

муниципальное общеобразовательное учреждение
«Шахтёрская начальная школа»

Согласовано <u>15.09</u> 2014г. <i>Курочкин</i>	Утверждаю Директор МОУ НШ <i>Моторина В.М.</i> Приказ № <u>954</u> от <u>15.09</u>
---	--

**Рабочая программа
кружка «Ритмы жизни»
3-4 классы (1-4)
на 2014-2015 учебный год**

Составитель:
Астахова Галина Алексеевна
воспитатель

2014г.

Пояснительная записка к рабочей программе
по курсу «Ритмика»
на период 2014-2015 учебного года.

Рабочая программа по ритмике составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральным компонентом государственного стандарта общего образования. Начальное общее образование (одобрен решением коллегии Минобрания России и Президентом Российской академии образования от 23 декабря 2003 г. № 21-12, утвержден приказом Минобрания России «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» от 5 марта 2004 г. № 1089).
 2. Концепцией и программно-методическими материалами для начальной школы. Коррекционно-развивающее обучение: физическая культура и ритмика. Издательство «Дрофа», 2009.
 3. Данная рабочая программа разработана и составлена на основе авторской образовательной программы по курсу «Ритмопластика».
- Программа по ритмике рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю), содержит 3 раздела:
- ритмико-гимнастические упражнения,
 - пластический тренинг,
 - импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку.

Цели и задачи курса ритмики.

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

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих задач:

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально-ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- приобщение к музыке, восприятие, различие и понимание специфических средств музыкального «языка»: высота звука, динамика, темп;
- усвоение несложных музыкальных форм, развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Общая характеристика курса «Ритмика».

Ритмико – гимнастические упражнения.

Тренинг проводится в начале занятия, являясь организующим моментом. Эти упражнения включают гимнастическую ходьбу, легкий бег. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для формирования рефлекса правильной осанки, исправления таких недостатков, как плоскостопие, косолапость, шаркающая походка и т.д.

В этот раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации.

Пластический тренинг.

В этот раздел входят упражнения для развития гибкости и подвижности рук, ног, тела. Служат в качестве общего тренажа взамен резких тренирующих элементов. Пластический тренинг используется как метод релаксации, как одна из форм ЛФК.

Импровизация движения на музыкальные темы, игры под музыку.

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа. Ритмическая игра всегда ставит какую-нибудь учебную задачу музыкального или организующего порядка – ориентировку в строении музыкального примера, концентрацию внимания, быструю реакцию на сигнал. Эти задачи обличены в игровую форму.

Ценностные ориентиры содержания курса «Ритмика».

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

Результаты освоения курса ритмики.

1. Двигательные.

В процессе освоения курса дети научатся:

- владеть основами базовых видов двигательных действий;
- развивать, разогревать, укреплять мышцы и связки;
- развивать координационные (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласование движений всех звеньев тела) способности;
- управлять своим телом, закреплять навык правильной осанки;
- владеть комплексами упражнений для развития гибкости и подвижности мышц и связок, суставов;
- владеть простейшими элементами танца;
- владеть умением выразительно передавать различные игровые образы, выполнять упражнения с предметами, придумывать варианты образных движений в играх;
- владеть техникой элементарной релаксации.

2. Социокультурные.

У детей будут сформированы и развиты:

- волевые и нравственные качества при подготовке публичных выступлений (концерты и праздники);
- представления о физической и эстетической культуре личности и приемах самоконтроля и самоанализа;
- лидерские качества;

- научатся управлять своими эмоциями, взаимодействовать со сверстниками, владеть культурой общения, быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

3. Учебно-познавательные.

Младшие школьники научатся:

- действовать по образцу и по аналогии при выполнении упражнений;
- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в организации собственного досуга (моделировать танцевальные рисунки);
- анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное и урочное время под руководством учителя и самостоятельно;
- оценивать адекватно собственные физические и творческие возможности.

4. Компенсаторные.

В процессе занятий дети:

- разовьют умения в процессе двигательной активности выходить из затруднительного положения, вызванного психо-физическими нарушениями;
- освоют индивидуальные комплексы упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;
- научатся формировать положительные мотивации;
- научатся оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

Содержание курса «Ритмика».

Все классы разделены на группы.

Для каждой группы классов, с учетом возраста составлен календарно-тематический план.

Учебные и коррекционные задачи реализуются с учетом возраста, уровня восприятия учебного материала, уровня физических возможностей ребенка.

1. Первый год обучения.

1-е классы (1а, 1б, 1в, 1г, 1д, 1е, 1ж).

Возраст: от 6,7 до 8, 9 лет.

а) Ритмико-гимнастические упражнения.

Задачи:

Сформировать умение детей выразительно ритмично двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, музыкальными образами, передавать несложный музыкально-ритмический рисунок, самостоятельно начинать упражнения после музыкального вступления.

б) Пластический тренинг.

Задачи:

Освоить и закрепить элементарный комплекс упражнений по пластике.

в) Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку.

Задачи:

Научиться выразительно передавать различные игровые образы, выполнять упражнения с предметами, инсценировать игровые песни, придумывать варианты образных движений в играх. Сюжетные игры на распознавание ритма.

2. Второй год обучения.

2-е классы (2а, 2б, 2в, 2г, 2д, 2е, 2ж, 2з, 2и).

Возраст: от 8 до 9, 10 лет.

а) Ритмико-гимнастические упражнения.

Задачи:

Освоить основные движения под музыку на 2/4 и 4/4 – ходьба, бег.

Научиться начинать и оканчивать движение одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Передавать в движении шагом различного

характера музыки (бодрый, задумчивый), различного темпа, строевым или мягким шагом, ходьбой на пятках и носках. Освоить ходьбу и бег друг за другом по одному, врассыпную с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Выполнять под музыку общеразвивающие упражнения.

б). Пластический тренинг.

Задачи:

Закрепление и работа над качественным выполнением пластического тренинга.

в). Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку.

3. Третий год обучения.

3-и классы (3а, 3б, 3в, 3г, 3д, 3е, 3ж).

Возраст: от 9 до 10 лет.

а). Ритмико-гимнастические упражнения.

Задачи:

Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку на 2/4 и 4/4 – ходьбы, бега, подскока. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера музыкального сопровождения. Включение в движение одновременно с началом звучания музыки и прекращение движения с окончанием музыки. Освоение движений и упражнений, требующих внимания и координации движения рук и ног. Освоить ходьбу и бег в колонне по одному, парами, по четыре человека. Выполнять четко и ритмично общеразвивающие упражнения.

б). Пластический тренинг.

Задачи:

Закрепление, качественное выполнение пластического тренинга, его усложнение.

в). Импровизация движений.

Задачи:

Передавать различными формами движения динамические акценты музыки, отрывистость, связность и плавность входящей и исходящей линии мелодии. Освоение подражательных движений, игр под музыку.

4. Четвертый год обучения.

4-е классы (4а, 4б, 4г, 4д, 4з, 4в, 4е, 4ж).

Возраст: от 10 до 11, 12 лет.

а). Ритмико-гимнастические упражнения.

Задачи:

Освоение основных движений под музыку на 3/4, движений под музыку с двухдольным и четырехдольным размерами. Выражение хлопками и другими движениями сильных долей такта. Чередование бега и подскока, шага и приседаний, разных видов ходьбы в соответствии с изменениями в музыке. Выполнение общеразвивающих движений под музыку, упражнений на равновесие, на формирование красивой осанки, на развитие ловкости.

б). Пластический тренинг.

Задачи:

Дальнейшее совершенствование выполнения пластического тренинга.

Освоение техники релаксации.

в). Импровизация.

Задачи:

Самостоятельный подбор свободных естественных движений под музыку различного характера на определенную тему. Освоение подражательных движений, игр под музыку.

5. Классы: 1д, 1е, 1ж, 2е, 2ж, 2з, 2и, 3г, 3д, 3е, 3ж, 4в, 4е, 4ж, 5ж, 6д занимаются по планам своих возрастных групп, но процесс освоения материала

увеличивается во временных рамках для его качественной наработки. Образная форма подачи учебного материала дает благоприятный эмоциональный настрой. В работе с детьми этих классов возникает необходимость неоднократных повторов тематики занятий.

6. Классы: 10г, 10ж, 10с, 10д работают по индивидуальным планам для каждого возраста и уровня психо - физических особенностей ребенка.

Главной целью и задачей в работе с этой группой является создание благоприятного психо - эмоционального фона с помощью средств ритмики, пластики и музыки для ритмико – интонационной стимуляции коры головного мозга. Это позволяет использовать возможности остаточного слуха для формирования рече – двигательной кинестезии (речевые и двигательные навыки после неоднократных тренировок).

На занятиях в основном используется:

1. Пальчиковая гимнастика.
2. Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами и игрушками.
3. Гимнастические упражнения элементарного уровня.
4. Изображение птиц, животных по показу педагога, с помощью игрушек, детских картинок.
5. Освоение свободного движения под четко ритмически доступную музыку.
6. Свободная передача сильных и слабых долей такта притопами, хлопками и другими формами движения.

Отслеживание результатов (мониторинг).

1. В конце каждой четверти проводятся контрольные занятия, которые включают в себя тестовые задания на основе пройденного материала в данной четверти по всем разделам программы;

- ритмико-гимнастические упражнения;
- пластический тренинг;

- игры под музыку, импровизации, движения на музыкальную и словесную темы.

2. После чего оформляется таблица оценивания динамики усвоения материала и развития воспитанника, где указаны:

1. Перечень параметров: двигательные действия, техника движения, музыкально-ритмическая координация, фиксация внимания.

2. Нулевой, промежуточный, контрольный срезы

3. Обозначение значками уровня усвоения материала: слабый, средний, нормальный.

4. По результатам контрольных уроков и с помощью таблиц составляется аналитическая справка, где отражаются, систематизируются полученные результаты, делаются выводы для дальнейшей успешной работы с воспитанниками.

Отрицательные результаты являются сигналом для разработки других методов работы с данным воспитанником.

Учебно – методическое обеспечение.

1. Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа: математика, физическая культура, ритмика, трудовое обучение. Издательство «Дрофа», 2009.
2. Т. А. Замятина, Л. В. Стрелетова. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. Издательство «Глобус», 2009.
3. Е. В. Васина, Е. Л. Савченко, сборник программ художественно-эстетического образования: история хореографического искусства, современный танец, ред. Дизендорф Н. Д. – Челябинск: ООО «Издательство Рекпол», 2008.
4. Видеодиски «Уроки ритмики». Автор: учитель ритмики Семенкова Л. Ю.
5. Видеодиски «Уроки хореографии». Авторы: Е. В. Васина, Е. Л. Савченко.

Календарно-тематическое планирование

Количество часов в неделю - час.

Количество часов в год - час.

	Тема	Содержание	Дата	Вид контроля	Характеристика деятельности учащихся	Корректировка часов
			I четверть			
1.	Ритмика	Введение в специализацию по всем разделам. Создание благоприятного эмоционального фона				
2.	Ритмика. Гимнастика.	Ритмичный шаг под музыку. Разогрев под музыку. Тренировка слухового внимания.			Осваивать упражнения для разогрева мышц. Выполнять команды учителя.	
3.	Ритмика. Гимнастика. Игра «Эстафета».	Закрепление пройденного материала.			Выполнять правильно гимнастические упражнения.	
4.	Ритмика. Гимнастика.	Определение характера музыкальных фраз и воплощение в движение. Разогрев. Тренировка.			Определять характер музыкальной фразы. Осваивать технику гимнастических упражнений.	
5.	Ритмика. Пластика.	Закрепление навыка выразительно и ритмично выполнять			Закрепление навыка выразительно и ритмично выполнять	

		упражнения. Разучить упражнения для рук.			упражнения. Разучивание упражнения для рук.	
6.	Ритмика. Пластика – гимнастика рук.	Различные движения в характере музыкальной темы.			Осваивать технику гимнастических упражнений.	
7.	Ритмика. Игра «Курочка».	Разогрев мышц, наработка гибкости. Тренировка внимания.			Осваивать технику гимнастических упражнений. Тренировать наблюдатель- ность.	
8.	Ритмика. Пластика – гимнастика рук. Игра «Курочка».	Закрепление разучивания упражнений для рук. Тренировка внимания и наблюдатель- ности.			Продолжать усваивать технику упражнений для рук. Тренировать внимание и наблюдатель- ность.	
9.	Ритмика – шагистика. Игра «Изображение птиц»	Шагистика в различных ритмах и темпах. Игра «Изображение птиц».			Осваивать комплексы ритмической шагистики. Тренировать наблюдатель- ность.	
10.	Пластика рук.	Закрепление комплекса упражнений пластики рук.			Выполнять правильно упражнения пластики рук по показу учителя	
11.	Ритмика. Игра «Топ-хлоп».	Самостоятель- ный выбор формы движения. Игра «Топ-хлоп».			Учить детей самим определять форму движения, чувствовать ритм.	
12.	Ритмика. Гимнастика. Шагистика.	Разогрев, тренировка. Закрепление			Выполнять правильно комплексы	

		навыка ритмично двигаться.			упражнений, ритмично двигаться.	
13.	Ритмика. Гимнастика.	Тренировка выразительных и ритмичных движений в характере музыки.			Продолжать осваивать технику гимнастических упражнений. Определять характер музыкальной фразы.	
14.	Гимнастика. Шагистика.	Разогрев и растяжение мышц. Развитие образного мышления.			Выполнять правильно упражнения по растяжению мышц по показу учителя. Развивать образное мышление на основе характера музыкальной фразы.	
15.	Ритмика. Гимнастика. Игра «Оправдание поз»	Навык движения в характере и жанре музыки.			Продолжать усваивать технику ритмических упражнений. Чувствовать характер и жанр музыки.	
16.	Ритмика.	Взаимодействие элементов. Игра «Оправдание поз».			Выполнять комплекс ритмической гимнастики. Выполнять правила игры и взаимодействовать со сверстниками.	
17.	Ритмико-гимнастический комплекс. Пластический тренинг. Игра	Контрольное занятие. Проверка качества освоения		Тестовые задания: 1.Элементарный комплекс	Выполнять комплекс ритмической гимнастики и пластики	

	«Птицы»	материала.		шагистики и гимнастики. 2.Пластический рисунок. 3.Игра на внимание.	правильно. Выполнять правила игры и взаимодействовать со сверстниками	
			II четверть			
1.	Ритмические рисунки. Пластика рук.	Развитие восприятия музыкально-ритмического рисунка. Ознакомление с понятиями о пластике.			Осваивать понятие о пластике и музыкально-ритмических рисунках	
2.	Ритмические рисунки. Пластика рук.	Развитие восприятия музыкально-ритмического рисунка. Дальнейшее ознакомление с понятиями о пластике.			Продолжать осваивать понятие о пластике и музыкально-ритмических рисунках	
3.	Ритмические рисунки. Пластика рук.	Разучивание хороводных шагов. Работа над гибкостью суставов.			Осваивать технику хороводных шагов. Выполнять комплекс упражнений для рук.	
4.	Ритмические рисунки. Пластика рук.	Продолжение разучивания хороводных шагов. Упражнения на гибкость суставов.			Продолжать осваивать технику хороводных шагов. Выполнять комплекс упражнений для рук	
5.	Ритмическая гимнастика.	Разогрев. Тренировка			Правильно выполнять	

	Ритмические рисунки.	мышц. Разучить и закрепить хороводные шаги.			комплекс ритмической гимнастики. Осваивать технику хороводных шагов	
6.	Ритмика – шагистика. Ритмические рисунки.	Определение музыкального размера. Приставные шаги.			Определять музыкальный размер с помощью учителя. Освоить технику приставных шагов.	
7.	Ритмические рисунки. Шагистика.	Ходьба «Веревочка»			Освоить технику ходьбы «Веревочка»	
8.	Ритмическая гимнастика. Пластика рук.	Разогрев мышц, растяжки. Усложнение комплекса упражнений.			Правильно выполнять комплекс упражнений ритмической и пластической гимнастики	
9.	Ритмическая шагистика. Пластика рук. Игра «Паучок»	Умение начинать упражнения после музыкального вступления. Нарботка гибкости и подвижности суставов. Тренировка внимания.			Выполнять правильно упражнения и элементы пластики и гимнастики. Тренировать внимание.	
10.	Ритмическая гимнастика. Пластика рук.	Учимся точным подражательным движениям. Тренировка внимания			Осваивать технику подражательных движений. Тренировать внимание	
11.	Ритмическая гимнастика. Пластика рук.	Качество исполнения и выполнение заданий. Тренировка		Тестовые задания: 1.Ритмический рисунок.	Уметь качественно выполнять ритмические и пластические задания.	

		внимания.		2.Пластический комплекс упражнений для рук	Описывать и анализировать свои наблюдения	
12.	Пластика. Игра «Эстафета»	Наработка гибкости и подвижности суставов. Тренировка наблюдательности			Правильно выполнять комплекс упражнений пластической гимнастики. Тренировать наблюдательность.	
13.	Ритмические рисунки. Пластика рук. Игры «Паучок», «Эстафета»	Развитие восприятия ритмического рисунка. Наработка гибкости и подвижности суставов. Тренировка наблюдательности и внимания			Правильно выполнять комплекс упражнений пластической гимнастики. Тренировать наблюдательность и внимание.	
			III четверть			
1.	Ритмика-шагистика. Гимнастика	Виды ходьбы. Разогрев и тренировка мышц.			Продолжать разучивать виды ходьбы. Правильно выполнять комплекс ритмической гимнастики	
2.	Ритмика-шагистика. Игра «Надувные куклы»	Повтор пройденного материала. Тренировка внимания			Осваивать виды ходьбы. Тренировка внимания	
3.	Ритмика – ходьба в ритмических	Анализ музыкальной темы, движение			Анализировать с помощью учителя характер	

	рисунках	в её характере			музыкальной темы	
4.	Пластика ног	Разбор основных понятий			Осваивать комплекс упражнений для ног	
5.	Ритмика - шагистика	Умение начинать упражнение после музыкального вступления			Выполнять точно команды учителя	
6.	Пластика ног. Подвижность ног				Продолжать осваивать упражнение для ног	
7.	Ритмическая гимнастика	Темп мелодии – умение быстро реагировать на сигнал			Тренировать внимание	
8.	Пластика ног	Качество выполнения упражнений			Правильно выполнять упражнения для ног	
9.	Ритмическая гимнастика	Разогрев, гибкость, подвижность суставов			Правильно выполнять «разогревающий» комплекс упражнений	
10.	Пластика ног. Игра «Паучки»	Гибкость ног, подвижность суставов. Тренировка внимания. Точность подражательных движений			Правильно выполнять упражнения для ног. Тренировать внимание. Демонстрировать подражательные движения	
11.	Ритмика – виды прыжков.	Разучивание прыжкового комплекса			Осваивать комплекс прыжковых упражнений	
12.	Пластика ног. Игра «Медузы»	Гибкость, подвижность суставов.			Правильно выполнять упражнения для	

		Тренировка внимания. Работа над образностью выполнения			ног. Тренировать внимание. Анализировать с помощью учителя игровые образы	
13.	Ритмика – виды прыжков	Закрепление пройденного материала			Выполнять правильно и точно комплекс прыжковых упражнений	
14.	Пластика рук и ног	Соединение в один комплекс комплексов рук и ног			Выполнять правильно и точно пластический тренинг для рук и ног	
15.	Ритмика – шагистика. Игра «Эстафета»	Закрепление пройденного материала. Распознавание ритма			Выполнять точно звуковые команды учителя	
16.	Ритмика – шагистика.	Навык танцевальной шагистики			Освоение элементов танцевальной шагистики	
17.	Ритмика - шагистика	Распознавание ритма			Продолжать осваивать элементы танцевальной шагистики. Распознавать ритм	
18.	Ритмика. Гимнастика	Закрепление пройденного материала			Правильно и точно выполнять комплекс ритмической гимнастики	
19.	Ритмика. Гимнастика	Повтор пройденного материала			Выполнять точно звуковые команды учителя	
20.	Ритмика. Гимнастика	Закрепление пройденного материала			Демонстрировать технику выполнения комплекса	

					ритмической гимнастики	
			IV четверть			
1.	Ритмика. Пластика рук, ног. Игра «Хаос»	Повтор пройденного материала.		Тестовые задания: Ритмико-гимнастический комплекс упражнений	Демонстрировать технику выполнения комплексов упражнений ритмической гимнастики и пластики рук и ног	
2.	Пластика рук, ног. Игра «Хаос»	Повтор пройденного материала. Правильное исполнение всего комплекса упражнений			Качественно выполнять комплекс упражнений пластики рук и ног	
3.	Ритмика – шагистика. Ритмический рисунок	Закрепление умения ритмично двигаться			Демонстрировать выполнение комплекса ритмической шагистики в ритмических рисунках на заданную тему	
4.	Ритмика – шагистика. Ритмический рисунок	Качество выполнения			Качественное выполнение комплекса ритмической шагистики в ритмических рисунках на заданную тему	
5.	Ритмика, гимнастика	Выделение музыкальных фраз хлопками и притопами			С помощью учителя анализировать характер музыкальных фраз, выделять их	

					хлопками и притопами	
6.	«Эстафета ритма»	Разогрев, подвижность суставов. Фиксация внимания			Фиксировать внимание. Правильно выполнять разогревающие комплексы упражнений	
7.	Ритмика – бег под музыку. Игра «Зверята»	Разбор основных понятий выполнения комплекса. Образность и точность исполнения			Освоение понятий и техники выполнения ритмического бега. Образно и точно демонстрировать подражающие движения	
8.	Пластика. Игра «Зверята»	Моделирование пластического рисунка. Просмотр и совместный анализ домашних зарисовок			Выполнять качественно тренинг. Моделировать самостоятельно пластический рисунок	
9.	Ритмика: виды прыжков. Пластика. Игра «Зверята»	Разогрев, тренировка, умение ритмично двигаться.			Разогревать, тренировать мышцы и двигаться в такт музыкальной темы. Моделировать самостоятельно пластический рисунок	
10.	Ритмика. Гимнастика. Пластическая игра «Листопад»	Разогрев, тренировка мышц. Самостоятельный подбор движений на заданную тему			Делать подбор движений на заданную тему	

11.	Ритмика. Гимнастика. Пластическая игра «Лес»	Разогрев, тренировка мышц. Показ, совместный анализ показа			Правильно выполнять комплекс упражнений. Анализировать собственное выполнение	
12.	Ритмика. Гимнастика. Пластическая игра «Море»	Разогрев, тренировка мышц. Самостоятельный подбор движений на заданную тему			Правильно выполнять комплекс упражнений. Делать подбор движений на заданную тему	
13.	Ритмика. Гимнастика. Пластическая игра «Оправдание поз»	Разогрев, тренировка мышц. Показ, совместный анализ показа			Правильно выполнять комплекс упражнений. Анализировать выполнение товарища	
14.	Ритмика. Гимнастика. Пластическая игра «Море»	Разогрев, тренировка мышц. Показ, совместный анализ показа			Правильно выполнять комплекс упражнений. Анализировать собственное выполнение	
15.	Ритмические зарисовки. Пластический рисунок	Показ пластических ритмических рисунков			Знать и различать пластический тренинг, ритмические рисунки	
16.	Ритмические зарисовки. Пластический рисунок	Контрольное занятие. Показ лучших пластических ритмических рисунков, совместное обсуждение		Тестовые задания: 1.Ритмичес кие зарисовки. 2.Пластичес кий рисунок 3.Этюды	Знать и различать пластический тренинг, ритмические рисунки. Анализировать собственное выполнение комплексов	

					упражнений и этюдов	
--	--	--	--	--	------------------------	--