документы, на основании которых разработана программа.

Программа разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 №273-ФЗ;
- Примерная основная общеобразовательная программа начального общего образования, рекомендованная Координационным советом при Департаменте общего образования Минобрнауки России по вопросам организации введения ФГОС (протокол заседания Координационного совета №1 то 27-28 июля 2010 год).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
- Федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, утверждённый приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 №1089».

- Приказ Минобрнауки России от 31.01.2012 № 69 «О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего и среднего (полного) общего образования, утверждённый приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 №1089».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 18.12.2012 № 1060 «О внесении изменений в федеральный государственный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373».
- Приказ Минобрнауки России от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
- Учебный план МБОУ «СОШ № 5» на 2015-2016 учебный год.
- Образовательная программа МБОУ «СОШ № 5» на 2015-2016 учебный год.
- Письмо МО и РТ от 18.08.2010 г №6871/10 «О введении ФГОС НОО»
- «Стандарты второго поколения: Рекомендации по организации внеучебной деятельности учащихся».

1.3 Место и роль курса в достижении планируемых результатов освоения основной образовательной программы Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Программа формирует общеучебные умения и навыки у учащихся. Игры и спортивные танцы развивают ловкость, гибкость, силу, моторику рук, воображение, функции зрения, тренируют реакцию и координацию движений, воспитывают навыки общения, в них познаются этические нормы. Они разнообразны и эмоциональны. Помимо того, народные игры имеют огромное значение для духовно-нравственного, эстетического, семейного воспитания так, как знакомят с национальными традициями и культурой.

Таким образом, программа направлена на духовное совершенствование личности учащегося школы, расширение его историко-культурного кругозора и повышение уровня национального самосознания.

Содержание программы отвечает требованию к организации внеурочной деятельности. Подбор игр, танцев и заданий отражает реальную физическую,

умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению и реализацию планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Ценностными ориентирами содержания являются:

- формирование умения рассуждать как компонента логической грамотности;
 - формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия,
 - развитие познавательной активности и самостоятельности обучающихся;
 - привлечение обучающихся к обмену информацией в процессе свободного общения на занятиях.
- духовно-нравственное развитие личности учащегося, воспитание его ценностного отношения на основе обогащения опыта эмоционально - ценностного восприятия явлений жизни и деятельности.

1.4 МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Место в учебном плане

Программа рассчитана на 68 часов в год с проведением занятий 2 раза в неделю.

Участники программы – учащиеся 4 классов.

Основными формами проведения занятий являются: групповая

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа опирается на следующие педагогические идеи и принципы:

- гуманизации образования;
- культуросообразности;
- осуществление целостного подхода к воспитанию;
- соответствия содержания возрастным особенностям учащихся;
- деятельностного подхода в обучении;
- формирования социально приемлемых интересов и потребностей учащихся и т.д.

Деятельность, положенная в основу данной программы, выполняет несколько функций:

- -развлекательную - создает благоприятную атмосферу, душевную радость, эмоциональный комфорт,

- -коммуникативную - объединяет детей в коллектив и благоприятствует установлению контактов,
- -релаксационную – снимает эмоциональное напряжение, вызванное нагрузкой на нервную систему при интенсивном обучении,
- -развивающую – создает условия для личностного развития детей, их мотивации к познанию и творчеству, и активизирует их резервные возможности,
- -воспитывающую – формирует уважение к историческому наследию, способствует психотренингу и психокоррекции проявлений личности в игровых моделях жизненных ситуаций.

2.2 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ

Универсальными компетенциями учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:-

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты:

Ученик научится:

- получит первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

Ученик получит возможность научиться:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы и на формирование правильной осанки.

3. Описание учебно – методического и материально – технического обеспечения образовательного процесса.

Учебно-методическое обеспечение:

Литература

1. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф». 2002.- 205 с.
2. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
3. Захаров. А.Н. Как предупредить отклонения в поведении детей. М. 2005. - 85 с.
4. Карасева, Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // Начальная школа – 2005. – № 11. – С. 75–78.
5. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. : Вако, 2004. – 124 .

6. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
7. Невдахина, З.И. Дополнительное образование: сборник авторских программ / ред.-сост. З.И. Невдахина. - Вып. 3.- М.: Народное образование; Ставрополь: Ставропольсервисшкола, 2007. – 134 с.
8. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2007. - 176с. - / Мозаика детского отдыха.
9. Синягина, Н.Ю. Как сохранить и укрепить здоровье детей: психологические установки и упражнения [Текст] / Н.Ю. Синягина, И.В. Кузнецова. – М.: Владос, 2003. – 112 с.
10. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и Школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
11. Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. – М.: 1991. – 120 с.
12. Барканов, С.В. Формирование здорового образа жизни российских подростков: Учебно-методическое пособие / С.В. Барканов – М.: Владос, 2001.
13. Белоножкина, О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. Волгоград. Учитель, 2007.
14. Богданов, Г.П. Система внеурочных занятий со школьниками оздоровительной физической культурой, спортом и туризмом / Г.П. Богданов, О.У. Устенев – М., 1993.
15. Богданов, В.П. Будьте здоровы: Оздоровительная физическая культура, спорт и туризм в кружковой работе с молодежью и взрослыми: методическое пособие / В.П. Богданов – М., 1990.
16. Гальцова, Е.А., Власенко, О.П. Спортивный серпантин. Сценарии спортивных мероприятий. Волгоград: Учитель, 2007.
17. Гордияш, Е.Л., Жигульская, И.В., и др. Физическое воспитание в школе. Волгоград: Учитель, 2008.
18. Журнал «Физическая культура в школе»
19. Казин, Э.М. Физическое развитие личности в воспитательно-образовательном процессе школы. Кемерово. 2005.
20. Кенеман, А.В. Детские подвижные игры народов СССР / А.В. Кинеман - М.: Просвещение, 1988г.
21. Кузнецов, В.С., Колодницкий, Г.А. «Физическая культура. Упражнения и игры с мячами». Методическое пособие. М., НЦ ЭНАС. 2002.

22. Литвинова, М.Ф. «Русские народные подвижные игры». Под редакцией Русской, Л.В. М., Просвещение. 1986г.
23. Патрикеев, А.Ю. «Подвижные игры» 1-4 классы. Учебно-методическое пособие. М., ВАКО. 2007г.
24. Пензулаева, Л.И. «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 5-7лет». М., Владос, 2001г.
25. Сайт о русских народных играх. – <http://www.glee.ru>.
26. Степанов, П.В., Сизяев, С.В., Сафронов Т.Н. программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность Спорттивно-оздоровительная деятельность. М., Просвещение, 2011.
27. Яковлев, В.Г. Подвижные игры / В.Г. Яковлев. М.: Просвещение, 1992.
- 32.Лях В.И. «Физическая культура.1-4 классы «Учебник для общеобразовательных организаций.-М,: «Просвещение»,2014.
- 33.Т.И. Васильева «Тем, кто хочет учиться балету» Москва, Издательство «ГИТИС»2008.
- 34.Т.С.Лисицкая «Методика организации и проведения занятий фитнесом в школе.» Москва педагогический университет «1 сентября»
- 35.Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа: математика, физическая культура, ритмика, трудовое обучение. Издательство «Дрофа», 2009.
- 36.Т. А. Замятина, Л. В. Стрепетова. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. Издательство «Глобус», 2004

Перечень оборудования, необходимого для реализации программы:
Театральные костюмы, маски.

Реквизит для народных, спортивных игр: Мячи, скакалки, кегли, обручи.

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Количество часов
1.	Элементы ритмики и музыкальной грамоты.	4

2.	Подготовительные упражнения.	10
3.	Партерная гимнастика.	26
4.	Закрепление музыкально-ритмического материала в игре.	10
5.	Элементы фитнес-аэробики	8
6.	Музыкально-танцевальные импровизации.	10
	Всего	68

Календарно-тематическое планирование по предмету «Спортивные танцы» в 5-х классах								
№	Тема урока	Дата	Основные вопросы, рассматриваемые на уроке	Планируемые результаты			Тип урока	Вид контроля
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
Элементы ритмики и музыкальной грамоты-4 ч.								
1,2	Техника безопасности и во время занятий.		Ознакомление с предметом «Хореография»	Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.	Определять состав спортивной одежды для занятий хореографии	Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.	Изучение новых знаний.	Входной
3,4	Длительность, ритмический рисунок,		Характер музыки (веселая, спокойная, энергичная).	Различать темпы и характер музыки.	Умение доносить полученную информацию в	Проявление положительных качеств личности и управление своими	Формирование новых умений.	Текущий

	акцент, музыкальн й размер.		Музыка маршевая и танцевальная. Особенности танцевальных жанров; вальс, полька, галоп.		доступной эмоционально яркой форме в процессе общения средством музыки.	эмоциями.		
Подготовительные упражнения - 10 ч.								
5,6	Естественны е бытовые шаги. Танцевальн ый шаг с вытягивание м пальцев ног.		Различные виды шагов.	Различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила).	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе.	Проявление дисциплинированн ости, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Комбини рованный	Текущ ий
7,8	Шаркающие шаги. Шаги на полу- пальцах при вытянутых коленях «ходули»		Различные виды шагов.	Различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила).	Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе.	Развить интерес к ритмико- танцевальным, упражнениям.	Комбини рованный	Текущ ий
9,10	Шаги на		Различные виды	Различать	Уметь	Развить интерес к	Комбини	Текущ

	пятках. Шаги с высоко поднятыми коленями и вытянутыми пальцами ног.		шагов.	упражнения на развитие основных физических качеств (сила, выносливость).	правильно выполнять основные движения в ходьбе.	ритмико- танцевальным упражнениям.	рованный	ий
11,1 2	Легкий бег. Бег с вытянутыми пальцами ног. Бег с выбрасыва- нием ног вперед на 45 градусов.		Различные виды шагов бега.	Различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила, быстрота).	Уметь бегать в равномерном темпе.	Развить интерес к ритмико- танцевальным упражнениям.	Комбини рованный	Текущ ий
13,1 4	Бег с высоко поднятыми коленями Бег с подскоками. Мелкий бег на полу-		Различные виды шагов бега.	Различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила,	Уметь правильно выполнять основные движения в беге.	Развить интерес к ритмико- танцевальным упражнениям.	Комбини рованный	Текущ ий

	пальцах.			быстрота).				
Партерная гимнастика - 26ч.								
15,1 6	На расслабление и напряжение мышц.		Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.	Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.	Проявлять качества силы координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.	Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.	Промежуточный	Текущий
17,1 8	На расслабление и напряжение мышц.		Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.	Умение координировать свои усилия.	Начинать и заканчивать движение в соответствии со звучанием музыки.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Промежуточный	Текущий
19,2 0	Для улучшения выворотности ног «бабочка», «лягушка»		Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.	Умение координировать свои усилия.	Занять правильное исходное положение сидя.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Текущий
21,2	Для		Вспомогательные	Умение	Занять	Развить интерес к	Практическое	Текущий

2	улучшения выворотности и ног «бабочка», «лягушка»		и корректирующие упражнения на полу.	координировать свои усилия.	правильное исходное положение сидя.	гимнастическим упражнениям.	ское применение знаний	ий
23,2 4	Для исправления сутулости «кольцо», «лодочка», «мостик»		Вспомогательные и корректирующие упражнения на полу.	Умение работать в парах.	Занять правильное исходное положение сидя, лежа на животе и на спине, стоя.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Текущий
25,2 6	Для исправления сутулости «кольцо», «лодочка», «мостик»		Вспомогательные и корректирующие упражнения на полу.	Умение работать в парах.	Занять правильное исходное положение сидя, лежа на животе и на спине, стоя.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Текущий
27,2 8	Для исправления Х-образных ног и О-образных ног		Вспомогательные и корректирующие упражнения на полу.	Умение работать в парах.	Занять правильное исходное положение лежа на спине, с натянутыми	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Текущий

	«циркуль».				пальцами ног.			
29,3 0	Для исправления Х-образных ног и О-образных ног «циркуль».		Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.	Умение работать в парах.	Занять правильное исходное положение лежа на спине, с натянутыми пальцами ног.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Текущий
31,3 2	Для исправления сутулости.		Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.	Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.	Занять правильное исходное положение лежа на спине, с натянутыми пальцами ног.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Контроль успеваемости.
33,3 4	Для исправления сутулости.		Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.	Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.	Занять правильное исходное положение лежа на спине, с натянутыми пальцами ног.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Текущий
35,3 6	Подводящие к экзерсису упражнения		Вспомогательные и корригирующие упражнения на	Умение координировать свои усилия.	Занять правильное исходное	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение	Текущий

	(л/ш,п/ш,поп/ш)		полу.		положение сидя, с натянутыми пальцами ног.		ие знаний	
37-40	Подводящие к экзерсису упражнения (л/ш,п/ш,поп/ш)		Вспомогательные и корригирующие упражнения на полу.	Умение координировать свои усилия.	Занять правильное исходное положение сидя, с натянутыми пальцами ног.	Развить интерес к гимнастическим упражнениям.	Практическое применение знаний	Текущий
Закрепление музыкально-ритмического материала в игре -10 ч.								
41,42	Игра «Золотые ворота»		Игровая деятельность.	Овладение основами пространственного воображения.	Уметь играть в подвижные игры с шагами, бегом, прыжками.	Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Комбинированный	Текущий
43,44	Игра «Море волнуется раз»		Игровая деятельность.	Овладение основами пространственного	Уметь играть в подвижные игры с шагами, бегом,	Развить интерес к ритмико-танцевальному, гимнастическим	Комбинированный	Текущий

				воображения.	прыжками.	упражнениям.		
45,4 6	Игра «пустое место»		Игровая деятельность.	Овладение основами пространственн ого воображения.	Уметь играть в подвижные игры с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к ритмико- танцевальным, гимнастическим упражнениям.	Комбини ро- ванный	Текущ ий
47,4 8	Игра хороводная игра «огуречик»		Игровая деятельность.	Овладение основами пространственн ого воображения.	Уметь играть в подвижные игры с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к ритмико- танцевальным, гимнастическим упражнениям.	Комбини ро- ванный	Текущ ий
49,5 0	Игра «ручеек»		Игра«третий лишний»	Овладение основами пространственн ого воображения.	Уметь играть в подвижные игры с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к ритмико- танцевальным, гимнастическим упражнениям.	Комбини ро- ванный	Текущ ий
Элементы фитнес-аэробики - 8 ч.								
51	Ви-степ, джампинг- джек, бокс- степ.		Основные шаги, скачки, подскоки классической аэробики.	Различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила,	Уметь двигаться в темпе музыки с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к танцевальным упражнениям.	Комбини ро- ванный	Проме жуточн ый.

				Быстрота, выносливость)				
52	Мамбо, реверс-степ, приставной шаг.		Основные шаги, скачки, подскоки классической аэробики.	Различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила, Быстрота, выносливость)	Уметь двигаться в темпе музыки с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к танцевальным упражнениям.	Комбини ро- ванный	Текущ ий
53	Переходы с ноги на ногу.		Основные шаги, скачки, подскоки классической аэробики.	Различать упражнения на развитие основных физических качеств (сила, Быстрота, выносливость)	Уметь двигаться в темпе музыки с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к танцевальным упражнениям.	Комбини ро- ванный	Текущ ий
54	Повороты, круги.		Основные шаги, скачки, подскоки классической аэробики.	Различать упражнения на развитие основных физических	Уметь двигаться в темпе музыки с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к танцевальным упражнениям.	Комбини ро- ванный	Текущ ий

				качеств (сила, Быстрота, выносливость)				
55,5 6	Работа с игрушками		Наклоны, перекаты, приседания с игрушками (мягкие игрушки- зайчики, мишки и т. д	Умение работать в парах.	Уметь двигаться в темпе музыки с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к ритмико- танцевальным, гимнастическим упражнениям.	Систе- матизаци я изученно го.	Текущ ий
57,5 8	Работа со скакалкой		Прыжки через скакалку.	Сохранять устойчивость	Уметь двигаться в темпе музыки с шагами, бегом, прыжками.	Развить интерес к упражнениям со скакалкой.		
Музыкально-танцевальные импровизации - 10 ч.								
59- 66	Постановочн ая работа.		Танец «Игрушки»	Умение работать в парах.	Проявлять качества силы, координа- ции и выносливости при выполнении акробатических	Развить эстетический вкус, культуру.	Контроль и коррекци я знаний, умений.	Контро ль успева емости.

					упражнений и комбинаций.			
67,6 8	Показательное выступление		Закрепление пройденного материала	Проверка качества освоения программного материала.	Проявлять качества силы координации и выносливости при выполнении упражнений и комбинаций.	Сформировать внутреннюю позицию ученика к выступлению на открытом уроке.	Обобщение и систематизация изученного.	Итоговый