Календарно-тематическое планирование.

4-й год обучения : 4а, 4б, 4в, 4г, 4д, 4е, 4ж, 4з.

Количество часов в неделю – 1 час.

Количество часов в год – 34 часа.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Содержание | Дата | Вид контроля | Характеристика деятельности учащихся | Корректировка  часов |
| 1. | Ритмика.  Гимнастика.  Пластика. | Совершенствование основных движений под музыку. | I четверть |  | Осваивать технику ритмической гимнастики и пластического тренинга. |  |
| 2. | Ритмические упражнения «Ковбои».  Гимнастика для ног. | Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку. |  |  | Анализировать технику движений и предупреждать появление ошибок в процессе ее освоения. |  |
| 3. | Ритмическая шагистика.  Гимнастика для ног. | Передача различными видами ходьбы, бега, подскока динамических акцентов музыки.  Разогрев мышц. |  |  | Осваивать ритмический бег и ходьбу.  Выполнять тренинг на разогрев мышц. |  |
| 4. | Ритмический рисунок «Скачки».  Гимнастика для ног. | Повторение и закрепление пройденного материала. |  |  | Правильно выполнять ритмические рисунки и гимнастику для ног. |  |
| 5. | Ритмический бег.  Гимнастика для корпуса и рук. | Отработка беговых движений в ритмических рисунках.  Разогрев.  Постановка рук, корпуса. |  |  | Осваивать технику беговых движений и упражнений для постановки рук и корпуса. |  |
| 6. | Ритмический бег.  Гимнастический комплекс «Гутаперчивые куклы». | Отработка беговых движений.  Освоение нового комплекса упражнений. |  |  | Осваивать комплекс упражнений на растяжение мышц. |  |
| 7. | Ритмическая гимнастика «Куклы».  Пластический тренинг «Водоросли». | Отработка нового комплекса упражнений.  Работа над качеством выполнения тренинга. |  |  | Правильно выполнять комплекс ритмической гимнастики и пластического тренинга. |  |
| 8. | Ритмическая эстрадная шагистика «Африка».  Игра «Зеркало». | Шагистика в характере музыки.  Тренировка внимания. |  |  | Описывать технику эстрадной шагистики.  Тренировать внимание. |  |
| 9. | Ритмические рисунки «Бармалей», «Мышка». | Создание ритмического рисунка – контрольный урок. |  | Тестовое задание:  1.Ритмический рисунок на словесную тему. | Самостоятельно моделировать ритмический рисунок на заданную словесную тему. |  |
|  |  |  | II четверть |  |  |  |
| 1. | Ритмика – теория.  Ритмическая гимнастика «Геометрия».  Игра : «Цифры». | Навык анализа музыкальной фразы.  Разогрев мышц и связок.  Тренировка внимания. |  |  | Анализировать , различать и понимать характер и размер музыкальной фразы.  Выполнять разогревающие упражнения. |  |
| 2. | Ритмическая статическая шагистика.  Гимнастика для корпуса.  Игра «Космос». | Определение характера и темпа.  Воспроизведение в движении.  Тренировка мышц и связок.  Образность движения. |  |  | Определять характер и темп музыкального эпизода.  Выполнять гимнастические упражнения.  Тренировать наблюдательность. |  |
| 3. | Ритмическая волнообразная шагистика.  Пластический тренинг №Змейка». | Шагистика с учетом музыкальной темы.  Разогрев и тренировка гибкости рук и ног, позвоночника. |  |  | Знать и различать пластические элементы и упражнения. |  |
| 4. | Ритмическая шагистика «Веревочка».  Пластическая игра «Ветер». | Определение динамичных акцентов в музыке и движении.  Плавность ,образность выполнения. |  |  | Определять динамичные акценты в музыке и движении.  Правильно выполнять пластический тренинг. |  |
| 5. | Ритмический рисунок «Зима».  Пластическая игра «Вьюга». | Отработка ритмических рисунков.  Поиск новых пластических форм. |  |  | Осваивать технику ритмических рисунков.  Моделировать пластические рисунки. |  |
| 6. | Ритмические беговые упражнения.  Пластический рисунок. | Навык – ритмичный бег и прыжки.  Создание пластического рисунка. |  |  | Правильно выполнять беговые и прыжковые упражнения.  Создавать и конструировать пластический рисунок. |  |
| 7. | Ритмопластические рисунки «Зимние забавы». | Контрольный урок по всему материалу. |  | Тестовые задания:  1.Ритмопластический рисунок.  2.Пластические импровизации. | Уметь создавать ритмопластический рисунок. |  |
|  |  |  | III четверть |  |  |  |
| 1. | Ритмопластика – комплекс упражнений и элементов. | Повторение пройденного материала. |  |  | Осваивать технику ритмопластического комплекса. |  |
| 2. | Ритмопластика – комплекс упражнений и элементов. | Совершенствование знаний и навыков. |  |  | Правильно выполнять упражнения по пластике. |  |
| 3. | Ритмические рисунки «Елочка».  Гимнастика для рук «Медуза». | Навык чередования движений в ритмических рисунках.  Разучить новый комплекс упражнений. |  |  | Осваивать чередование движений в ритмических рисунках и пальчиковую гимнастику. |  |
| 4. | Ритмические рисунки «Пятнышки», «Взлет».  Восстанавливающие игры «Скольжение», «Космос». | Отработка ритмических рисунков с чередованием движений. |  |  | Уметь пользоваться приемами релаксации. |  |
| 5. | Ритмическая спортивная шагистика.  Гимнастический комплекс упражнений для всех частей теле. | Отработка навыка чередования шагов, прыжков, приседаний в характере музыки. |  |  | Качественно выполнять усложненный курс гимнастики. |  |
| 6. | Ритмическая шагистика «Топотушки».  Гимнастические растяжки.  Пластические приемы релаксации «Снегопад». | Отработка чередования шагов в музыкальной теме.  Разогрев, растяжение мышц.  Напряжение и расслабление мышц. |  |  | Осваивать технику чередования шагов, предупреждая ошибки.  Правильно выполнять разогрев и растяжение мышц. |  |
| 7. | Ритмические рисунки «Карнавал».  Гимнастические растяжки.  Пластические элементы. | Отработка ритмических рисунков.  Разогрев, тренировка мышц.  Отработка взаимодействия движений. |  |  | Осваивать ритмикогимнастический и пластический комплекс элементов. |  |
| 8. | Ритмический темп.  Пластическая игра «Снежки». | Отработка чередования движений в различных темпах.  Отработка приемов релаксации. |  |  | Описывать технику упражнений и правильно выполнять их. |  |
| 9. | Ритмическая гимнастика «Болтушка».  Игра «Снегопад». | Разминка под музыку.  Разогрев, тренировка мышц и связок.  Отработка приемов релаксации. |  |  | Осваивать разминочный комплекс упражнений и технику релаксации. |  |
| 10. | Ритмопластические рисунки «Восток», «Коррида». | Римопластические рисунки на заданную словесную и музыкальную темы. |  | Тестовое задание:  1.Ритмопластические рисунки на словесную и музыкальную темы. | Создавать самостоятельно ритмопластические рисунки на заданную тему, анализируя ошибки. |  |
|  |  |  | IV четверть |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 1. | Комплекс ритмической гимнастики «Качели». | Освоение комплекса упражнений на равновесие, на развитие ловкости в темпе музыки. |  |  | Осваивать координационный комплекс упражнений. |  |
| 2. | Ритмическая гимнастика «Качели».  Игра «Водоворот». | Отработка комплекса упражнений на равновесие.  Закрепление оригинальных форм движения. |  |  | Правильно выполнять технику координационных упражнений.  Анализировать и моделировать формы движения. |  |
| 3. | Ритмические упражнения «Мотор».  Пластический тренинг.. | Упражнение на развитие ловкости в темпе музыки.  Отработка тренинга по пластике. |  |  | Правильно выполнять координационные упражнения и тренинг по пластике. |  |
| 4. | Ритмическая гимнастика «Качели».  Ритмопластические рисунки «Вальс цветов», «Заводные куклы». | Освоение комплекса на развитие ловкости в темпе музыки.  Закрепление танцевальных движений на музыкальные темы. |  |  | Осваивать технику координационных упражнений и танцевальных элементов. |  |
| 5. | Гимнастика.  Ритмопластические рисунки «Лотос». | Развитие равновесия, ловкости.  Освоение подражательных движений. |  |  | Правильно выполнять подражательные движения. |  |
| 6. | Ритмические рисунки «Восток», «Коррида».  Пластическая игра «Песок». | Повторение ритмических рисунков.  Образное выполнение движений. |  |  | Правильно выполнять упражнения.  Описывать и анализировать игровые образы. |  |
| 7. | Ритмическая статическая и волнообразная шагистика.  Пластические импровизации «Вода», «Ветер», «Огонь». | Повтор и закрепление курса шагистики.  Свободный выбор форм движения на словесную и музыкальные темы. |  |  | Использовать упражнения ритмической шагистики при моделировании ритмических и пластических рисунков. |  |
| 8. | Пластические импровизации «Лето». | Оригинальные, самостоятельно выбранные, свободные формы движения. |  | Показ пластических зарисовок. | Самостоятельно конструировать пластические этюды и зарисовки.  Анализировать свои и чужие ошибки. |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |