Календарно – тематическое планирование.

3-й год обучения : 3а, 3б, 3в, 3г, 3д, 3е, 3ж.

Количество часов в неделю – 1 час.

Количество часов в год – 34 часа.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Содержание | Дата | Вид контроля | Характеристика деятельности учащихся | Корректировка часов |
|  |  |  | I четверть |  |  |  |
| 1. | Ритмика.  Гимнастика.  Пластика. | Совершенствование основных движений под музыку. |  |  | Знать и различать основные движения под музыку, четко выполнять элементарные комплексы упражнений. |  |
| 2. | Ритмика- упражнения.  Гимнастика. | Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку на 2/4 и 4/4. |  |  | Осваивать и совершенствовать навыки выполнения основных ритмико-гимнастических упражнений. |  |
| 3. | Ритмика – шагистика.  Гимнастика. | Передача различными видами ходьбы, бега, подскока динамических акцентов музыки.  Разогрев мышц. |  |  | Выполнять комплекс ритмической шагистики и «разогревающей» гимнастики. |  |
| 4. | Ритмика – рисунки.  Гимнастика. | Повторение и закрепление пройденного материала. |  |  | Осваивать комплексы ритмической гимнастики. |  |
| 5. | Ритмика – бег.  Гимнастика.  Пластика. | Отработка беговых движений в ритмических рисунках.  Разогрев.  Постановка рук, корпуса. |  |  | Выполнять комплекс беговых упражнений в ритмических рисунках, пластический тренинг. |  |
| 6. | Ритмика – бег.  Гимнастика. | Отработка беговых движений.  Освоение нового комплекса упражнений. |  |  | Осваивать технику ритмического бега и гимнастики. |  |
| 7. | Ритмическая гимнастика.  Пластика. | Отработка нового комплекса упражнений.  Работа над качеством выполнения тренинга. |  |  | Осваивать технику выполнения ритмического и пластического тренингов. |  |
| 8. | Ритмика – эстрадная шагистика.  Игры: «Эстафета». | Шагистика в характере музыки.  Тренировка внимания. |  |  | Правильно выполнять комплекс эстрадной шагистики.  Тренировать внимание. |  |
| 9. | Ритмические рисунки. | Создание ритмического рисунка – контрольный урок. |  | Тестовое задание:  1.Оригинальные формы ритмического рисунка. | Отбирать состав упражнений для создания ритмического рисунка. |  |
|  |  |  | II четверть |  |  |  |
| 1. | Ритмика – теория.  Ритмическая гимнастика.  Игра «Топ-Хлоп». | Анализ музыкальной фразы.  Разогрев мышц и связок.  Тренировка внимания. |  |  | Анализировать характер музыкальной темы, выполнять технически правильно разминочный комплекс упражнений, тренировать внимание. |  |
| 2. | Ритмика.  Гимнастика.  Игра «Оправдание поз». | Определение характера и темпа..  Воспроизведение в движении.  Тренировка мышц и связок.  Образность движения. |  |  | Определять характер и темп музыкальной фразы.  Тренировать мышцы и связки. |  |
| 3. | Ритмика.  Пластика. | Шагистика с учетом музыкальной темы.  Разогрев и тренировка гибкости рук, ног, позвоночника. |  |  | Осваивать комплекс упражнений ритмической гимнастики и шагистики. |  |
| 4. | Ритмика.  Пластика.  Игры: «Ветер». | Определение динамичных акцентов в музыке и движении.  Плавность, образность выполнения. |  |  | Определять динамические акценты в музыке и гимнастике.  Правильно выполнять пластический тренинг. |  |
| 5. | Ритмические рисунки.  Гимнастика.  Пластические игры: «Вьюга». | Отработка ритмических рисунков.  Разогрев и тренировка.  Поиск новых пластических форм. |  |  | Осваивать технику ритмических рисунков.  Выполнять разминочный комплекс упражнений.  Моделировать пластический рисунок. |  |
| 6. | Ритмика – беговые упражнения. | Навык – ритмичный бег и прыжки.  Создание пластического рисунка. |  |  | Правильно выполнять комплекс ритмического бега и прыжков. |  |
| 7. | Ритмопластика. | Контрольный урок: создание ритмопластического рисунка. |  | Тестовое задание:  1.Создание ритмопластического рисунка на заданную музыкальную тему. | Умение создавать ритмопластический рисунок. |  |
|  |  |  | III четверть |  |  |  |
| 1. | Ритмопластика – комплекс упражнений и элементов. | Повторение пройденного материала. |  |  | Описывать технику ритмопластического комплекса упражнений и элементов. |  |
| 2. | Ритмопластика – комплекс упражнений и элементов. | Совершенствование знаний и навыков. |  |  | Самостоятельно выполнять ритмопластический комплекс упражнений. |  |
| 3. | Ритмические рисунки.  Гимнастика. | Навык чередования движений в ритмических рисунках.  Разучивание нового комплекса упражнений. |  |  | Осваивать технику чередования движений в ритмических рисунках и нового комплекса гимнастических упражнений. |  |
| 4. | Ритмика.  Восстанавливающие игры. | Отработка ритмических рисунков с чередованием движений.  Умение пользоваться приемами релаксации. |  |  | Правильно выполнять ритмические рисунки с чередованием движений.  Осваивать технику релаксации. |  |
| 5. | Ритмика.  Гимнастика. | Навык чередования шагов, прыжков, приседаний в характере музыки. |  |  | Качественно выполнять усложненный курс гимнастики. |  |
| 6. | Шагистика.  Гимнастика.  Пластика – приемы релаксации. | Отработка чередования шагов в музыкальной теме.  Разогрев, растяжение мышц. |  |  | Уметь напрягать и расслаблять мышцы. |  |
| 7. | Ритмические рисунки.  Гимнастика.  Пластика. | Отработка ритмических рисунков.  Разогрев, тренировка мышц.  Отработка взаимодействия движений. |  |  | Правильно выполнять комплекс ритмико-гимнастических и пластических упражнений. |  |
| 8. | Ритмика – темп.  Пластическая игра «Листопад». | Отработка чередования движений в различных темпах.  Отработка приемов релаксации. |  |  | Осваивать чередование движений в различных темпах.  Осваивать тренинг релаксации. |  |
| 9. | Ритмическая гимнастика.  Игра «Листопад». | Разминка под музыку.  Разогрев, тренировка мышц и связок.  Отработка приемов релаксации. |  |  | Правильно выполнять разминочный комплекс.  Осваивать приемы релаксации. |  |
| 10. | Ритмопластика. | Контрольный урок.  Ритмопластические рисунки на заданную словесную и музыкальные темы. |  | Тестовое задание:  1.Ритмопластический рисунок на заданную словесную и музыкальную темы. | Правильно выполнять задание по технике ритмопластического рисунка. |  |
|  |  |  | IV четверть |  |  |  |
| 1. | Ритмическая гимнастика. | Освоить комплекс упражнений на равновесие, на развитие ловкости в темпе музыки. |  |  | Осваивать технику упражнений на равновесие и ловкость в темпе музыки. |  |
| 2. | Ритмическая гимнастика.  Игра «Оправдание поз». | Отработка комплекса упражнений на равновесие.  Закрепление оригинальных форм движения. |  |  | Правильно выполнять технику упражнений.  Моделировать пластический рисунок. |  |
| 3. | Ритмика.  Пластика. | Упражнение на развитие ловкости в темпе музыки.  Отработка тренинга по пластике. |  |  | Выполнять координационные движения и пластический комплекс. |  |
| 4. | Ритмическая гимнастика.  Ритмопластика. | Продолжение освоения комплекса на развитие ловкости в темпе музыки.  Закрепление танцевальных движений. |  |  | Осваивать технику координационных движений.  Правильно выполнять танцевальные элементы. |  |
| 5. | Гимнастика.  Ритмопластика. | Развитие равновесия, ловкости.  Освоение подражательных движений. |  |  | Выполнять координационный комплекс упражнений.  Тренировать внимание и наблюдательность. |  |
| 6. | Ритмические рисунки.  Пластические игры: «Джунгли». | Повторение ритмических рисунков.  Образное выполнение движений. |  |  | Описывать и исполнять ритмические и пластические рисунки. |  |
| 7. | Шагистика.  Пластические импровизации. | Повтор и закрепление курса шагистики.  Свободный выбор форм движения на словесную и музыкальную тему. |  |  | Знать и различать виды шагистики.  Моделировать формы движения на словесную и музыкальную темы. |  |
| 8. | Пластические импровизации. | Контрольный урок на тему оригинальных, самостоятельно выбранных, свободных форм движения. |  | Тестовое задание:  1.Импровизации с использованием пластических элементов и приемов. | Анализировать и моделировать пластические рисунки. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |