

Қазақстан Республикасы
Білім және ғылым министрінің
2018 жылғы 20 қыркүйектегі
№ 469 бұйрығына 92- қосымша

Қазақстан Республикасы
Білім және ғылым министрінің
2013 жылғы 3 сәуірдегі
№ 115 бұйрығына 532-қосымша

Жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушыларға арналған
сыныптары үшін «Түзету ырғағы» пәнінен жаңартылған мазмұндағы
үлгілік оқу бағдарламасы

1-тарау. Жалпы ережелер

1. Жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушыларға арналған 5-6 сыныптары үшін «Түзету ырғағы» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасы (бұдан әрі – Бағдарлама) «Білім туралы» 2007 жылғы 27 шілдедегі Қазақстан Республикасы Заңының 5-бабы б) тармақшасына сәйкес әзірленген.

2. Оқу пәнінің мақсаты жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушылардың жалпы және дене дамуындағы, жалпы және сөйлеу тілдік қимыл-қозғалыстағы, эмоциялық-ерік аясындағы кемшіліктерді түзетуге; жеке тұлғалық жағымды қасиеттері (достық пейілді, тәртіптілікті, ұжымшылдықты) дарытуға, эстетикалық тұрғыдан тәрбиелеуге көмектесу.

3. Түзету ырғағы сабағының басты міндеттері:

- 1) қимыл-қозғалыстық өрісін: жинақылықты, мақсатты бағыттылықты, қимылдың жатықтығы мен мәнерлілігін дамыту;
- 2) ритмика сабағына жағымды қатынас қалыптастыру;
- 3) ырғақ сезімін қалыптастыру;
- 4) аспаптық музыкаға деген қажеттілікті қалыптастыру;
- 5) музыканың сүйемелдеуімен ырғақты және мәнерлі қозғалу, қимыл қарқынын музыканың ырғағымен үйлестіру қабілетін дамыту;
- 6) икемділікті, өз бойын билей білу сезімін, кеңістікте бағдарлау, қимыл-қозғалысын үйлестіру сезімдерін қалыптастыру;
- 7) би қимылдарына үйрету;
- 8) қимылдың мәнерлігін және бейнені бере білумен жұмыс жүргізу;
- 9) музыкаға эмоциялық жауап беруге тәрбиелеу, музыканы биіктігі, күші, ұзақтығы, тембрі бойынша ажырату;
- 10) қозғалыстық жадты дамыту.

2-тарау. Оқу процесін ұйымдастырудағы педагогикалық тәсілдер

Түзету ырағағы» пәні бойынша оқу процесін ұйымдастырудың педагогикалық тәсілдемелерінің жүзеге асырылуы жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушылардың білім алудағы ерекше қажеттіліктерін қанағаттандыруға бағытталған арнайы педагогикалық принциптерге негізделген.

5. Білім алушыларды оқытудағы түзете дамыту принципі білім алушының даму кемшілігі табиғатының (яғни табиғат есептес) ерекшелігінесәйкес ағзаның сақталған атқарымдары мен жүйесін тірек ете отырып құруды білдіреді.

Түзете дамыту бағыттылық принципі оқу әрекетін арнайы әдіс-тәсілдермен қамтамасыз етеді. Бұл жағдайда білім алушылардың сенсорлық ақпараттарды қабылдау және өңдеу жылдамдылығының баяулығы, танымдық белсенділігінің төмендігі және танымдық қызығушылығының әлсіздігі, қоршаған орта туралы білімі мен түсінігінің шектеулілігі, сөйлеу тілі дамуының кешеуілдеуі, тәртіпті еркін реттеу қабілетінің дамымауы, қимыл-қозғалыстағы және қимыл-қозғалысты үйлестірудегі кемшіліктер есепке алынады.

7. Ұжымдық оқу процесі жағдайындағы білім алуға ерекше қажеттіліктері бар білім алушыға қатысты саралау және жекешелеу тәсілдеме бұзылыстары бір санаттағы білім алушылардың вариативтік типологиялық ерекшеліктерінің барлығына шартты болады. Жекешелеу тәсілі саралау тәсілінің нақтыламасы болып табылады.

8. Арнайы педагогикалық басшылықтың қажеттілік принципі. Арнайы педагог жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушы дамуының жалпы заңдылығын, сыныптағы әрбір білім алушының танымдық мүмкіндігін, арнайы педагогикалық көмек тәсілдерін біле отырып, білім алушылардың оқу-танымдық әрекетін ұйымдастырып қана қоймай, сонымен бірге, бұл процесті басқара алады.

9. «Түзету ырағағы» оқу пәні бойынша бағдарламаны жүзеге асырудың негізгі принципі – музыкалық сүйемелдеу көмегімен нақты қимыл-қозғалыстық әрекет процесінде үйрету.

10. Осы бағдарлама жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушылардың жас және психофизикалық даму ерекшеліктерін есепке ала отырып құрылған.

11. Бағдарлама материалы тапсырмалар мен мәліметтердің көлемінің арту және күрделену дәрежесі бойынша орналастырылған, бұл білім алушылардың білім мен икемділіктерінің аймағын кеңейтуге көмектеседі.

12. Мұғалім сабақтағы жұмыстың барлық кезеңдеріндегі музыкалық сүйемелдеуде қазақстандық композиторлардың шығармаларын пайдаланады.

13. Сөйлеу тілінің ырғағымен жұмыс сабақтың жеке кезеңі болып ерекшеленбейді, бірақ әр түрлі әрекет түрлерімен үйлестіріле жүргізіледі.

14. Ырғақ сабағы барлық керек-жарақтармен: мұғалімге арналған музыкалық аспап, күйтабақтардың жиынтығы бар ойнатқыш, магнитофон, әр

білім алушының жаттығуды орындауына қажетті заттар (түрлі-түсті жалаушалар, шарлар, ленталар, орамалдар, шеңберлер, доптар, секіртпе жіптер, сылдырмақтар, бубендер, даңғаралар), балаларға арналған музыкалық құралдар (пианино, аккордеон, үрмелі сырнай) жабдықталған, кең залда өтеді. Сондай-ақ залда орындықтар және балалардың музыкалық құралдарда ойнауларына арналған тіреуіштер болғаны жөн.

15. Сабаққа ұл балалар спорттық киім, қыз балалар футболка және жұқа шалбар (лосина), аяқтарына жұмсақ тәпішке (чешки) киюлеріне болады.

16. Ырғақ сабағында бағалар қойылмайды. Бағалау сөздік қолдау және ынталандыру арқылы жүзеге асырылады.

3-тарау. «Түзету ырғағы» пәнінің мазмұнын ұйымдастыру

17. «Түзету ырғағы» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі:

- 1) 5-сыныпта аптасына – 1 сағат, оқу жылында 34 сағатты;
- 2) 6-сыныпта аптасына – 1 сағат, оқу жылында 34 сағатты құрайды.

18. Бағдарламадағы оқу материалы шоғырландыру қағидасының негізінде құрамдастырылған, бұл ақыл-ой даму бұзылыстары бар білім алушыларда дағдыларды қалыптастырудың шынайы қиындықтарын есепке алуға мүмкіндік береді. Оқытудың әрбір жылында музыкалық-ритмикалық қимылдарды қайталау, бекіту және әдеттендіру үшін мүмкіндік тудырылады. Әрбір оқу жылында музыкалық-ырғақтық қимылдарды қайталауға, бекітуге және әдеттендіруге мүмкіндік тудырылады.

19. «Түзету ырғағы» пәнінің мазмұны келесі бөлімдерді қамтиды:

- 1) 1-бөлім «Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар»;
- 2) 2-бөлім «Музыкалық аспаптармен жаттығулар»;
- 3) 3-бөлім «Би жаттығулары».

20. «Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) жүру және жүгіріс,
- 2) хореографиялық жаттығулар;
- 3) көркем гимнастика жаттығулары;
- 4) стэп-аэробика жаттығулары.

21. «Музыкалық аспаптармен жаттығулар» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) соқпалы аспаптарда жаттығу;
- 2) пернетақта аспаптарда жаттығулар.

22. «Би жаттығулары» бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

- 1) халық биінің элементтері;
- 2) бал биінің элементтері;
- 3) заманауи би элементтері.

23. Әрбір бөлімде жаттығулар жүйесі берілген олардың көлемдері анықталған, сондай-ақ музыкалық-ырғақтық әрекет түрімен шұғылданған білім алушының меңгеретін білім мен біліктері көрсетілген.

24. Әрбір сабақта бағдарламаның барлық бөлімдері бойынша жұмыс берілген бірізділікпен жүзеге асырылады. Алайда сабақтың басында және аяғында ширығуды басатын, босаңсуға, тынышталуға арналған жаттығулар жүргізілетіндіктен, бағдарламаның әрбір бөлігіне сабақтың мақсатына қарай әр түрлі уақыт бөлінеді.

25. 5-сыныпқа арналған «Түзету ырғағы» пәнінің базалық мазмұны:

1) ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар. Хореография және көркем гимнастика құралдары Хореографиялық жаттығулар. Қолдардың позициялары, аяқтардың позициялары. Көркем гимнастика жаттығулары. Серіппемен қозғалыстар. Толқынды қозғалыстар. Сілтеу. Жүгіру. Тепе-теңдік. Динамикалық жаттығулар. Статикалық жаттығулар. Аралас жаттығулар;

2) музыкалық аспаптармен жаттығулар. Қарапайым жаттығуларды орындау, фортепиано, аккордеон, жезден гармоникадағы әндер. до¹ – соль¹ шеңберінде екі қолмен гаммаларды бірге бір мезгілде орындау. Музыкалық аспаптарда таныс әннің әуендерін негізгі ырғағымен таныс ритмге байланыстырып анықтау. Цифрлық жүйеде музыкалық аспаптарды ойнауды үйрену;

3) би жаттығулары. «Диско» стиліндегі заманауи би элементтері. Қозғалыстардың белгіленген (алдын ала белгіленген) реттілігі бар би. Еркін нысандағы билер.

26. 6-сыныпқа арналған «Түзету ырғағы» пәнінің базалық мазмұны:

1) ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар. Қолдардың позициялары (1-3 позиция), аяқтың позициясы (1-3 позиция). Еркін қозғалыста және тіреуіштегі аяқтардың позициялары. Жүріс және жүгіріс. Метрикалық пульсацияға сәйкес жүру. Көркем гимнастикадағы жаттығулар: серіппемен және толқынды қозғалыстар. Қолдардың бір позициядан екіншісіне ауысуы. Аяққа арналған машинаның жаттығулар: жартылай отыру, жүрелеу, аяқтарды жазу, аяқтарды сілтеу, сілтеулер. Секіру. Тепе-теңдікке жаттығулар: Динамикалық және статикалық жаттығулар. Айналу. Аралас жаттығулар. Гимнастикалық нысандармен жаттығулар - таяқтар, түйреуіштер, доптар;

2) музыкалық аспаптармен жаттығулар. Музыкалық аспаптар көмегімен ырғақты көшіру. Музыкалық фразалардың ішіндегі таныс әндер мен комплекстерді жаттау. Контрасттық регистрлердегі жоғары және төмен дыбыстар арасындағы айырмашылық және бір тізілімнен екіншісіне көшу (жоғары және төмен) ажырату. Пианино-гаммадағы екі қолмен бірге бір уақытта до¹ – си¹ дейін орындау. Берілген ритмге сәйкес музыкалық аспаптарда импровизациялау. Музыкалық аспаптарда таныс әннің әуендерін негізгі ырғағымен таныс ритмге байланыстырып анықтау. Цифрлық жүйеде музыкалық аспаптарды ойнауды үйрену;

3) би жаттығулары. Бал биінің элементтері. Баяу вальс. Музыкалық өлшемі 3/4. Баяу, біркелкі қозғалыстарды дамытуға арналған жаттығулар. Вальс қадамы. Баяу фокстрот. Музыкалық өлшемі - 4/4. Фокстротқа тән баяу, ұзақ, сырғитын қадамдар, жалқау және асықпайтын жаттығулар. Танго. Музыкалық өлшемі - 2/4. Тангоға тән біркелкі қозғалыстар. Танго қадамы. Латын Америка бал биі «Самба», «Ча-ча-ча». өндірістік тән серпімді Латын биіне тән серіппе тәріздес қозғалыстар. Степ-аэробика.

27. Оқу материалдарын осы бағдарлама бойынша сыныптар (тоқсандар) бойынша бөлу үлгі болып табылады, мұғалім оқу материалын білім алушылардың оқуын ерекшеліктерін ескере отырып, бір сыныптан екіншісіне дейінгі білім беру материалдарын зерттеуге аударуға құқылы. Әрбір сыныпта оқыту бұрын оқылған материалды қайталаудан басталады.

4-тарау. Оқыту мақсаттарының жүйесі

28. Бағдарламада оқу мақсаттарын қолдануға, мониторинг өткізуге тиімді болу үшін кодтық белгі енгізілген. Кодтық белгідегі бірінші сан білім беру кезеңін, екінші сан бөлімді, үшінші сан оқу мақсатының реттік нөмерін көрсетеді. Мысалы, 5.2.2.1 кодындағы «5» – сынып, «2.2» – бөлім және бөлімше, «1» – оқу мақсатының реттік саны.

29. Оқыту мақсаттары бойынша күтілетін нәтижелер:

1) 1-бөлім «Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар»:

1-кесте

Бөлімше	Оқыту мақсаттары:	
	5-сынып	6-сынып
1.1 Жүріс және жүгіріс	5.1.1.1 сабаққа дайындалу және ұйымдасқан түрде сыныпқа кіру 5.1.1.2 саптағы жүріс үшін санау, жүрісті жүрелей отырумен кезектестіру 5.1.1.3 жүру, аяқтың ұшымен қозғалу (2\4, 4\4 музыканың сүйемелдеуімен); тактінің күшті бөлігін ерекшелеу 5.1.1.4 қозғалыс кезінде, мүсінді сақтай отырып, бір шеңберден жеке екі шеңбер құрау 5.1.1.5 қимылдың барлық	6.1.1.1 қимыл бағытын бағдарлау және атау 6.1.1.2 етістіктерді (еңбектеді, жүгірді, жүрді) және үстеулерді (алға, артқа, төмен, жоғары, оңға, солға, жанына, тура, көлденеңінен) пайдалана отырып, қимыл траекториясы туралы сөздік есеп беру 6.1.1.3 бірден сапқа тұру, бой бойынша сапқа тұру, көру және есту белгісі бойынша шеңбер құрау 6.1.1.4 қимылды тоқтатпай, соқтығыспай, мүсін мен тепе-теңдікті сақтай, саптан шашырап

	<p>түрін музыкамен үйлестіре орындау</p> <p>5.1.1.6 келесі жүріс түрлерін қолдану: жұмсақ, биік, үшкір және кең қадам; жүгірістің әр түрлі түрлерін қолдану: биік, үшкір және кең жүгіріс</p> <p>5.1.1.7 жүріс пен жүгірістің қарқыны мен сипатын музыкалық сүймелдеудің қарқыны мен сипатына сәйкес өздігінен өзгерту</p> <p>5.1.1.8 хореографиялық жаттығуларды (қол, аяқ жағдайы) орындау</p> <p>5.1.1.9көркем гимнастика қимылдарын: қолмен және аяқпен серіппелі, толқын тәрізді қимылдарды, сермеуді, секірісті, тепе-тендікті, бұрылыстарды орындау</p>	<p>жүру, содан кейін шеңбер құрау</p> <p>6.1.1.5 метрикалық тамыр соғуға сәйкес жүру: арқаны тік ұстаған қалыпта жүрісті жүрелеумен, тізе бүгумен, аяқ ұшымен, кең және ұсақ қадаммен, өкшемен жүрумен кезектестіру</p> <p>6.1.1.6 заттармен және затсыз түрлендіре жүру</p> <p>6.1.1.7 биік, үшкір және кең жүгірісті орындау</p> <p>6.1.1.8 жүрген және жүгірген кезде қолмен әр түрлі қимылдарды орындау</p>
<p>1.2 Хореографиялық жаттығулар</p>	<p>5.1.2.1 бастапқы қалып болып табылатын қолдың дайындық жағдайын меңгеру және орындау</p> <p>5.1.2.2 бірінші қалыпты орындау – қол кеуде тұсында алға қарай созылған, алақан денеге қараған, шынтақ жанына қарай дөңгеленген, иық түскен, бір қолдың саусақтары екінші қолдың саусақтарынан 5-10 сантиметр қашықтықта</p> <p>5.1.2.3 екінші қалыпты орындау – дөңгеленген қолдар жанына қарай созылған және иықтан біршама төмен және</p>	<p>6.1.2.1 қолдың бірінші, екінші, үшінші қалпын орындау</p> <p>6.1.2.2 қол басын барлық қалыпта жеңіл, ширықтырмай ұстау</p> <p>6.1.2.3 қолға арналған жаттығуларды дене қимылымен біріктіру</p> <p>6.1.2.4 аяқтың қалпын және қимылды тірек жанындағы қалып бойынша орындау</p> <p>6.1.2.5 жаттығуды тірекке бетімен, содан кейін бүйірмен тұрған қалыпта орындау</p> <p>6.1.2.6 жаттығуларды тірек жанында орындау: жүрелеп отыру, жартылай жүрелеп отыру, аяқты әр түрлі бағытта тіктеу, аяқты сермеу қимылын</p>

	<p>денеден біраз алға қарай орналасқан, шынтақтар бірінші қалыпқа қарағанда артқа қарай біршама тіктелген, алақан бір-біріне қараған</p> <p>5.1.2.4 үшінші қалыпты орындау – қол жоғарыда (көрінетіндей), қол басы мен шынтақтар беттің алдында және жанына қарай, ал алақандар төмен қарай орналасқан</p> <p>5.1.2.5 тіректегі аяқ қалпын меңгеру және орындау</p> <p>5.1.2.6 аяқтың бірінші қалпы – өкше бірге, аяқ ұштары жан-жаққа қараған</p> <p>5.1.2.7 екінші қалыпты орындау – аяқ табан ұзындығы қашықтықтығында алшақ қойылған, аяқ ұшы жан-жаққа қараған</p> <p>5.1.2.8 үшінші қалыпты орындау – бір табанның өкшесі екінші табанның ортасында, аяқ ұшы жан-жаққа қараған</p> <p>5.1.2.9 жаттығуды тірекке қарап тұрған қалыпта орындау</p>	<p>орындау</p>
<p>1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар</p>	<p>5.1.3.1 серіппелі қимылдарды орындау – буынды немесе буындарды біркелкі бүгу және жазу</p> <p>5.1.3.2 музыкадағы акценттерді серіппелі қимылмен ерекшелену</p> <p>5.1.3.3 қолмен серіппелі қимылдарды бір мезгілде</p>	<p>6.1.3.1 5-сыныпта оқыған көркем гимнастика жаттығуларын қайталау және бекіту</p> <p>6.1.3.2 қолмен серіппелі және толқын тәріздес қимылдарды орындау, қолды бір қалыптан екінші қалыпқа аудару</p> <p>6.1.3.3 станок жанында аяққа арналған жаттығуларды орындау: жартылай жүрелеу,</p>

	<p>және кезекпен әр түрлі бағытта орындау</p> <p>5.1.3.4 серіппелі қимылдарды аяқпен орындау – екі аяқпен бір орында тұрып орындау</p> <p>5.1.3.5 аяқтың ұшымен көтерілу және тізені бүкпей табанмен түсу; табанмен тұрып тізені бұгу және жазу</p> <p>5.1.3.6 бір орында тұрып, дене ауырлығын бір аяқтан екінші аяққа серіппелі қимылмен ауыстыра, алға-артқа қарай қозғалу; оң содан кейін сол аяғының тізесін бұгуді орындау</p> <p>5.1.3.7 қолмен, кеудемен және бүкіл денемен толқын тәрізді қимылды орындау</p> <p>5.1.3.8 көркем гимнастика жаттығуларын $\frac{3}{4}$ көлемдегі, ақырын немесе орташа қарқындағы лирикалық, жайлы әуеннің сүймелдеуімен орындау</p> <p>5.1.3.9 бүтін толқынды қимылды орындауға арналған дайындық жаттығуларды орындау; бүтін толқынды қимылды орындау үшін бастапқы қалыпты – дөңгелектене жүрелеп отыруды орындау</p> <p>5.1.3.10 бүтін толқынды қимылды өзінің мүмкіндігіне қарай орындау, алайда орындауды жетілдіруге тырысу</p>	<p>жүрелеу, аяқты тіктеу, аяқты серпу</p> <p>6.1.3.4 секірістерді орындау</p> <p>6.1.3.5 тепе-теңдікті сақтауға берілген жаттығуларды орындау, әр түрлі тіректерде тепе-теңдігін сақтау</p> <p>6.1.3.6 динамикалық жаттығуларды орындау: тіректің шектелген ауданы немесе жоғары көтерілген тіректе – гимнастикалық орындықта, бумда, еденде анық сызылған жолақ жағдайында орындалатын адымдау, жүгіріс, секіріс</p> <p>6.1.3.7 статикалық жаттығуларды орындау: екі аяқпен (аяқ ұшымен) әр түрлі тұрыстар, әр түрлі қалыпта бір аяқпен тұру (бос аяқ алға, артқа, жанына қарай созылған, дененің еңкеюімен), еденде немесе сәл көтерілген тіректе тізерлеп тұру</p> <p>6.1.3.8 дененің бұрылуына берілген жаттығуларды орындау: қимылдағы тұрақтылықты сақтау, бір немесе екі аяқпен 180, 360 және одан да үлкен градусқа бұрылу; бұрын меңгерген бұрылыстарды тепе-теңдікке берілген және би қадамдарымен біріктіру</p> <p>6.1.3.9 аралас жаттығуларды орындау – тұрақты статикалық қалыппен аяқталатын қимылдық әрекеттерді орындау</p> <p>6.1.3.10 әр түрлі секірістерді орындағанда жерге түсе білу, бұрылыстарды, жүрелеп отыруды, еңкеюді орындағаннан кейін тепе-теңдікті сақтау</p> <p>6.1.3.11 жаттығуларды гимнастикалық заттармен –</p>
--	---	--

	<p>5.1.3.11 аяқты сермеуді орындау</p> <p>5.1.3.12 барлық дененің немесе оның жеке бөліктерінің (қол, аяқ) бүтін қимылын бірізділікпен орындау</p> <p>5.1.3.13 сермеуді аяқпен, қолмен, кеудемен және барлық денемен орындау</p> <p>5.1.3.14 2/4, 3/4 көлемдегі сергек музыканың сүйемелдеуімен сермеуді орындау, дыбыстың қаттылығы, қарқыны сермеу амплитудасына тәуелді болады</p> <p>5.1.3.15 секірістерді бұрылыстармен, сермеумен, би қадамдарымен, ырғақтық тапсырмалармен үйлестіре орындау</p>	<p>шеңбер, кегль, доппен орындау</p>
<p>1.4 Стэп-аэробика жаттығулары</p>		<p>6.1.4.1 степ-аэробика жаттығуларын меңгеру және орындау: стептегі (платформадағы) қимыл үйлесімділігіне берілген жаттығулар</p> <p>6.1.4.2 Basic-step (басик стэп) меңгеру және орындау:– платформадағы«негізгі қадам», сол және оң аяғын кезектестіру</p> <p>6.1.4.3 платформада V-step (ви-стэп) – «ви-қадамдарды» шапалақпен, степте оңға, степте солғаорындау</p> <p>6.1.4.4 Top-up (топ ап) – «үстінен тигізу» меңгеру, платформадағы қадамдар</p> <p>6.1.4.5 Lift-step (лифт стэп) меңгеру – степте тізені көтеріп адымдау; стептегі жалғамалы</p>

	қадам
--	-------

2) 2-бөлім «Музыкалық аспаптармен жаттығулар»:

2-кесте

Бөлімше	Оқыту мақсаттары:	
	5-сынып	6-сынып
2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	5.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару 5.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу 5.2.1.3 берілген ырғақ бойынша таныс өлеңнің әуенін анықтау	6.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару 6.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу 6.2.1.3 берілген ырғақ бойынша таныс өлеңнің әуенін анықтау 6.2.1.4 таныс өлеңдерден жеңіл музыкалық тіркестердің ырғағын жаттау
2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	5.2.2.1 музыкалық аспаптарды дыбысталуы бойынша тану 5.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до ¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау 5.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйрену 5.2.2.4 пианино, аккордеон, үрмелі сырнайда оңай жаттығуларды орындау 5.2.2.5 сандық жүйені пайдалана отырып, музыкалық аспаптарда жеңіл 1-2 өлеңді немесе әуенді орындау	6.2.2.1 қарама-қайшы регистрлердегі жоғары және төменгі дыбыстарды, бір регистрден екінші регистрге өтуді (жоғары-төмен) ажырату 6.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до ¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау 6.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйретуді ұсыну 6.2.2.4 сандық жүйені пайдалана отырып, музыкалық аспаптарда жеңіл 2-3 өлеңді немесе әуенді орындау 6.2.2.5 берілген ырғаққа сәйкес музыкалық аспаптардан дыбыс шығару

3) 3-бөлім «Би жаттығулары»:

3-кесте

Бөлімше	Оқыту мақсаттары:	
	5-сынып	6-сынып
3.1 Халық биінің элементтері	<p>5.3.1.1 халық биін музыкалық сүйемелдеудің көңіл күйін эмоциямен білдіру</p> <p>5.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>5.3.1.3 ертеңгіліктерде дұрыс және әдемі билеу, сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу</p>	<p>6.3.1.1 кейбір халық билеріне тән негізгі қимылдарды ажырату, биде әдемі және мәнерлі қимылдай білу</p> <p>6.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>6.3.1.3 ертеңгіліктерде дұрыс және әдемі билеу, сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу</p>
3.2 Бал биінің элементтері	<p>5.3.2.1 жауапкершілік байқату, жұппен билегенде өзара әрекеттене білу, қиындықтарды жеңу</p> <p>5.3.2.2 баяу, жайлы қимылдарды, вальс қадамын (музыкалық көлемі $3/4$); үйретуге арналған жаттығуларды орындау</p> <p>5.3.2.3 баяу фокстрот (музыкалық көлемі $4/4$) қимылын орындау</p> <p>5.3.3.4 факстротқа тән ұзын, жеңіл, жатық қадамдарды, еркін, байсалды, еріншек, асықпайтын қимылдарды үйретуге арналған жаттығуларды орындау</p> <p>5.3.3.5 көркем бейнелерді икемді қимылдар мен ырғақты санау құралдарымен және адам денесінің мәнерлі қалпын үздіксіз ауыстыру арқылы құру</p>	<p>6.3.2.1 негізгі бал билерінің: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба шығу тарихын білу</p> <p>6.3.2.2 5-сыныпта үйренген кейбір бал билеріне тән негізгі қимылдарды қайталау және бекіту</p> <p>6.3.2.3 жұптық танго биінің ақырын, жатық қимылдарын (музыкалық көлемі $2/4$ орындау)</p> <p>6.3.2.4 латынамерикалық билерге тән серіппелі қимылдарды үйретуге берілген жаттығуларды орындау</p> <p>6.3.2.5 латынамерикалық бал билерін: «Самба», «Ча-ча-ча» белсенді орындау</p> <p>6.3.2.6 вальс, танго, самба билерін музыкалық сүйемелдеудің көңіл күйін эмоциямен білдіру</p> <p>6.3.2.7 бидің көркем бейнесін ырғақты санау және қимылдарды мәнерлі</p>

		<p>ауыстыру арқылы құру</p> <p>6.3.2.8 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>6.3.2.9 сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу</p>
3.3 Заманауи би элементтері	<p>5.3.3.1 кейбір заманауи билерге тән негізгі қимылдарды ажырату</p> <p>5.3.3.2 би жаттығуларын орындау, «диско» стиліндегі жеңіл заманауи билерді орындау</p> <p>5.3.3.3 заманауи музыканы білім алушылардың музыкалық қызығушылықтарын есепке алып, мұғалімнің шешімімен пайдалану</p> <p>5.3.3.4 биде музыканың ең бір динамикалық жерін ерекшелеп көрсету үшін секірістерді пайдалану</p> <p>5.3.3.5 музыканың сипатын қол, аяқ, дененің нақты, ырғақты қимылын қадаммен ырғақтық үйлестіру арқылы бере білу</p>	<p>6.3.3.1 биді музыкасына қарай дұрыс анықтау, бидің қажетті қимылы мен қарқынын табу, қимылда метрді, ырғақтық суретті, акцентті ерекшелеу, қимылды музыкалық тіркес бөлігінің ауысуына сәйкес тыңдау және өздігінен өзгерту</p> <p>6.3.3.2 ұсынылған элементтерді меңгеруіне қарай жаңаларын қосу, жаттығуды күрделендіру, қимылда орындау, қимылдың қарқынын, амплитудасын арттыру</p> <p>6.3.3.3 «диско» стиліндегі заманауи билердің элементтерін орындау</p> <p>6.3.3.4 қимылдарының бірізділігі бекітілген (алдын ала анықталған) билерді орындау</p> <p>6.3.3.5 еркін тұруымен ерекшеленетін билерді орындау</p> <p>6.3.3.6 би билегенде шығармашылық дербестік және өзін-өзі эмоциялық көрсету белгілерін байқату</p>

Осы Бағдарлама жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушыларға арналған 5-6 сыныптары үшін «Түзету ырғағы» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік

оқу ұзақ мерзімді жоспары негізінде осы Бағдарламаның қосымшасына сәйкес жүзеге асырылады. Ұзақ мерзімді жоспарда барлық сынып бойынша әр бөлімде қамтылатын оқу мақсаттарының көлемі белгіленген.

31. Бөлімдер мен тақырыптар бойынша сағат сандарын бөлу мұғалімнің еркіне қалдырылады.

Жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушыларға арналған сыныптары үшін «Түзету ырғағы» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасына қосымша

Жеңіл ақыл-ой кемістігі бар білім алушыларға арналған сыныптары үшін «Түзету ырғағы» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасын жүзеге асыру бойынша ұзақ мерзімді жоспар

-сынып:

-кесте

Бөлім	Бөлімше	Оқыту мақсаттары
1-тоқсан		
1. Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар	1.1 Жүріс және жүгіріс	5.1.1.1 сабаққа дайындалу және ұйымдасқан түрде сыныпқа кіру 5.1.1.2 саптағы жүріс үшін санау, жүрісті жүрелей отырумен кезектестіру 5.1.1.3 жүру, аяқтың ұшымен қозғалу (2\4, 4\4 музыканың сүйемелдеуімен); тактінің күшті бөлігін ерекшелеу 5.1.1.4 қозғалыс кезінде, мүсінді сақтай отырып, бір шеңберден жеке екі шеңбер құрау
	1.2 Хореографиялық жаттығулар	5.1.2.1 бастапқы қалып болып табылатын қолдың дайындық жағдайын меңгеру және орындау 5.1.2.2 бірінші қалыпты орындау – қол кеуде тұсында алға қарай созылған, алақан денеге қараған, шынтақ жанына қарай дөңгеленген, иық түскен, бір қолдың саусақтары екінші қолдың саусақтарынан 5-10 сантиметр қашықтықта 5.1.2.3 екінші қалыпты орындау – дөңгеленген қолдар жанына қарай созылған және иықтан біршама төмен және денеден біраз алға қарай орналасқан, шынтақтар бірінші қалыпқа қарағанда артқа қарай біршама тіктелген, алақан бір-біріне қараған
	1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар	5.1.3.1 серіппелі қимылдарды орындау – буынды немесе буындарды біркелкі бұғу және жазу 5.1.3.2 музыкадағы акценттерді серіппелі қимылмен ерекшелеу 5.1.3.3 қолмен серіппелі қимылдарды бір мезгілде және кезекпен әр түрлі бағытта орындау 5.1.3.4 серіппелі қимылдарды аяқпен орындау

		– екі аяқпен бір орында тұрып орындау 5.1.3.5 аяқтың ұшымен көтерілу және тізені бүкпей табанмен түсу; табанмен тұрып тізені бүгу және жазу
2. Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	5.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	5.2.2.1 музыкалық аспаптарды дыбысталуы бойынша тану 5.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до ¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау
3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	5.3.1.1 халық биін музыкалық сүйемелдеудің көңіл күйін эмоциямен білдіру
	3.2 Бал биінің элементтері	5.3.2.1 жауапкершілік байқату, жұппен билегенде өзара әрекеттене білу, қиындықтарды жеңу 5.3.2.2 баяу, жайлы қимылдарды, вальс кадамын (музыкалық көлемі 3/4)
	3.3 Заманауи би элементтері	5.3.3.1 кейбір заманауи билерге тән негізгі қимылдарды ажырату
2-тоқсан		
1. Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар	1.1 Жүріс және жүгіріс	5.2.2.1 музыкалық аспаптарды дыбысталуы бойынша тану 5.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до ¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау 5.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйрену; 5.2.2.4 пианино, аккордеон, үрмелі сырнайда оңай жаттығуларды орындау 5.2.2.5 сандық жүйені пайдалана отырып, музыкалық аспаптарда жеңіл 1-2 өлеңді немесе әуенді орындау
	1.2 Хореографиялық жаттығулар	5.1.2.1 бастапқы қалып болып табылатын қолдың дайындық жағдайын меңгеру және орындау 5.1.2.2 бірінші қалыпты орындау – қол кеуде тұсында алға қарай созылған, алақан денеге қараған, шынтақ жанына қарай дөңгеленген, иық түскен, бір қолдың саусақтары екінші қолдың саусақтарынан 5-10 сантиметр қашықтықта 5.1.2.3 екінші қалыпты орындау – дөңгеленген қолдар жанына қарай созылған және иықтан біршама төмен және денеден біраз алға қарай орналасқан, шынтақтар бірінші қалыпқа қарағанда артқа қарай біршама тіктелген, алақан бір-біріне қараған 5.1.2.4 үшінші қалыпты орындау – қол жоғарыда (көрінетіндей), қол басы мен шынтақтар беттің алдында және жанына қарай,

		ал алақандар төмен қарай орналасқан
	1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар	<p>5.1.3.1 серіппелі қимылдарды орындау – буынды немесе буындарды біркелкі бүгу және жазу</p> <p>5.1.3.2 музыкадағы акценттерді серіппелі қимылмен ерекшелеу</p> <p>5.1.3.3 қолмен серіппелі қимылдарды бір мезгілде және кезекпен әр түрлі бағытта орындау</p> <p>5.1.3.4 серіппелі қимылдарды аяқпен орындау – екі аяқпен бір орында тұрып орындау</p> <p>5.1.3.5 аяқтың ұшымен көтерілу және тізені бүкпей табанмен түсу; табанмен тұрып тізені бүгу және жазу</p> <p>5.1.3.6 бір орында тұрып, дене ауырлығын бір аяқтан екінші аяққа серіппелі қимылмен ауыстыра, алға-артқа қарай қозғалу; оң содан кейін сол аяғының тізесін бүгуді орындау</p> <p>5.1.3.7 қолмен, кеудемен және бүкіл денемен толқын тәрізді қимылды орындау</p> <p>5.1.3.8 көркем гимнастика жаттығуларын $\frac{3}{4}$ көлемдегі, ақырын немесе орташа қарқындағы лирикалық, жайлы әуеннің сүйемелдеуімен орындау</p>
2. Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	<p>5.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару</p> <p>5.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу</p>
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	<p>5.2.2.1 музыкалық аспаптарды дыбысталуы бойынша тану</p> <p>5.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау</p> <p>5.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйрену</p>
3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	<p>5.3.1.1 халық биін музыкалық сүйемелдеудің көңіл күйін эмоциямен білдіру</p> <p>5.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p>
	3.2 Бал биінің элементтері	<p>5.3.2.1 жауапкершілік байқату, жұппен билегенде өзара әрекеттене білу, қиындықтарды жеңу;</p> <p>5.3.2.2 баяу, жайлы қимылдарды, вальс қадамын (музыкалық көлемі $\frac{3}{4}$); үйретуге арналған жаттығуларды орындау</p> <p>5.3.2.3 баяу фокстрот (музыкалық көлемі $\frac{4}{4}$) қимылын орындау;</p>
	3.3 Заманауи би элементтері	<p>5.3.3.1 кейбір заманауи билерге тән негізгі қимылдарды ажырату</p> <p>5.3.3.2 би жаттығуларын орындау, «диско»</p>

		стиліндегі жеңіл заманауи билерді орындау
3-тоқсан		
1. Бірғақтық-гимнастикалық жаттығулар	1.1 Жүріс және жүгіріс	<p>5.1.1.1 сабаққа дайындалу және ұйымдасқан түрде сыныпқа кіру</p> <p>5.1.1.2 саптағы жүріс үшін санау, жүрісті жүрелей отырумен кезектестіру</p> <p>5.1.1.3 жүру, аяқтың ұшымен қозғалу (2\4, 4\4 музыканың сүймелдеуімен); тактінің күшті бөлігін ерекшелеу</p> <p>5.1.1.4 қозғалыс кезінде, мүсінді сақтай отырып, бір шеңберден жеке екі шеңбер құрау</p> <p>5.1.1.5 қимылдың барлық түрін музыкамен үйлестіре орындау</p> <p>5.1.1.6 келесі жүріс түрлерін қолдану: жұмсақ, биік, үшкір және кең қадам; жүгірістің әр түрлі түрлерін қолдану: биік, үшкір және кең жүгіріс</p> <p>5.1.1.7 жүріс пен жүгірістің қарқыны мен сипатын музыкалық сүймелдеудің қарқыны мен сипатына сәйкес өздігінен өзгерту</p> <p>5.1.1.8 хореографиялық жаттығуларды (қол, аяқ жағдайы) орындау</p>
	1.2 Хореографиялық жаттығулар	<p>5.1.2.1 бастапқы қалып болып табылатын қолдың дайындық жағдайын меңгеру және орындау</p> <p>5.1.2.2 бірінші қалыпты орындау – қол кеуде тұсында алға қарай созылған, алақан денеге қараған, шынтақ жанына қарай дөңгеленген, иық түскен, бір қолдың саусақтары екінші қолдың саусақтарынан 5-10 сантиметр қашықтықта</p> <p>5.1.2.3 екінші қалыпты орындау – дөңгеленген қолдар жанына қарай созылған және иықтан біршама төмен және денеден біраз алға қарай орналасқан, шынтақтар бірінші қалыпқа қарағанда артқа қарай біршама тіктелген, алақан бір-біріне қараған</p> <p>5.1.2.4 үшінші қалыпты орындау – қол жоғарыда (көрінетіндей), қол басы мен шынтақтар беттің алдында және жанына қарай, ал алақандар төмен қарай орналасқан</p> <p>5.1.2.5 тіректегі аяқ қалпын меңгеру және орындау</p> <p>5.1.2.6 аяқтың бірінші қалпы – өкше бірге, аяқ ұштары жан-жаққа қараған</p> <p>5.1.2.7 екінші қалыпты орындау – аяқ табан ұзындығы қашықтықтығында алшақ қойылған, аяқ ұшы жан-жаққа қараған</p>
	1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар	5.1.3.1 серіппелі қимылдарды орындау – буынды немесе буындарды біркелкі бұғу және жазу

		<p>5.1.3.2 музыкадағы акценттерді серіппелі қимылмен ерекшелеу</p> <p>5.1.3.3 қолмен серіппелі қимылдарды бір мезгілде және кезекпен әр түрлі бағытта орындау</p> <p>5.1.3.4 серіппелі қимылдарды аяқпен орындау – екі аяқпен бір орында тұрып орындау;</p> <p>5.1.3.5 аяқтың ұшымен көтерілу және тізені бүкпей табанмен түсу; табанмен тұрып тізені бұғу және жазу</p> <p>5.1.3.6 бір орында тұрып, дене ауырлығын бір аяқтан екінші аяққа серіппелі қимылмен ауыстыра, алға-артқа қарай қозғалу; оң содан кейін сол аяғының тізесін бұғуді орындау</p> <p>5.1.3.7 қолмен, кеудемен және бүкіл денемен толқын тәрізді қимылды орындау</p> <p>5.1.3.8 көркем гимнастика жаттығуларын $\frac{3}{4}$ көлемдегі, ақырын немесе орташа қарқындағы лирикалық, жайлы әуеннің сүйемелдеуімен орындау</p> <p>5.1.3.9 бүтін толқынды қимылды орындауға арналған дайындық жаттығуларды орындау; бүтін толқынды қимылды орындау үшін бастапқы қалыпты – дөңгелектене жүрелеп отыруды орындау</p> <p>5.1.3.10 бүтін толқынды қимылды өзінің мүмкіндігіне қарай орындау, алайда орындауды жетілдіруге тырысу;</p> <p>5.1.3.11 аяқты сермеуді орындау</p> <p>5.1.3.12 барлық дененің немесе оның жеке бөліктерінің (қол, аяқ) бүтін қимылын бірізділікпен орындау</p> <p>5.1.3.13 сермеуді аяқпен, қолмен, кеудемен және барлық денемен орындау</p>
2. Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	<p>5.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару;</p> <p>5.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу;</p> <p>5.2.1.3 берілген ырғақ бойынша таныс өлеңнің әуенін анықтау</p>
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	<p>5.2.2.1 музыкалық аспаптарды дыбысталуы бойынша тану</p> <p>5.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау</p> <p>5.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйрену;</p> <p>5.2.2.4 пианино, аккордеон, үрмелі сырнайда оңай жаттығуларды орындау</p>
3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	5.3.1.1 халық биін музыкалық сүйемелдеудің көңіл күйін эмоциямен білдіру

		<p>5.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>5.3.1.3 ертеңгіліктерде дұрыс және әдемі билеу, сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу</p>
	3.2 Бал биінің элементтері	<p>5.3.2.1 жауапкершілік байқату, жұппен билегенде өзара әрекеттене білу, қиындықтарды жеңу</p> <p>5.3.2.2 баяу, жайлы қимылдарды, вальс қадамын (музыкалық көлемі 3/4); үйретуге арналған жаттығуларды орындау</p> <p>5.3.2.3 баяу фокстрот (музыкалық көлемі 4/4) қимылын орындау</p> <p>5.3.3.4 фокстротқа тән ұзын, жеңіл, жатық қадамдарды, еркін, байсалды, еріншек, асықпайтын қимылдарды үйретуге арналған жаттығуларды орындау</p>
	3.3 Заманауи би элементтері	<p>5.3.3.1 кейбір заманауи билерге тән негізгі қимылдарды ажырату</p> <p>5.3.3.2 би жаттығуларын орындау, «диско» стиліндегі жеңіл заманауи билерді орындау</p> <p>5.3.3.3 заманауи музыканы білім алушылардың музыкалық қызығушылықтарын есепке алып, мұғалімнің шешімімен пайдалану</p> <p>5.3.3.4 биде музыканың ең бір динамикалық жерін ерекшелеп көрсету үшін секірістерді пайдалану</p>
4-тоқсан		
1. Бірғақтық-гимнастикалық жаттығулар	1.1 Жүріс және жүгіріс	<p>5.1.1.1 сабаққа дайындалу және ұйымдасқан түрде сыныпқа кіру</p> <p>5.1.1.2 саптағы жүріс үшін санау, жүрісті жүрелей отырумен кезектестіру</p> <p>5.1.1.3 жүру, аяқтың ұшымен қозғалу (2\4, 4\4 музыканың сүйемелдеуімен); тактінің күшті бөлігін ерекшелеу</p> <p>5.1.1.4 қозғалыс кезінде, мүсінді сақтай отырып, бір шеңберден жеке екі шеңбер құрау</p> <p>5.1.1.5 қимылдың барлық түрін музыкамен үйлестіре орындау</p> <p>5.1.1.6 келесі жүріс түрлерін қолдану: жұмсақ, биік, үшкір және кең қадам; жүгірістің әр түрлі түрлерін қолдану: биік, үшкір және кең жүгіріс</p> <p>5.1.1.7 жүріс пен жүгірістің қарқыны мен сипатын музыкалық сүйемелдеудің қарқыны мен сипатына сәйкес өздігінен өзгерту</p> <p>5.1.1.8 хореографиялық жаттығуларды (қол, аяқ жағдайы) орындау</p> <p>5.1.1.9 көркем гимнастика қимылдарын: қолмен және аяқпен серіппелі, толқын тәрізді</p>

		қимылдарды, сермеуді, секірісті, тепе-теңдікті, бұрылыстарды орындау
1.2	Хореографиялық жаттығулар	<p>5.1.2.1 бастапқы қалып болып табылатын қолдың дайындық жағдайын меңгеру және орындау</p> <p>5.1.2.2 бірінші қалыпты орындау – қол кеуде тұсында алға қарай созылған, алақан денеге қараған, шынтақ жанына қарай дөңгеленген, иық түскен, бір қолдың саусақтары екінші қолдың саусақтарынан 5-10 сантиметр қашықтықта;</p> <p>5.1.2.3 екінші қалыпты орындау – дөңгеленген қолдар жанына қарай созылған және иықтан біршама төмен және денеден біраз алға қарай орналасқан, шынтақтар бірінші қалыпқа қарағанда артқа қарай біршама тіктелген, алақан бір-біріне қараған</p> <p>5.1.2.4 үшінші қалыпты орындау – қол жоғарыда (көрінетіндей), қол басы мен шынтақтар беттің алдында және жанына қарай, ал алақандар төмен қарай орналасқан</p> <p>5.1.2.5 тіректегі аяқ қалпын меңгеру және орындау</p> <p>5.1.2.6 аяқтың бірінші қалпы – өкше бірге, аяқ ұштары жан-жаққа қараған</p> <p>5.1.2.7 екінші қалыпты орындау – аяқ табан ұзындығы қашықтықтығында алшақ қойылған, аяқ ұшы жан-жаққа қараған</p> <p>5.1.2.8 үшінші қалыпты орындау – бір табанның өкшесі екінші табанның ортасында, аяқ ұшы жан-жаққа қараған</p> <p>5.1.2.9 жаттығуды тірекке қарап тұрған қалыпта орындау</p>
1.3	Көркем гимнастикалық жаттығулар	<p>5.1.3.1 серіппелі қимылдарды орындау – буынды немесе буындарды біркелкі бұғу және жазу</p> <p>5.1.3.2 музыкадағы акценттерді серіппелі қимылмен ерекшелеу</p> <p>5.1.3.3 қолмен серіппелі қимылдарды бір мезгілде және кезекпен әр түрлі бағытта орындау</p> <p>5.1.3.4 серіппелі қимылдарды аяқпен орындау – екі аяқпен бір орында тұрып орындау</p> <p>5.1.3.5 аяқтың ұшымен көтерілу және тізені бүкпей табанмен түсу; табанмен тұрып тізені бұғу және жазу</p> <p>5.1.3.6 бір орында тұрып, дене ауырлығын бір аяқтан екінші аяққа серіппелі қимылмен ауыстыра, алға-артқа қарай қозғалу; оң содан кейін сол аяғының тізесін бұғуды орындау</p>

		<p>5.1.3.7 қолмен, кеудемен және бүкіл денемен толқын тәрізді қимылды орындау</p> <p>5.1.3.8 көркем гимнастика жаттығуларын $\frac{3}{4}$ көлемдегі, ақырын немесе орташа қарқындағы лирикалық, жайлы әуеннің сүйемелдеуімен орындау</p> <p>5.1.3.9 бүтін толқынды қимылды орындауға арналған дайындық жаттығуларды орындау; бүтін толқынды қимылды орындау үшін бастапқы қалыпты – дөңгелектене жүрелеп отыруды орындау</p> <p>5.1.3.10 бүтін толқынды қимылды өзінің мүмкіндігіне қарай орындау, алайда орындауды жетілдіруге тырысу</p> <p>5.1.3.11 аяқты сермеуді орындау</p> <p>5.1.3.12 барлық дененің немесе оның жеке бөліктерінің (қол, аяқ) бүтін қимылын бірізділікпен орындау</p> <p>5.1.3.13 сермеуді аяқпен, қолмен, кеудемен және барлық денемен орындау</p> <p>5.1.3.14 $\frac{2}{4}$, $\frac{3}{4}$ көлемдегі сергек музыканың сүйемелдеуімен сермеуді орындау, дыбыстың қаттылығы, қарқыны сермеу амплитудасына тәуелді болады</p> <p>5.1.3.15 секірістерді бұрылыстармен, сермеумен, би қадамдарымен, ырғақтық тапсырмалармен үйлестіре орындау</p>
2. Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	<p>5.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару</p> <p>5.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу</p> <p>5.2.1.3 берілген ырғақ бойынша таныс өлеңнің әуенін анықтау</p>
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	<p>5.2.2.1 музыкалық аспаптарды дыбысталуы бойынша тану</p> <p>5.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау</p> <p>5.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйрену;</p> <p>5.2.2.4 пианино, аккордеон, үрмелі сырнайда оңай жаттығуларды орындау</p> <p>5.2.2.5 сандық жүйені пайдалана отырып, музыкалық аспаптарда жеңіл 1-2 өлеңді немесе әуенді орындау</p>
3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	<p>5.3.1.1 халық биін музыкалық сүйемелдеудің көңіл күйін эмоциямен білдіру</p> <p>5.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>5.3.1.3 ертеңгіліктерде дұрыс және әдемі</p>

		билеу, сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу
	3.2 Бал биінің элементтері	5.3.2.1 жауапкершілік байқату, жұппен билегенде өзара әрекеттене білу, қиындықтарды жеңу; 5.3.2.2 баяу, жайлы қимылдарды, вальс қадамын (музыкалық көлемі 3/4); үйретуге арналған жаттығуларды орындау 5.3.2.3 баяу фокстрот (музыкалықкөлемі4/4) қимылын орындау 5.3.3.4 факстротқа тән ұзын, жеңіл, жатық кадамдарды, еркін, байсалды, еріншек, асықпайтын қимылдарды үйретуге арналған жаттығуларды орындау 5.3.3.5 көркем бейнелердікөлемді қимылдар мен ырғақты санау құралдарымен және адам денесінің мәнерлі қалпын үздіксіз ауыстыру арқылы құру
	3.3 Заманауи би элементтері	5.3.3.1 кейбір заманауи билерге тән негізгі қимылдарды ажырату 5.3.3.2 би жаттығуларын орындау, «диско» стиліндегі жеңіл заманауи билерді орындау 5.3.3.3 заманауи музыканы білім алушылардың музыкалық қызығушылықтарын есепке алып, мұғалімнің шешімімен пайдалану 5.3.3.4 биде музыканың ең бір динамикалық жерін ерекшелеп көрсету үшін секірістерді пайдалану 5.3.3.5 музыканың сипатын қол, аяқ, дененің нақты, ырғақты қимылын қадаммен ырғақтық үйлестіру арқылы бере білу

2) 6-сынып:
2-кесте

Бөлім	Бөлімше	Оқыту мақсаттары
1-тоқсан		
1. Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар	1.1 Жүріс және жүгіріс	6.1.1.1 қимыл бағытын бағдарлау және атау 6.1.1.2 етістіктерді (еңбектеді, жүгірді, жүрді) және үстеулерді (алға, артқа, төмен, жоғары, оңға, солға, жанына, тура, көлденеңінен) пайдалана отырып, қимыл траекториясы туралы сөздік есеп беру 6.1.1.3 бірден сапқа тұру, бой бойынша сапқа тұру, көру және есту белгісі бойынша шеңбер құрау
	1.2 Хореографиялық жаттығулар	6.1.2.1 қолдың бірінші, екінші, үшінші қалпын орындау 6.1.2.2 қол басын барлық қалыпта жеңіл, ширықтырмай ұстау

		6.1.2.3 қолға арналған жаттығуларды дене қимылымен біріктіру
	1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар	6.1.3.1 5-сыныпта оқыған көркем гимнастика жаттығуларын қайталау және бекіту 6.1.3.2 қолмен серіпшелі және толқын тәріздес қимылдарды орындау, қолды бір қалыптан екінші қалыпқа аудару 6.1.3.3 станок жанында аяққа арналған жаттығуларды орындау: жартылай жүрелеу, жүрелеу, аяқты тіктеу, аяқты серпу 6.1.3.4 секірістерді орындау 6.1.3.5 тепе-теңдікті сақтауға берілген жаттығуларды орындау, әр түрлі тіректерде тепе-теңдігін сақтау
	1.4 Стэп-аэробика жаттығулары	6.1.4.1 степ-аэробика жаттығуларын меңгеру және орындау:стептегі (платформадағы) қимыл үйлесімділігіне берілген жаттығулар
2.Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	6.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	6.2.2.1 қарама-қайшы регистрлердегі жоғары және төменгі дыбыстарды, бір регистрден екінші регистрге өтуді (жоғары-төмен) ажырату 6.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до ¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау
3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	6.3.1.1 кейбір халық билеріне тән негізгі қимылдарды ажырату, биде әдемі және мәнерлі қимылдай білу
	3.2 Балбиінің элементтері	6.3.2.1 негізгі бал билерінің: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба шығу тарихын білу 6.3.2.2 5-сыныпта үйренген кейбір бал билеріне тән негізгі қимылдарды қайталау және бекіту 6.3.2.3 жұптық танго биінің ақырын, жатық қимылдарын (музыкалық көлемі 2/4 орындау)
	3.3 Заманауи би элементтері	6.3.3.1 биді музыкасына қарай дұрыс анықтау, бидің қажетті қимылы мен қарқынын табу, қимылда метрді, ырғақтық суретті, акцентті ерекшелеу, қимылды музыкалық тіркес бөлігінің ауысуына сәйкес тыңдау және өздігінен өзгерту 6.3.3.2 ұсынылған элементтерді меңгеруіне қарай жаңаларын қосу, жаттығуды күрделендіру, қимылда орындау, қимылдың қарқынын, амплитудасын арттыру
2-тоқсан		
1. Ырғақтық-гимнастикалық	1.1 Жүріс және жүгіріс	6.1.1.1 қимыл бағытын бағдарлау және атау 6.1.1.2 етістіктерді (еңбектеді, жүгірді, жүрді)

жаттығулар		және үстеулерді (алға, артқа, төмен, жоғары, оңға, солға, жанына, тура, көлденеңінен) пайдалана отырып, қимыл траекториясы туралы сөздік есеп беру 6.1.1.3 бірден сапқа тұру, бой бойынша сапқа тұру, көру және есту белгісі бойынша шеңбер құрау
	1.2 Хореографиялық жаттығулар	6.1.2.1 қолдың бірінші, екінші, үшінші қалпын орындау 6.1.2.2 қол басын барлық қалыпта жеңіл, ширықтырмай ұстау 6.1.2.3 қолға арналған жаттығуларды дене қимылымен біріктіру
	1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар	6.1.3.1 5-сыныпта оқыған көркем гимнастика жаттығуларын қайталау және бекіту 6.1.3.2 қолмен серіппелі және толқын тәріздес қимылдарды орындау, қолды бір қалыптан екінші қалыпқа аудару 6.1.3.3 станок жанында аяққа арналған жаттығуларды орындау: жартылай жүрелеу, жүрелеу, аяқты тіктеу, аяқты серпу 6.1.3.4 секірістерді орындау 6.1.3.5 тепе-теңдікті сақтауға берілген жаттығуларды орындау, әр түрлі тіректерде тепе-теңдігін сақтау 6.1.3.6 динамикалық жаттығуларды орындау: тіректің шектелген ауданы немесе жоғары көтерілген тіректе –гимнастикалық орындықта, бумда, еденде анық сызылған жолақ жағдайында орындалатын адымдау, жүгіріс, секіріс 6.1.3.7 статикалық жаттығуларды орындау: екі аяқпен (аяқ ұшымен) әр түрлі тұрыстар, әр түрлі қалыпта бір аяқпен тұру (бос аяқ алға, артқа, жанына қарай созылған, дененің еңкеюімен), еденде немесе сәл көтерілген тіректе тізерлеп тұру
2.Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	6.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару 6.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	6.2.2.1 қарама-қайшы регистрлердегі жоғары және төменгі дыбыстарды, бір регистрден екінші регистрге өтуді (жоғары-төмен) ажырату 6.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до ¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау 6.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйретуді ұсыну

3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	6.3.1.1 кейбір халық билеріне тән негізгі қимылдарды ажырату, биде әдемі және мәнерлі қимылдай білу 6.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану
	3.2 Балбиінің элементтері	6.3.2.1 негізгі бал билерінің: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба шығу тарихын білу 6.3.2.2 5-сыныпта үйренген кейбір бал билеріне тән негізгі қимылдарды қайталау және бекіту 6.3.2.3 жұптық танго биінің ақырын, жатық қимылдарын (музыкалық көлемі 2/4 орындау) 6.3.2.4 латынамерикалық билерге тән серіппелі қимылдарды үйретуге берілген жаттығуларды орындау 6.3.2.5 латынамерикалық бал билерін: «Самба», «Ча-ча-ча» белсенді орындау
	3.3 Заманауи би элементтері	6.3.3.1 биді музыкасына қарай дұрыс анықтау, бидің қажетті қимылы мен қарқынын табу, қимылда метрді, ырғақтық суретті, акцентті ерекшелеу, қимылды музыкалық тіркес бөлігінің ауысуына сәйкес тыңдау және өздігінен өзгерту 6.3.3.2 ұсынылған элементтерді меңгеруіне қарай жаңаларын қосу, жаттығуды күрделендіру, қимылда орындау, қимылдың қарқынын, амплитудасын арттыру 6.3.3.3 «диско» стиліндегі заманауи билердің элементтерін орындау
3-тоқсан		
1. Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар	1.1 Жүріс және жүгіріс	6.1.1.1 қимыл бағытын бағдарлау және атау 6.1.1.2 егістіктерді (еңбектеді, жүгірді, жүрді) және үстеулерді (алға, артқа, төмен, жоғары, оңға, солға, жанына, тура, көлденеңінен) пайдалана отырып, қимыл траекториясы туралы сөздік есеп беру 6.1.1.3 бірден сапқа тұру, бой бойынша сапқа тұру, көру және есту белгісі бойынша шеңбер құрау 6.1.1.4 қимылды тоқтатпай, соқтығыспай, мүсін мен тепе-теңдікті сақтай, саптан шашырап жүру, содан кейін шеңбер құрау 6.1.1.5 метрикалық тамыр соғуға сәйкес жүру: арқаны тік ұстаған қалыпта жүрісті жүрелеумен, тізе бүгумен, аяқ ұшымен, кең және ұсақ қадаммен, өкшемен жүрумен кезектестіру 6.1.1.6 заттармен және затсыз түрлендіре жүру

	1.2 Хореографиялық жаттығулар	6.1.2.1 қолдың бірінші, екінші, үшінші қалпын орындау 6.1.2.2 қол басын барлық қалыпта жеңіл, ширықтырмай ұстау 6.1.2.3 қолға арналған жаттығуларды дене қимылымен біріктіру 6.1.2.4 аяқтың қалпын және қимылды тірек жанындағы қалып бойынша орындау 6.1.2.5 жаттығуды тірекке бетімен, содан кейін бүйірмен тұрған қалыпта орындау; 6.1.2.6 жаттығуларды тірек жанында орындау: жүрелеп отыру, жартылай жүрелеп отыру, аяқты әр түрлі бағытта тіктеу, аяқты сермеу қимылын орындау
	1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар	6.1.3.1 5-сыныпта оқыған көркем гимнастика жаттығуларын қайталау және бекіту 6.1.3.2 қолмен серіппелі және толқын тәріздес қимылдарды орындау, қолды бір қалыптан екінші қалыпқа аудару 6.1.3.3 станок жанында аяққа арналған жаттығуларды орындау: жартылай жүрелеу, жүрелеу, аяқты тіктеу, аяқты серпу 6.1.3.4 секірістерді орындау 6.1.3.5 тепе-теңдікті сақтауға берілген жаттығуларды орындау, әр түрлі тіректерде тепе-теңдігін сақтау 6.1.3.6 динамикалық жаттығуларды орындау: тіректің шектелген ауданы немесе жоғары көтерілген тіректе –гимнастикалық орындықта, бумда, еденде анық сызылған жолақ жағдайында орындалатын адымдау, жүгіріс, секіріс 6.1.3.7 статикалық жаттығуларды орындау: екі аяқпен (аяқ ұшымен) әр түрлі тұрыстар, әр түрлі қалыпта бір аяқпен тұру (бос аяқ алға, артқа, жанына қарай созылған, дененің еңкеюімен), еденде немесе сәл көтерілген тіректе тізерлеп тұру 6.1.3.8 дененің бұрылуына берілген жаттығуларды орындау: қимылдағы тұрақтылықты сақтау, бір немесе екі аяқпен 180, 360 және одан да үлкен градусқа бұрылу; бұрын меңгерген бұрылыстарды тепе-теңдікке берілген және би қадамдарымен біріктіру 6.1.3.9 аралас жаттығуларды орындау – тұрақты статикалық қалыппен аяқталатын қимылдық әрекеттерді орындау
	1.4 Стэп-аэробика жаттығулары	6.1.4.1 степ-аэробика жаттығуларын меңгеру және орындау:стептегі (платформадағы) қимыл үйлесімділігіне берілген жаттығулар

		<p>6.1.4.2 Basic-step (басик-стэп) меңгеру және орындау:– платформадағы «негізгі қадам», сол және оң аяғын кезектестіру</p> <p>6.1.4.3 платформада V-step (ви-стэп) – «ви-қадамдарды»шапалақпен, степте оңға, степте солғаорындау</p> <p>6.1.4.4 Top-up (топ-ап) – «үстінен тигізу» меңгеру, платформадағы қадамдар</p>
2.Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	<p>6.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару</p> <p>6.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу</p> <p>6.2.1.3 берілген ырғақ бойынша таныс өлеңнің әуенін анықтау</p> <p>6.2.1.4 таныс өлеңдерден жеңіл музыкалық тіркестердің ырғағын жаттау</p>
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	<p>6.2.2.1 қарама-қайшы регистрлердегі жоғары және төменгі дыбыстарды, бір регистрден екінші регистрге өтуді (жоғары-төмен) ажырату</p> <p>6.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау</p> <p>6.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйретуді ұсыну</p> <p>6.2.2.4 сандық жүйені пайдалана отырып, музыкалық аспаптарда жеңіл 2-3 өлеңді немесе әуенді орындау</p>
3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	<p>6.3.1.1 кейбір халық билеріне тән негізгі қимылдарды ажырату, биде әдемі және мәнерлі қимылдай білу</p> <p>6.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>6.3.1.3 ертеңгіліктерде дұрыс және әдемі билеу, сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу</p>
	3.2 Балбиінің элементтері	<p>6.3.2.1 негізгі бал билерінің: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба шығу тарихын білу</p> <p>6.3.2.2 5-сыныпта үйренген кейбір бал билеріне тән негізгі қимылдарды қайталау және бекіту</p> <p>6.3.2.3 жұптық танго биінің ақырын, жатық қимылдарын (музыкалық көлемі 2/4 орындау)</p> <p>6.3.2.4 латын америкалық билерге тән серіппелі қимылдарды үйретуге берілген жаттығуларды орындау</p> <p>6.3.2.7 бидің көркем бейнесін ырғақты санау және қимылдарды мәнерлі ауыстыру</p>

		арқылы құру 6.3.2.8 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану
	3.3 Заманауи би элементтері	6.3.3.1 биді музыкасына қарай дұрыс анықтау, бидің қажетті қимылы мен қарқынын табу, қимылда метрді, ырғақтық суретті, акцентті ерекшелеу, қимылды музыкалық тіркес бөлігінің ауысуына сәйкес тыңдау және өздігінен өзгерту 6.3.3.2 ұсынылған элементтерді меңгеруіне қарай жаңаларын қосу, жаттығуды күрделендіру, қимылда орындау, қимылдың қарқынын, амплитудасын арттыру 6.3.3.3 «диско» стиліндегі заманауи билердің элементтерін орындау 6.3.3.4 қимылдарының бірізділігі бекітілген (алдын ала анықталған) билерді орындау
4-тоқсан		
1. Ырғақтық-гимнастикалық жаттығулар	1.1 Жүріс және жүгіріс	6.1.1.1 қимыл бағытын бағдарлау және атау 6.1.1.2 егістіктерді (еңбектеді, жүгірді, жүрді) және үстеулерді (алға, артқа, төмен, жоғары, оңға, солға, жанына, тура, көлденеңінен) пайдалана отырып, қимыл траекториясы туралы сөздік есеп беру 6.1.1.3 бірден сапқа тұру, бой бойынша сапқа тұру, көру және есту белгісі бойынша шеңбер құрау 6.1.1.4 қимылды тоқтатпай, соқтығыспай, мүсін мен тепе-теңдікті сақтай, саптан шашырап жүру, содан кейін шеңбер құрау 6.1.1.5 метрикалық тамыр соғуға сәйкес жүру: арқаны тік ұстаған қалыпта жүрісті жүрелеумен, тізе бүгумен, аяқ ұшымен, кең және ұсақ қадаммен, өкшемен жүрумен кезектестіру 6.1.1.6 заттармен және затсыз түрлендіре жүру 6.1.1.7 биік, үшкір және кең жүгірісті орындау 6.1.1.8 жүрген және жүгірген кезде қолмен әр түрлі қимылдарды орындау
	1.2 Хореографиялық жаттығулар	6.1.2.1 қолдың бірінші, екінші, үшінші қалпын орындау 6.1.2.2 қол басын барлық қалыпта жеңіл, ширықтырмай ұстау 6.1.2.3 қолға арналған жаттығуларды дене қимылымен біріктіру 6.1.2.4 аяқтың қалпын және қимылды тірек жанындағы қалып бойынша орындау 6.1.2.5 жаттығуды тірекке бетімен, содан кейін бүйірмен тұрған қалыпта орындау

		6.1.2.6 жаттығуларды тірек жанында орындау: жүрелеп отыру, жартылай жүрелеп отыру, аяқты әр түрлі бағытта тіктеу, аяқты сермеу қимылын орындау
1.3 Көркем гимнастикалық жаттығулар		<p>6.1.3.1 5-сыныпта оқыған көркем гимнастика жаттығуларын қайталау және бекіту</p> <p>6.1.3.2 қолмен серіппелі және толқын тәріздес қимылдарды орындау, қолды бір қалыптан екінші қалыпқа аудару</p> <p>6.1.3.3 станок жанында аяққа арналған жаттығуларды орындау: жартылай жүрелеу, жүрелеу, аяқты тіктеу, аяқты серпу</p> <p>6.1.3.4 секірістерді орындау</p> <p>6.1.3.5 тепе-теңдікті сақтауға берілген жаттығуларды орындау, әр түрлі тіректерде тепе-теңдігін сақтау</p> <p>6.1.3.6 динамикалық жаттығуларды орындау: тіректің шектелген ауданы немесе жоғары көтерілген тіректе –гимнастикалық орындықта, бумда, еденде анық сызылған жолақ жағдайында орындалатын адымдау, жүгіріс, секіріс</p> <p>6.1.3.7 статикалық жаттығуларды орындау: екі аяқпен (аяқ ұшымен) әр түрлі тұрыстар, әр түрлі қалыпта бір аяқпен тұру (бос аяқ алға, артқа, жанына қарай созылған, дененің еңкеюімен), еденде немесе сәл көтерілген тіректе тізерлеп тұру</p> <p>6.1.3.8 дененің бұрылуына берілген жаттығуларды орындау: қимылдағы тұрақтылықты сақтау, бір немесе екі аяқпен 180, 360 және одан да үлкен градусқа бұрылу; бұрын меңгерген бұрылыстарды тепе-теңдікке берілген және би қадамдарымен біріктіру</p> <p>6.1.3.9 аралас жаттығуларды орындау – тұрақты статикалық қалыппен аяқталатын қимылдық әрекеттерді орындау</p> <p>6.1.3.10 әр түрлі секірістерді орындағанда жерге түсе білу, бұрылыстарды, жүрелеп отыруды, еңкеюді орындағаннан кейін тепе-теңдікті сақтау</p> <p>6.1.3.11 жаттығуларды гимнастикалық заттармен – шеңбер, кегль, доппен орындау</p> <p>6.1.3.12 жаттығуды жайлы, аса қатты емес, қарқыны баяу немесе орташа баяу, жоғары және орташа регистрдегі музыканың сүйемелдеуімен орындау</p>
1.4 Стэп-аэробика жаттығулары		6.1.4.1 степ-аэробика жаттығуларын меңгеру және орындау:стептегі (платформадағы) қимыл үйлесімділігіне берілген жаттығулар

		<p>6.1.4.2 Basic-step (басик-стэп) меңгеру және орындау:– платформадағы«негізгі қадам», сол және оң аяғын кезектестіру</p> <p>6.1.4.3 платформада V-step (ви-стэп) – «ви-қадамдарды» шапалақпен, степте оңға, степте солғаорындау</p> <p>6.1.4.4 Top-up (топ-ап) – «үстінен тигізу» меңгеру, платформадағы қадамдар</p> <p>6.1.4.5 Lift-step (лифт-стэп) меңгеру – степте тізені көтеріп адымдау; стептегі жалғамалы қадам</p>
2. Музыкалық аспаптармен жаттығулар	2.1 Соқпалы аспаптарда жаттығу	<p>6.2.1.1 берілген ырғақты соқпалы аспаптар көмегімен шығару</p> <p>6.2.1.2 музыкалық аспаптармен таныс өлеңнің негізгі ырғағын бере білу</p> <p>6.2.1.3 берілген ырғақ бойынша таныс өлеңнің әуенін анықтау</p> <p>6.2.1.4 таныс өлеңдерден жеңіл музыкалық тіркестердің ырғағын жаттау</p>
	2.2 Пернелі аспаптарда жаттығу	<p>6.2.2.1 қарама-қайшы регистрлердегі жоғары және төменгі дыбыстарды, бір регистрден екінші регистрге өтуді (жоғары-төмен) ажырату</p> <p>6.2.2.2 пианинода екі қолымен бір мезгілде до¹ – соль көлеміндегі гамманы орындау</p> <p>6.2.2.3 сандық жүйе бойынша пернелі музыкалық аспаптарда ойнауға үйретуді ұсыну</p> <p>6.2.2.4 сандық жүйені пайдалана отырып, музыкалық аспаптарда жеңіл 2-3 өлеңді немесе әуенді орындау</p> <p>6.2.2.5 берілген ырғаққа сәйкес музыкалық аспаптардан дыбыс шығару</p>
3. Би жаттығулары	3.1 Халық биінің элементтері	<p>6.3.1.1 кейбір халық билеріне тән негізгі қимылдарды ажырату, биде әдемі және мәнерлі қимылдай білу</p> <p>6.3.1.2 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>6.3.1.3 ертеңгіліктерде дұрыс және әдемі билеу, сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу</p>
	3.2 Балбиінің элементтері	<p>6.3.2.1 негізгі бал билерінің: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба шығу тарихын білу</p> <p>6.3.2.2 5-сыныпта үйренген кейбір бал билеріне тән негізгі қимылдарды қайталау және бекіту</p> <p>6.3.2.3жұптық танго биінің ақырын, жатық қимылдарын (музыкалық көлемі 2/4 орындау)</p>

		<p>6.3.2.4 латынамерикалық билерге тән серіппелі қимылдарды үйретуге берілген жаттығуларды орындау</p> <p>6.3.2.5 латынамерикалықбал билерін: «Самба», «Ча-ча-ча» белсенді орындау</p> <p>6.3.2.6 вальс, танго, самба билерін музыкалық сүйемелдеудің көңіл күйін эмоциямен білдіру</p> <p>6.3.2.7 бидің көркем бейнесін ырғақты санау және қимылдарды мәнерлі ауыстыру арқылы құру</p> <p>6.3.2.8 түзету ритмикасы сабақтарында алған икемділіктері мен дағдыларын күнделікті өмірде пайдалану</p> <p>6.3.2.9 сынып пен мектептегі көркем өнерпаздар үйірмесіне белсене қатысу</p>
	3.3 Заманауи би элементтері	<p>6.3.3.1 биді музыкасына қарай дұрыс анықтау, бидің қажетті қимылы мен қарқынын табу, қимылда метрді, ырғақтық суретті, акцентті ерекшелеу, қимылды музыкалық тіркес бөлігінің ауысуына сәйкес тыңдау және өздігінен өзгерту</p> <p>6.3.3.2 ұсынылған элементтерді меңгеруіне қарай жаңаларын қосу, жаттығуды күрделендіру, қимылда орындау, қимылдың қарқынын, амплитудасын арттыру</p> <p>6.3.3.3 «диско» стиліндегі заманауи билердің элементтерін орындау</p> <p>6.3.3.4 қимылдарының бірізділігі бекітілген (алдын ала анықталған) билерді орындау</p> <p>6.3.3.5 еркін тұруымен ерекшеленетін билерді орындау</p> <p>6.3.3.6 би билегенде шығармашылық дербестік және өзін-өзі эмоциялық көрсету белгілерін байқату</p>