

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

ГБОУ СО «Серовская школа-интернат»

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора

ГБОУ СО «Серовская школа-интернат»

И.В. Кропотова

Приказ № 126-од от «26» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Ритмика»

для обучающихся 1 – 4 классов по АООП НОО

(вариант 7.2)

Пояснительная записка

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения, удовлетворяя особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР. Характерные для детей с ЗПР особенности моторного развития, своеобразие деятельности, поведения и личностных реакций, эмоционально-волевая незрелость становятся предметом коррекционного воздействия на уроках ритмики.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности коррекционно-развивающей области «Ритмика» для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) (далее с ЗПР) составлена на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, от 19 декабря 2014 г. № 1598;
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, приказ Министерства Просвещения РФ № 1023 от 24 ноября 2022 г. (с изменениями Приказ Минпросвещения России № 495 от 17.07.2024 г.);
- Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) ГБОУ СО «Серовская школа-интернат».

Общая характеристика курса «Ритмика»

Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Дети усваивают несложные музыкальные формы, у них развивается чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуются музыкально-эстетические чувства, основанные на гармонизирующем воздействии музыки и танца. Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается координация, телесная чувствительность, пространственная ориентировка, межполушарное взаимодействие.

Коррекционное значение занятий ритмикой также заключается в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты.

Цель и задачи курса

Цель курса занятий ритмикой заключается в развитии музыкально-ритмической деятельности и двигательной активности обучающихся с ЗПР в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

- приобщение детей к музыке (обучение воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка»: звуковысотность, ладовая окрашенность, метроритм, динамика, темп);
- развитие чувства ритма и выразительности движений;

- развитие двигательных качеств и коррекция недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие общей мобильности, двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Эти задачи решаются через овладение обучающимися разнообразными формами музыкально-ритмической деятельности: выполнения с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, прыжков, поскоков, гимнастических и танцевальных упражнений, музыкальных игр, ритмических упражнений с детскими музыкальными инструментами. Овладевая разнообразными движениями под музыку, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развиваются мышечное чувство, пространственная ориентировка и координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус. Музыкально-ритмическая деятельность способствует формированию четкости, точности движений, что сказывается на всей учебной деятельности школьников с ЗПР.

Занятия ритмикой положительно влияют на развитие познавательной деятельности младших школьников с ЗПР: каждое задание нужно понять, осознать правила игры; осмыслить свое место в ней, свою роль; надо запоминать движения, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Следует отметить, что эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников.

Музыкальные произведения оказывают организующее и дисциплинирующее влияние благодаря присутствующему в них ритму. Ритм помогает регулировать движения: преодолевается суетливость и хаотичность действий, вялые и расплывчатые движения становятся четкими и целесообразными, нормализуется двигательное беспокойство. Занятия ритмикой позволяют создавать благоприятный эмоциональный фон и корректировать эмоционально-личностную сферу ребенка.

Занятия ритмикой тесно связаны с уроками музыки и физической культуры, а также курсом «Психокоррекционные занятия». Формирование и отработка основных двигательных навыков и овладение основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на уроках музыки и физической культуры. На занятиях ритмикой происходит их дальнейшее практическое освоение в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. При планировании работы учитель может учитывать требования, указанные в программе по физической культуре для соответствующего класса, и использовать на занятии разучиваемые на уроках музыки произведения.

Особенности построения курса

Коррекционно-развивающий курс «Ритмика» включает следующие разделы: ритмико-гимнастические упражнения; ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы; народные и современные танцевальные движения.

Основная часть занятия «Ритмикой» включает как изучение нового материала, так

и его повторение. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР. Учитывая состояние физического развития детей, учитель чередует на уроке нагрузку и отдых, напряжение и расслабление. Постепенно ученики физически и эмоционально привыкают к увеличению напряжения, мобилизуют себя на положительную произвольную деятельность.

Ритмико-гимнастические упражнения, способствуют выработке у обучающихся с ЗПР необходимых музыкально-двигательных навыков. Курс содержит задания на выработку координированных движений, основная цель которых - научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. На занятиях по ритмике резкие динамические контрасты в музыке помогают детям двигаться энергичнее, активнее, преодолевать вялость мышц. Улучшается координация движений.

Движения под музыку оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. В курс включаются задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, которые развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, учебного сотрудничества, развивают коммуникацию.

Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами, внесенные в курс, развивают способность дифференцировок на слух, устанавливают слухо-моторные связи.

Обучению детей с ЗПР танцевальным движениям и танцам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего – с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Для совершенствования координации движений с музыкой педагог добивается точного начала движения с началом музыки и четкого окончания движения с окончанием музыки. Обучающиеся учатся изменять характер движения с изменением динамических оттенков музыки, своевременно отражать в движении смену музыкальных темпов. Все это способствует преодолению характерного для детей с ЗПР недостатка внимания, повышается наблюдательность и скорость реакции.

При проведении занятия учителю ритмики следует придерживаться общих рекомендаций:

- преподносить новый материал развернуто, пошагово и закреплять его на протяжении нескольких занятий;
- при введении новых терминов использовать визуальную опору;
- производить отбор музыкального материала с позиции его доступности, при этом

сохраняя общий базовый уровень;

- постоянно разнообразить содержание проводимых занятий, мотивировать учащихся к изучению предмета;
- обращать внимание на общее состояние ученика, осуществляя при необходимости гибкую корректировку адресуемых ему заданий.

Программа по ритмике содержит 4 раздела:

1. Ритмико-гимнастические упражнения.
2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами.
3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.
4. Народные пляски и современные танцевальные движения.

Работа по всем четырем разделам программы осуществляется на каждом уроке.

Ритмико-гимнастические упражнения

Проводятся в начале и конце урока, как организационный момент. Упражнения включают в себя гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, переноску предметов. Служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления других недостатков.

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

Упражнения на развитие статической координации, можно выполнять, стоя на обеих ногах или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют на заключительном этапе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом.

Для развития ориентировки в пространстве используются упражнения на пространственные построения и перестроения.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, строятся на чередовании различных музыкальных сигналов: громкое и тихое звучание (громкое топанье и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопанье или поскоки); различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п. В таких упражнениях у детей развивается быстрота реакции. При отработке данных упражнений используют мячи, шары, флажки и тому подобные предметы.

Используемые упражнения на расслабление способствуют снятию мышечного напряжения, развивают регуляцию мышечного тонуса, повышают самоконтроль.

Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами. Для упражнений этого раздела используются детские музыкальные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны, тамбурины и др., а также любые другие звучащие предметы — погремушки, дудки, колокольчики, треугольники, ложки, хлопучки и т. п. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводятся под аккомпанемент.

Дети знакомятся с каждым инструментом и с его возможностями в отдельности, учатся обращению с ним. Они упражняются в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т. п.). Такие упражнения многократно повторяются, их сложность постепенно нарастает, развивается навык обращения с инструментами и чувство ритма. Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых музыкальных произведений, при этом дети должны обнаружить понимание сильной доли такта, слабых долей, простых

мелких долей.

По мере овладения инструментами становится возможным их комбинированное использование, создание ансамблей и оркестра. Так, воспроизведение сильных долей можно поручить тем, кто играет на барабанах, а слабые доли исполняют другие ученики на погремушках или треугольниках.

В некоторых упражнениях дети повторяют на инструменте ритмический рисунок, воспроизведенный учителем, сами создают ритмические рисунки.

Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы.

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Используемая музыка должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания; полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напеть или петь хором, сопровождая движения. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, «Маятник», «Деревья под ветерком», «Полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т.п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны): несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, «Змейкой», по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

Народные и современные танцевальные движения.

В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения и простые танцевальные связки.

Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используются хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся взаимодействовать друг с другом, находить общий ритм движения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети обучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение.

На занятиях дети овладевают способностью свободно и непринужденно двигаться в танце. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить основные термины народных и современных танцев.

Место курса в учебном плане

Программа рассчитана на 5 лет обучения по 1 часу в неделю: 1 класс – 33 часа, 1

(дополнительный) класс – 33 часа, 2 класс – 34 часа, 3 класс – 34 часа, 4 класс – 34 часа в год. Курс реализуется во внеурочной деятельности, часы на его реализацию включены в учебный план.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА «РИТМИКА»

1 класс

1. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («Паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание стопы (в положении сидя, стоя на одной ноге), отведение стопы наружу и приведение ее внутрь (в положении стоя, сидя), круговые движения стопой (в положении стоя, сидя), выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Позиции рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; сопровождение движения руки головой, взглядом.

Упражнение на расслабление мышц. Напряжение и расслабление мышц рук («Кулачки»). Сжимание с напряжением и разжимание пальцев рук с речевым сопровождением.

Повороты туловища влево-вправо, при расслабленном положении рук. По сигналу наклон туловища вперед, свесив голову и руки («Шалтай-болтай»).

Дети совершают энергичные движения под активную музыку, при изменении музыки на спокойную, движения замедляются, дети ложатся на ковер и расслабляются. Упражнения на ориентировку в пространстве. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Перестроение в круг из шеренги, цепочки.

2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами

Знакомство с детскими ударными музыкальными инструментами и звучащими предметами (ложки, барабаны, бубны, треугольники, колокольчики и т.д.). Правильное положение рук при игре на инструменте и приемы игры на нем. Игра на ложках в станке или в каждой руке по отдельной ложке. Исполнение небольших ритмических упражнений по показу и визуальной опоре, повторение предложенного ритмического рисунка. Соотнесение инструмента с музыкальным произведением и манеры исполнения на нем под звучащее музыкальное произведение. Совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование звучания и пауз.

3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки (спокойная, быстрая, медленная). Изменение характера движения в соответствии с изменением динамики (громко, тихо), регистра (высокий, низкий). Изменение направления ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным;

легкое подпрыгивание — тяжелым, и т.д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

4. Народные и современные танцевальные движения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы народного танца, например, русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Выполнение простых современных танцевальных связок по показу*.

1 дополнительный класс

1. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др. Наклоны, выпрямления и повороты головы, вращение головой, круговые движения плечами («Паровозики»); наклоны, движение рук в разных направлениях; сгибание, разгибание стопы. Основные движения под музыку на 2/4, 4/4: ходьба, бег, прыжки. Отражение хлопками притопами простых ритмических рисунков. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки (бодрый, задумчивый и т.д.), различной силы звучания (громко, тихо), различного темпа (умеренно, быстро, медленно), строевым или мягким шагом, ходьбой на пятках или на носках и т.д. Базовые упражнения, предполагающие скоординированные движения в соответствии с темпом и ритмом музыки.

Упражнения на координацию движений. Выполнение упражнений в парах: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую («Маятник»).

Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из пар в шеренги. Ходьба (бег) друг за другом по одному, врассыпную с использованием всего пространства помещения с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг — в соответствии с изменением звучания музыки.

2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами

Использование знакомых инструментов для передачи ритмического рисунка

* Здесь и далее. Включение данных упражнений на усмотрение педагога в соответствии с особенностями обучающихся и/или при наличии материально-технической базы.

музыкального произведения. Знакомство с высотой звука (высокий, средний, низкий регистры), его протяжностью (легато, скаккато). Сравнение контрастно звучащих инструментов (треугольник, бубен, колокольчики, тамбурины и т.д.). Передача сильных и слабых долей знакомых музыкальных произведений. Повторение предложенного ритмического рисунка и передача простых песенных ритмов на детском ударном музыкальном инструменте. Коллективное исполнение знакомых песен, маршей, танцевальных мелодий*.

3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы

Свободное, естественное движение под четко ритмически организованную музыку. Изменение направления или формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки. Определение сильных и слабых долей такта и свободной передачи их притопами, хлопками и другими формами движения. Простейшие подражательные движения под музыку. Прохлопывание ритмического рисунка звучащей мелодии. Игры под музыку с предметами, игры с пением. Движения с речевым сопровождением.

4. Народные и современные танцевальные движения

Элементы танца и простые танцевальные движения: простой шаг - мягкий, перекаточный, острый, с высоким подниманием бедра, на полупальцах, топающий на всей ступне. Бег на полупальцах, притопы одной ногой с хлопками, кружение через правое плечо с поднятыми руками, кружение парами на месте и на ходу. Приставной и переменный шаги вперед, в стороны, назад. Шаги галопа — прямой, боковой. Основной шаг народного танца, например, русский переменный шаг. Разучивание и отработка элементов народных танцев, круговых танцев по показу. Выполнение простых современных танцевальных связок.

2 класс

1. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны и повороты туловища. Повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног (как при маршировке). Сгибание и разгибание стопы в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Выполнение основных движений под музыку на 2/4, 4/4: ходьба, бег, прыжки, поскоки. Отражение хлопками, притопами ритмических рисунков. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа и характера музыкального сопровождения. Вступление в движение одновременно с началом звучания музыки и прекращение движения с ее окончанием. Бросание, катание, передача, перекачивание мячей различной величины. Использование скакалки для различных прыжков под музыку*.

Упражнения на координацию движений. Ритмичные упражнения под музыку: перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с

одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, переключивать с места на место. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.

2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами

Использование детских музыкальных инструментов ранее знакомых (треугольник, бубен, ложки, барабаны, колокольчики) и новых инструментов (металлофон, ксилофон), а также других звучащих предметов (маракас, дудка, погремушка) для передачи сильных и слабых долей в музыкальных произведениях. Использование поочередно нескольких инструментов в одном произведении. Создание и повторение заданного ритмического рисунка и мелодии. Знакомство и различение звучания пластин металлофона или ксилофона. Игра на знакомых музыкальных инструментах простых мелодий, в которых нет больших интервалов (народные песни).

3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в импровизации знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Передача различными формами движения (взмахом, прыжком, расслаблением, переменной настроенности) динамических акцентов музыки, отрывистости (стаккато), связанности и плавности (легато), восходящей или нисходящей линии мелодии.

4. Народные и современные танцевальные движения

Основные понятия: «позиция рук», «позиция ног», «линия танца». Тихая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Знакомство с новыми элементами танца и движениями: мягкий бег, перекаточный, острый, с высоким подниманием бедра. Пружинный шаг и бег, полуприседание. Шаг с носка на пятку, скользящий шаг, поскок. Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед, в сторону, назад. Повороты кистей, плавное поднятие рук вперед, вверх, в стороны. Шаги польки вперед, назад. Элементы народного танца, например, русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка

согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.

Основные движения народных танцев. Народные пляски и современные танцы с предметами (в том числе и в парах). Танцы, включающие построения и перестроения, притопывания, поскоки, хлопки и т.д. Танцевальные композиции народного танца, выполнение танцевальных движений под современные ритмы.

3 класс

1. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Выполнение движений под музыку на 3/4. Отражение хлопками, притопами ритмического рисунка мелодии. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Движение с обручем: перехваты, катание, повороты, поднятие, передача из руки в руку*. Использование скакалки для различных прыжков под музыку*.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и притопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Притопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Самостоятельное составление простых ритмических рисунков*.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами

Игра на мелодических и ударных музыкальных инструментах. Ориентировка в пластинах мелодических музыкальных инструментов (металлофоне, ксилофоне). Коллективное исполнение разученных музыкальных произведений с использованием разных музыкальных инструментов. Исполнение различных ритмов в медленном и

быстром темпе. Согласованное звучание инструментов при коллективном исполнении. Упражнения в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т.п.). Использование нотной записи для игры на инструментах*.

3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо). Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов, передача в движениях частей музыкального произведения, чередования музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

4. Народные и современные танцевальные движения.

Элементы танца, простые танцевальные движения: широкий бег, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп. Элементы народного танца, например, русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки.

Основные движения народных танцев. Овладение разными видами хороводных шагов. Хоровод с построениями, перестроениями, которые могут включать построение по диагонали. Современные танцы, состоящие из двух и более танцевальных комплексов.

4 класс

1. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения, с переходом от умеренного к быстрому или медленному темпу. Отражение хлопками, притопами, разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Составление простых ритмических рисунков. Выполнение движений под музыку на ЗМ.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных и разноименных движений рук, ног, туловища, кистей. Упражнения на сложную координацию движений: выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени (в заданной последовательности и ритме). Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с

мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). Постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка), кратковременное удержание позы, расслабление – приседание на корточках с опущенной головой и руками.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.

2. Ритмические упражнения с детскими музыкальными инструментами

Использование нотной записи для игры на детских музыкальных инструментах с направляющей помощью педагога. Использование ритмических партитур*. Коллективная игра на детских ударных и мелодических музыкальных инструментах в ансамбле и оркестре. Воспроизведение различных ритмов в медленном и быстром темпе. Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре. Разучивание и исполнение более сложных и длинных музыкальных произведений, разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения).

3. Игры под музыку, импровизация движений на музыкальные темы

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения своевременно вступить в мелодию начиная движение в разные моменты звучания (в начале, в середине, в конце). Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование песен. Самостоятельный подбор свободных естественных движений под музыку разного характера на определенную тему. Передача различными формами движения крещендо и диминуэндо в музыке, мелодического и ритмического рисунка, темпа, метроритма. Определение регистра звучания и подбор движения соответственно нижнему, среднему и высокому регистру.

4. Народные и современные танцевальные движения

Совершенствование танцевальных движений. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Знакомство с новыми элементами народного танца и движениями, например, русская пляска: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, «ковырялочка». Шаг вальса прямой и с поворотом. Разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопками. Различные композиции движений из народных танцев. Хороводы и парные танцы. Упражнения на различение элементов народных танцев. Разучивание и исполнение народных плясок, современных танцев. Элементы мюзикла*.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ «РИТМИКА» ПО ГОДАМ ОБУЧЕНИЯ

Предметные результаты представлены по годам обучения и отражают сформированность у обучающихся определенных умений.

1 класс:

- выполнять общеразвивающие упражнения по показу;
- знать и использовать ударные музыкальные инструменты;
- выполнять ритмические упражнения по показу и визуальной опоре;
- повторять предложенный ритмический рисунок;
- выполнять различные ритмические движения в соответствии с различным характером музыки;
- строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- занимать правильное исходное положение при построении в шеренгу (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- участвовать в музыкальных играх с предметами, с пением и речевым сопровождением;
- выполнять движение – галоп;
- выполнять элементы народной пляски по показу.

1 дополнительный класс

- выполнять общеразвивающие упражнения в соответствии с возрастом
- выполнять основные и общеразвивающие движения с предметами и без под музыку 2/4, 4/4;
- разбираться в терминах: громко-тихо, высоко-низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно);
- выполнять простые общеразвивающие упражнения, простые танцевальные шаги (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп);
- выполнять перестроения из пар в шеренгу, в колонну по одному, в круг;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторять на детском музыкальном инструменте простой ритмический рисунок;
- выполнять передачу сильных и слабых долей в знакомых музыкальных произведениях;
- передавать простые песенные ритмы на детском ударном инструменте;
- уметь различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико-гимнастических и танцевальных упражнений;
- уметь соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;
- уметь ходить в шеренге и разными видами шага;
- выполнять простые подражательные движения под музыку;
- выполнять по показу простые современные танцевальные связки;
- владеть простейшими элементами народной пляски;
- под руководством учителя уметь контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них.

2 класс

- самостоятельно выполнять общеразвивающие упражнения;
- владеть техникой элементарной мышечной релаксации;

- выполнять движения под музыку на 2/4, 4/4;
- передавать хлопками, притопами ритмические рисунки;
- выполнять общеразвивающие упражнения с предметами (бросание, катание, передача, перекатывание мячей и др.);
- использовать детские музыкальные инструменты для создания ритмического рисунка и мелодии;
- обращаться с 3-4 детскими музыкальными инструментами в отдельности;
- иметь представление о терминах, определяющих характер музыки;
- определять характер, темп и плавность музыки;
- уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять движения в определенном ритме и темпе;
- правильно выполнять движения народной танца (пляски) по показу;
- самостоятельно играть в знакомые музыкальные игры с предметами;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- под руководством учителя передавать в движениях игровые образы и содержание песен;
- свободно двигаться под музыку различного характера;
- ускорять и замедлять танцевальные движения в соответствии с темпом музыки;
- выполнять основные движения народных танцев;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (бубен, погремушка, барабан, тамбурином и т.д.);
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаются, быстро восстанавливают рисунок танца при ошибках, организованно выходят на поклон и т.д.).

3 класс

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять построения (в колонну по диагонали, шеренгу, цепочку, круг, пары) и перестроения (в шеренги, в круг из шеренги и обратно, из колонны в пары и обратно);
- выполнять ходьбу, бег, маршировку, прыжки, поскоки под изменяющуюся музыку;
- выполнять упражнения на сложную координацию с предметами;
- определять характер, темп и плавность у изменяющейся музыки;
- прохлопывать предложенный ритмический рисунок и использовать это умение в танцах, передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- коллективно исполнять простые изученные произведения на музыкальных инструментах под аккомпанемент учителя (ложки, бубен, тамбурином, треугольник, металлофон, ксилофон и др.);
- отражать в ритмико-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику изменяющейся музыки;
- держать «линию танца»;
- выполнять синхронные ритмико-гимнастические и танцевальные движения в парах;
- выполнять имитационные движения (отдельные и в миниатюрах);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (ложки, бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах.

4 класс

- самостоятельно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- выполнять построения (в шахматном порядке) и перестроения (из колонны по одному в колонну по четыре, из нескольких колон в несколько кругов и т.д.);
- коллективно исполнять (в ансамбле, оркестре) изученные музыкальные произведения разных по жанру (марши, пляски, лирические произведения и др.) под музыкальное сопровождение, аккомпанемент и без него;
- передавать на различных детских музыкальных инструментах ритмический рисунок знакомых песен;
- использовать нотную запись для игры на детских музыкальных инструментах по смысловой опоре;
- выполнять ритмико-гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку различного характера, темпа;
- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- импровизировать под музыку разного характера;
- отражать изменением движения любые изменения в характере, темпе, метроритме, регистре звучания музыки;
- начинать и заканчивать движение или исполнение на звучащем инструменте вместе с началом и окончанием звучания музыки;
- участвовать в инсценировке песен;
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- участвовать в различных композициях движений из изученных плясок и танцев;
- узнавать звучание общеизвестных народных плясок, популярных вальсов, отрывков из балетов;
- бережно относиться к детским музыкальным инструментам, аппаратуре, костюмам, реквизиту.

Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
1	Первые шаги. Ходьба.	Исходные позиции ног, рук, ходьба с координацией движений рук и ног. Игра «Рыбка» (легкий бег на носках с движениями рук).	1
2	Шаг с подскоком.	Передвижение по кругу, в колонне по два. Игра «Садовник и зайцы».	1
3	Приставной шаг.	Приставной шаг вперед, в сторону – с хлопками, с подниманием на носки. Танец игра «Хлопки».	1
4	Шаг галопа.	Шаги галопа по кругу-налево, направо, вперед. Игра «Дедушка Егор»- высокое поднимание ноги.	1
5	Переменный шаг.	Переменный шаг. Игра «Лиса», Игра – миниатюра «Шарик».	1
6	Шаг с притопом.	Притоп правой, левой, правой - пауза. То же самое с левой ноги. Приставной шаг вправо с притопом. Игра «У дядюшки - Дональда».	1

7	Шаг польки.	Небольшой подскок на левой, правая вперед книзу, приставной шаг вперед с правой, замедленный прыжок на правой, левую вперед-книзу. То же самое с другой ноги. Игра «Запомни свою позу».	1
8	Позиции рук в парах. «Стрелка», «Воротики», «Плетень».	Руки соединены в позиции «Вперед» (узкая, широкая); - руки соединены в позиции «Вверх»; - руки соединены крест-накрест; Игра «Ручеек».	1
9	«Вертушка», «Звездочка», «Двойной поясok».	Кружение вертушкой - руки соединены в позиции «Вверх», - кружение звездочкой-руки соединены в позиции «Звездочка», - друг друга обхватывают руками, прикасаясь левыми плечами, вращение вокруг себя. Танец в кругу.	1
10	«Лодочка», «Саночки».	Руки соединены в позиции « В стороны», руки за спиной. Упр. «Запомни свое место», Игра-забава «Солнышко», Подвижная игра «Огуречик».	1
11	Закрепление.	Выполнение изученных упражнений. Контроль и отработка сформированных навыков.	1
12	Танцевальная композиция «Бал-игрушек».	Движения в паре. «Лодочка», приставной шаг с пружинкой; «Стрелочка» - 7 хороводных шагов. Игра-превращение «Деревянные и тряпичные куклы». Релаксационное упражнение под музыку.	1
13	Танцевальная композиция «Бал-игрушек».	Движение «Колосок», приставной шаг с пружинкой; «Воротики» движение пар по кругу, вращение девочек под рукой мальчика. Этюд «Первый снег». Подвижная игра «Не опоздай».	1
14	Танцевальная композиция «Бал-игрушек».	Большая дорожка, легкое покачивание; Кружение в паре вокруг себя. Этюды «Тише!», «Ласка»; Подвижная игра «Иголка и нитка»; Релаксационное упражнение под музыку.	1
15	Танцевальная композиция «Бал-игрушек».	Отработка всех движений. Составление общей композиции танца. Упражнение «Обезьянки», Ритмическое упражнение «Повтори за мной». Подвижная игра «Дракон кусает свой хвост».	1
16	Закрепление.	Выполнение изученных упражнений. Контроль и отработка сформированных навыков.	1
17	«Движение с обручем». Движение с обручем.	Легкий бег по кругу. Ритмичное постукивание обручем о пол. Кружение на носочках обруч над головой. Этюд «Удивление». Игра «Сова».	1
18	Фигуры с обручем.	Карусель, мельница, волна, прыжок через обруч. Игра «Придумай свою фигуру».	1
19	Веселый обруч.	Вращение обруча на руке (п.) с переходом на (л.) Вращение на талии.	1
20	«Знакомство с русским народным»	Эмоциональное выражение лица. Построение в две колонны. «Коридор».	1

	танцем» Поговорим о русской пляске.		
21	«Русский перепляс».	Высокое поднимание ног; имитация игры на дудочке; легкий бег; имитация игры на балалайке. Дыхательное упражнение «Аист». Этюд «Солнышко и тучка».	1
22	«Русский перепляс».	Поочередное выставление ног на пятку (п.), (л.); широкие круги руками перед собой; «хлопушечки». Игра «Расколдуйте вороного коня».	1
23	«Русский перепляс».	Дробный топающий шаг; руки перед грудью «полочка». Игра «Выходи плясать».	1
24	Веселая игробика. «В гости к Винни-Пуху».	Движения в соответствии со словами текста. Упражнение на дыхание «Певец».	1
25	Эстрадный танец «Чарли». Танец «ЧАРЛИ».	Походка Чарли Чаплина; движения с тростью; полуприседание, «переминающийся шаг», кружение на основном шаге.	1
26	Танец «Чарли».	Шеренга, построение пар в шахматном порядке, стремительный поворот вокруг себя.	1
27	«Движения лентой». Бег лентой (легкий, стремительный).	Бег по кругу по часовой стрелке и против часовой стрелки, смахи лентой вверх- вниз, перестроение из круга в стойку. Дыхательное упражнение «Знакомство».	1
28	Легкий бег лентами.	Два концентрических круга, легкий бег на носочках, движение «пружинка», «мельница», смена мест.	1
29	«Движения платочком». Полоскать платочки.	Полоскание платочка в воде; Стряхнуть воду с платочка; Сушить платочек на солнце; Обмахиваются платочками.	1
30	Передача платочка.	Дети моют руки в воде, стряхивают воду с пальцев, сушат руки на солнце, образование круга, передача платочка своему соседу с поклоном.	1
31	Танцевальная композиция «Волшебный сад». «Волшебный сад».	Цветочная поляна, цветы распускаются, «качаются» на солнце. Упражнение «Холодно-жарко», «Борьба рук между собой».	1
32	«Волшебный сад».	«Вертушка», Легкий бег на носочках, «Звездочка». Дыхательное упражнение «Деревья».	1
33	«Волшебный сад».	Отработка движений. Создание композиции на основе танцевальных элементов.	1

1 класс (дополнительный)

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
1	Первые шаги. Ходьба.	Исходные позиции ног, рук, ходьба с координацией движений рук и ног. Игра «Рыбка» (легкий бег на носках с движениями рук).	1

2	Шаг с подскоком.	Передвижение по кругу, в колонне по два. Игра «Садовник и зайцы».	1
3	Приставной шаг.	Приставной шаг вперед, в сторону – с хлопками, с подниманием на носки. Танец игра «Хлопки».	1
4	Шаг галопа.	Шаги галопа по кругу-налево, направо, вперед. Игра «Дедушка Егор»- высокое поднимание ноги.	1
5	Переменный шаг.	Переменный шаг. Игра «Лиса», Игра – миниатюра «Шарик».	1
6	Шаг с притопом.	Притопа правой, левой, правой - пауза. То же самое с левой ноги. Приставной шаг вправо с притопом. Игра «Удядюшки - Дональда».	1
7	Шаг польки.	Небольшой подскок на левой, правая вперед книзу, приставной шаг вперед с правой, замедленный прыжок на правой, левую вперед-книзу. То же самое с другой ноги. Игра «Запомни свою позу».	1
8	Позиции рук в парах. «Стрелка», «Воротики», «Плетень».	Руки соединены в позиции «Вперед» (узкая, широкая); руки соединены в позиции «Вверх»; руки соединены крест-накрест; Игра «Ручеек».	1
9	«Вертушка», «Звездочка», «Двойной пояс».	Кружение вертушкой - руки соединены в позиции «Вверх», - кружение звездочкой-руки соединены в позиции «Звездочка», - друг друга обхватывают руками, прикасаясь левыми плечами, вращение вокруг себя. Танец в кругу.	1
10	«Лодочка», «Саночки».	Руки соединены в позиции «В стороны», руки за спиной. Упражнение «Запомни свое место», Игра-забава «Солнышко», Подвижная игра «Огуречик».	1
11	Закрепление.	Выполнение изученных упражнений. Контроль и отработка сформированных навыков.	1
12	Танцевальная композиция «Бал-пружинка», «Стрелочка», «Деревянные и тряпичные куклы».	Движения в паре. «Лодочка», приставной шаг с пружинкой; «Стрелочка» - 7 хороводных шагов. Игра-превращение «Деревянные и тряпичные куклы». Релаксационное упражнение под музыку.	1
13	Танцевальная композиция «Бал-пружинка», «Воротики», «Первый снег», «Не опоздай».	Движение «Колосок», приставной шаг с пружинкой; «Воротики» движение пар по кругу, вращение девочек под рукой мальчика. Этюд «Первый снег». Подвижная игра «Не опоздай».	1
14	Танцевальная композиция «Бал-пружинка», «Иголочка и нитка», Релаксационное упражнение под музыку.	Большая дорожка, легкое покачивание; Кружение в паре вокруг себя. Этюды «Тише!», «Ласка»; Подвижная игра «Иголочка и нитка»; Релаксационное упражнение под музыку.	1
15	Танцевальная композиция «Бал-пружинка», «Обезьянки», Ритмическое упражнение «Повтори за мной», Подвижная игра «Дракон кусает свой хвост».	Отработка всех движений. Составление общей композиции танца. Упражнение «Обезьянки», Ритмическое упражнение «Повтори за мной». Подвижная игра «Дракон кусает свой хвост».	1

16	Закрепление.	Выполнение изученных упражнений. Контроль и отработка сформированных навыков.	1
17	«Движение с обручем». Движение с обручем.	Легкий бег по кругу. Ритмичное постукивание обручем о пол. Кружение на носочках обруч над головой. Этюды «Удивление». Игра «Сова».	1
18	Фигуры с обручем.	Карусель, мельница, волна, прыжок через обруч. Игра «Придумай свою фигуру».	1
19	Веселый обруч.	Вращение обруча на руке (п.) с переходом на (л.) Вращение на талии.	1
20	«Знакомство с русским народным танцем» Поговорим о русской пляске.	Эмоциональное выражение лица. Построение в две колонны. «Коридор».	1
21	«Русский перепляс».	Высокое поднимание ног; имитация игры на дудочке; легкий бег; имитация игры на балалайке. Дыхательное упражнение «Аист». Этюды «Солнышко и тучка».	1
22	«Русский перепляс».	Поочередное выставление ног на пятку (п.), (л.); широкие круги руками перед собой; «хлопушечки». Игра «Расколдуйте вороного коня».	1
23	«Русский перепляс».	Дробный топающий шаг; руки перед грудью «полочка». Игра «Выходи плясать».	1
24	Веселая игробика «В гости к Винни-Пуху».	Движения в соответствии со словами текста. Упражнение на дыхание «Певец».	1
25	Эстрадный танец «Чарли». Танец «ЧАРЛИ».	Походка Чарли Чаплина; движения с тростью; полуприседание, «переминающийся шаг», кружение на основном шаге.	1
26	Танец «Чарли».	Шеренга, построение пар в шахматном порядке, стремительный поворот вокруг себя.	1
27	«Движения лентой». Бег лентой (легкий, стремительный).	Бег по кругу по часовой стрелке и против часовой стрелки, махи лентой вверх- вниз, перестроение из круга в стойку. Дыхательное упражнение «Знакомство».	1
28	Легкий бег лентами.	Два концентрических круга, легкий бег на носочках, движение «пружинка», «мельница», смена мест.	1
29	«Движения платочком». Полоскать платочки.	Полоскание платочка в воде; Стряхнуть воду с платочка; Сушить платочек на солнце; Обмахиваются платочками.	1
30	Передача платочка.	Дети моют руки в воде, стряхивают воду с пальцев, сушат руки на солнце, образование круга, передача платочка своему соседу с поклоном.	1
31	Танцевальная композиция «Волшебный сад». «Волшебный сад».	Цветочная поляна, цветы распускаются, «качаются» на солнце. Упражнение «Холодно-жарко», «Борьба рук между собой».	1

32	«Волшебный сад».	«Вертушка», Легкий бег на носочках, «Звездочка». Дыхательное упражнение «Деревья».	1
33	«Волшебный сад».	Отработка движений. Создание композиции на основе танцевальных элементов.	1

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
1	Основные движения под музыку 2, 3, 4 четверти	Ритмика. Закрепление техники бега. Приставной шаг. Ходьба, бег на полупальцах, с различным положением рук, ОРУ под музыку 2/4. Приставной шаг вперед назад в сторону. П/И «Удочка». Упр. «Змея».	1
2	Выделение хлопками, притопами сильной доли такта	Знание. Твой организм. Ритмика. Освоение элемента русской народной пляски. Ходьба, бег, ОРУ под музыку. Русский хороводный шаг, дробный шаг.	1
3	Чередование бега, подскоков, шага, в соответствии с изменением музыки	Ритмика. Закрепление элемента русского народного пляса. Ходьба, бег, ОРУ под музыку. Русский хороводный шаг, дробный шаг, притопы, упр. На расслабление. Русский медленный шаг.	1
4	Общеразвивающие упражнения под музыку.	Ритмика. Совершенствование элементов русского народного пляса, «Русский переменный шаг». Ходьба, бег, ОРУ под музыку. Упр. «кораблик», шаг с притопом в сторону, кружение через правое плечо. Русский переменный шаг.	1
5	Общеразвивающие упражнения под музыку.	Ритмика. Совершенствование элементов русского народного пляса, развитие координации. Ходьба, бег 2/4, ОРУ под музыку. «Скрестный шаг в сторону».	1
6	Упражнения на развитие равновесия.	Ритмика. Освоение упр. «кошечка», развитие координации, «Галоп» Ходьба, бег 2/4, ОРУ под музыку. Упр. «кошечка», движение парами, положение рук в танцах: руки на поясе «подбоченившись». «Галоп».	1
7	Упражнения на развитие осанки.	Ритмика. Развитие координационных способностей. «Галоп» в парах, положение рук в танце. Одна рука на поясе другая с платочком, руки убраны за спину. Русский танец.	1
8	Упражнения на развитие ловкости.	Освоение техники элементов танца «Польки». Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Полька».	1
9	Упражнения с гимнастическими	Закрепление техники элементов танца «Польки», развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку.	1

	снарядами.	Танец «Полька» в парах под музыку, подскоки, галоп, шаг «Ковырялочка».	
10	Начало и окончание движения по сигналу.	Совершенствование техники элементов танца «Польки», развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Полька» в парах под музыку, подскоки, галоп, шаг «Польки» в сторону». Совершенствование техники элементов «Вальса», вальсовый шаг в сторону, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, вальсовый шаг в сторону, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу.	1
11	Исполнение ритмов в быстром темпе.	Освоение техники элементов «Вальса», развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону.	1
12	Согласованное звучание инструментов в ансамбле.	Освоение техники элементов «Вальса», вальсовый шаг вперед, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, вальсовый шаг вперед, переступы в левую и правую сторону, покачивания, переступание с ноги на ногу.	1
13	Использование нотной грамоты.	Освоение техники элементов «Вальса», вальсовый шаг вперед, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс», упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, вальсовый шаг вперед, переступы в левую и правую сторону, покачивания, переступание с ноги на ногу.	1
14	Самостоятельный подбор свободных движений под музыку разного характера.	Совершенствование техники элементов «Вальса» с предметом, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс» с предметом (мяч, обруч), упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу.	1
15	Передача мышечным напряжением и расслаблением диминуэндо.	Освоение техники ритмико-гимнастических упражнений и развитие координации Ходьба, бег, прыжки на двух ногах, ОРУ под музыку, упр. «Книжка».	1
16	Определение регистра звучания.	Закрепление техники элементов «Вальса» с партнером. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Танец «Вальс» с предметом (мяч, обруч), упражнение для рук на 3/4, упражнение для ног, повороты на 3/4, переступы в левую и правую сторону, покачивания, движение по кругу.	1
17	Игры под музыку.	Освоение упражнений для формирования правильной	1

		осанки. Развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Морская звезда», Игра «Цоканье копыт» на ложках.	
18	Музыкальные игры с пением.	Закрепление упражнений для формирования правильной осанки. Развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Лисичка», Игра «Маятник» на ложках.	1
19	Сценические постановки.	Совершенствование упражнений на осанку. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Упр. «Лисичка», Игра с мячами.	1
20	Упражнения в отсроченном движении на 2х и 3х голосных канонов.	Освоение техники сюжетно-образных движений. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Подбор движений к музыкальному произведению.	1
21	Игры под музыку.	Освоение техники сюжетно-образных движений и музыкальной игры Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Подбор движений к музыкальному произведению, импровизация образа под музыкальное произведение.	1
22	Совершенствование танцевальных движений предыдущих лет.	Освоение техники элементов марша, развитие координации. Строевые упражнения. Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Выполнение упражнения со скакалкой под музыку, упражнение на расслабление.	1
23	Новые танцевальные элементы: присядка, полуприсед на месте.	Совершенствование техники элементов марша, развитие координации Строевые упражнения. Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Марш. Повторить движения тактов 1/4, движение по кругу, упражнения со скакалкой.	1
24	Бальный танец «Русский лирический».	Освоение выполнения этюда, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр. «точки» под музыку.	1
25	Бальный танец «Русский лирический».	Освоение выполнения этюда, ритмико-гимнастические упр. С предметом и развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр. «точки» под музыку, упр. с мячом и скакалкой.	1
26	Бальный танец «Русский лирический».	Освоение выполнения этюда, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Упр. «точки» под музыку. Игра «маятник» на ложках	1
27	Танец «Полька-тройка».	Освоение элементов танца «Полька-тройка». Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног».	1
28	Танец «Полька-тройка».	Освоение элементов танца «Полька-тройка» в парах Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе /в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног», Игра «Мячики».	1
29	Танец «Полька-	Освоение элементов танца. «Полька тройками», развитие	1

	тройка».	координации Ходьба, бег, ОРУ 4/4. Упражнение для рук на поясе/в стороны, повороты вправо/влево, «подбивка ног», Игра «Мячики».	
30	Русский народный танец «Полянка тройками».	Освоение элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Мягкий пружинный шаг, высокий шаг, шаг с носка на пятку, «Полянка тройками» под музыку.	1
31	Русский народный танец «Полянка тройками».	Освоение элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Мягкий пружинный бег, стремительный бег, прыжки с выбрасыванием ног вперед под музыку.	1
32	Русский народный танец «Полянка тройками».	Освоение элементов современного танца, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4. Подскоки, шаг с подскоками, полуприседания с выставлением ноги на пятку или на носок, «Полянка тройками», игры.	1
33	Бальный танец «Вару-вару».	Совершенствование элементов современного танца, развитие координации Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Комбинации элементов современного танца.	1
34	Бальный танец «Вару-вару».	Совершенствование элементов современного танца, развитие координации. Ходьба, бег, ОРУ 2/4 под музыку. Комбинации элементов современного танца.	1

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
1	Различение на слух 2х, 3х, 4х дольных размеров.	Перестроение в колонны по одному, по два. Смена ног в движении. Исполнение элементов танцев по программе 3 класса.	1
2	Ходьба и бег с изменением темпа движения.	Повороты кругом переступанием. Общеразвивающие упражнения для кистей и пальцев рук. Длительности. Размер 2/4.	1
3	Составление простых ритмических рисунков.	Ходьба со сменой ног по сигналу. Суставная гимнастика для шейного отдела позвоночника. Длительности. Группировка в размере 2/4. Элементы танца «На палубе корабля».	1
4	Отражение хлопками ритмического рисунка.	Ходьба и бег по ориентирам. Общеразвивающие упражнения для туловища. Ритмический диктант. Элементы танца «На палубе корабля».	1
5	Выполнение ритмического рисунка на ходьбе.	Ходьба по диагонали и противходом направо и налево. Повороты кругом переступанием. Общеразвивающие упражнения для мышц рук и ног. Игра на фортепиано «Ручеёк».	1

6	Общеразвивающие упражнения в разных темпах	Ходьба по ориентирам. Упражнения с лентами: «На мельнице». Игра на фортепиано: «У кота». Танцевальные движения «Шаловливые часы».	1
7	Усложнения упражнений на развитие силы.	Перестроение из колонны по одному, по два последовательным поворотом налево. Направо. Упражнение с большими обручами: «На лесной поляне». Игра на фортепиано: «Качи». Танцевальные упражнения: «Весёлые клоуны».	1
8	Упражнения с гимнастическими снарядами.	Ходьба по ориентирам, начертанным диагоналям, змейкам. Ритмико-гимнастические упражнения для туловища с гимнастическими палками.	1
9	Передача на инструментах ритмов песен.	Смена ног в движении. Игра на фортепиано «Вот лягушка по дорожке». Музыкальная игра «Гавот».	1
10	Передача на инструментах ритмов песен.	Ходьба противходом. Игра на фортепиано «Украинская народная песня». Танцевальные упражнения «Волшебный сад».	1
11	Исполнение 2х голосных канонов.	Повороты кругом переступанием. Музыкальная игра «Пчёлка». Игра на фортепиано «Ходит зайка», «Капельки».	1
12	Участие в ансамбле, оркестре при исполнении ритмов.	Танцевальные движения «Детство». Игра на фортепиано «Веночек». Общеукрепляющие упражнения.	1
13	Совершенствование движений под музыку разного характера.	Выполнение игр: на передачу в движении ритмического рисунка (акцента, темпа).	1
14	Импровизация движений на заданную тему.	Формирование умения начинать движения после вступления мелодии.	1
15	Передача мелодического, ритмического рисунка.	Развитие умения самостоятельно менять движения в соответствии со сменой частей музыкальных фаз.	1
16	Передача темпа музыки.	Разучивание подвижных игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.	1
17	Подражательные движения под музыку.	Музыкальные игры с пением и речевым сопровождением.	1
18	Музыкальные игры с пением.	Инсценирование музыкальных сказок.	1
19	Игры под музыку	Развитие умения самостоятельно менять движения в соответствии со сменой частей музыкальных фаз.	1

20	Упражнения в отсроченном движении под музыку 2х голосного канона.	Разучивание подвижных игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.	1
21	Совершенствование движений предыдущих лет.	Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в предыдущих классах.	1
22	Усложнение движений на координацию рук и ног при исполнении танцевальных элементов.	Выполнение упражнений на различение элементов народных танцев.	1
23	Русский народный танец «Травушка-муравушка».	Выполнение упражнений на различение элементов народных танцев Танец: «Травушка-муравушка».	1
24	Русский народный танец «Травушка-муравушка».	Комплекс ОРУ с большим мячом. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать. Танец: «Травушка-муравушка».	1
25	Бальный танец «Сударушка».	Выполнение упражнений на различение элементов бальных танцев. Танец: «Сударушка».	1
26	Бальный танец «Сударушка».	Комплекс ОРУ с большим мячом. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать. Танец: «Сударушка».	1
27	Бальный танец «Сударушка».	Комплекс ОРУ с большим мячом. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать. Танец: «Сударушка».	1
28	Бальный танец «Сударушка».	Движения парами: бег, ходьба с приседанием. Комплекс ОРУ с флажками: поочередное поднимание и опускание флажков; Танец: «Сударушка».	1
29	Бальный танец «Казачок».	Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке Движения парами: бег, ходьба Бальный танец «Казачок».	1
30	Бальный танец «Казачок».	Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево (повтор.) ОРУ с флажками; с гимнастическими палками Бальный танец «Казачок».	1
31	Бальный танец «Казачок».	Простые хлопки и перекрестные движения в парах Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы: передавать друг другу, переключать с места на место. Выставление левой (правой) ноги на пятку. Переход в танце по кругу с речетивом. Бальный танец	1

		«Казачок».	
32	Бальный танец «Рилио».	Различные виды танцевальных движений, элементы русской пляски.	1
33	Бальный танец «Рилио».	Комплекс ОРУ с большим мячом. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать. Танец «Рилио».	1
34	Бальный танец «Рилио».	Движения парами: бег, ходьба с приседанием. Комплекс ОРУ с флажками.	1

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов
1	Магическая точка.	Повороты на месте маленькими шажками; вращение на одной ноге; воздушный поворот. Двигательное упражнение «Ходьба с хлопками и легкий бег», Упражнение – игра «Назови диких (домашних) животных». Подвижная игра «Музыка зовет».	1
2	Ковырялочка с притопом.	Поворот корпуса влево, правой ногой взмах от колена назад вправо; выставление на носок - пятку; три притопа. Упражнение с хлопками. «Зеваки», Игра-миниатюра «Дружная семья».	1
3	Веровочка.	Небольшое приседание, сгибание в колене ноги, перевод назад (поочередно). Закидывание одной ноги за другую. Упражнение «В магазине зеркал», «Слушай бубен».	1
4	Моталочка.	Поочередное сгибание ног «моталочка», скольжение носком ноги по полу. Упражнение «Хлопай», Этюды «Соленый чай», «Смелый заяц», Игра «Музыкальная палочка».	1
5	Гусиный шаг.	Полное глубокое приседание, приподнимание ног на полупальцы, скользящий шаг. Упражнение «Пружинки», Игра упражнение «Смотрим влево, смотрим вправо».	1
6	Полуприсядка с открыванием ноги на ребро каблука.	Небольшой подскок, бросок ногой вперед-вправо не выше 45, полное приседание, опускание вытянутой ноги на ребро каблука. Игра «Ромашка»	1
7	Подсечка.	Глубокое приседание на полупальцах, корпус отведен вперед, скольжение ногой по полу Описание полукруга, круга.	1
8	Закрепление.	Выполнение изученных упражнений. Контроль и отработка сформированных навыков.	1
9	Танцевальная композиция «Приглашение».	Поклон (м), реверанс (д), тройной притоп, подскок, боковой шаг, (парный танец), упражнения с маленькими мячами. Игра «Ходим кругом».	1
10	Приглашение.	Легкий бег на носочках, повороты вокруг себя, смена парами; упражнения с мячами. Игра «Найди свою пару».	1

11	Разыграй сценку.	Улыбнись и, приветствуя друзей, помаши рукой. Показать какой большой подарок ты принес для друзей. «Мы на рыбалке», «Собираем цветы», «Игра в снежки» и т.д.	1
12	Создаем характеры.	Повадки животных. Изображение движений медведя, лисы, зайца, кошки, лыжника, наездника и т.п. под музыку. Игра – упражнение «Назови диких и домашних животных».	1
13	«Ритмические фантазии». «Волшебный полет».	«Мы роботы», «Поглядим в иллюминатор», «Вокруг звезды». Игра «Лунатики». Релаксационное упражнение «Вселенная».	1
14	«Волшебный полет».	«Накачивание воздуха», «невесомость», «Отроки вселенной». Дыхательное упр. «Шапка для размышлений».	1
15	Играем и поем. Танец «Лавата».	Выполнение движений по кругу. Игра «Бабочки».	1
16	Закрепление.	Выполнение изученных упражнений. Контроль и отработка сформированных навыков.	1
17	Современные ритмы. «Танец кошечек».	Построение в шахматном порядке, «легкая, кокетливая походка вперед», мелкий бег назад, «телевизор».	1
18	Танец кошечек.	Ритмичные движения, прыжки, легкий бег. Игра «Мультишки».	1
19	Танец кошечек.	Выпады вправо, влево; верчение. Игра «Мультишки».	1
20	«Пластическая импровизация». Балалайка.	Имитация игры на балалайке; Выставление ноги на каблук; «Каблучки». Игра «Свободный музыкальный ансамбль».	1
21	Балалайка.	Вращение в паре под рукой, «молоточки», движения с балалайкой. Игра «Будь внимателен!»	1
22	Балалайка.	Переплетение «косичкой», прыжки друг к другу, под рукой поворот. Пластический этюд «Веселый дождик».	1
23	Балалайка.	Русский поклон, «моталочка». Игра «Ох, ух, ах, их».	1
24	Танцевальная композиция «В сказочной стране».	Два концентрических круга; движения в паре «кружения»; плавные круговые взмахи руками поочередно; «воротики». Игра «Три движения».	1
25	Танцевальная композиция «В сказочной стране».	Колонна; две колонны; кружение; фигуры по представлению. Игра «Воздух, вода, земля, ветер».	1
26	Танец «Петрушек».	Подскоки вправо, влево; Сидя на полу, 2 раза удары ладонями рук об пол сбоку от себя; 2 раза перед собой; 2 раза над головой. Ритмичные повороты корпуса вправо, влево, встряхивая кистями рук, как бы «звеня	1

		бубенчиками».	
27	«Музыкальные игры». «Дискотека».	Использование свободных танцевальных движений. Изобразить ансамбль, подтанцовка. Индивидуальные исполнители.	1
28	«Мультишки».	Изобразить любого героя мультфильма, придумать для него одно характерное движение или несложный танец.	1
29	Игра «Успей повторить».	Ноги на ширине плеч - поворот и наклоны с палками. Игра «Самый ловкий».	1
30	Длительности в ритмическом рисунке. Танец «Утята».	Делай как я, повтор движений за ведущим.	1
31	Динамика в музыке. Танец «Аист».	Образование круга, внутренний круг и внешний, переплетение рук «корзиночка», шаг «припадание», переплетение рук за спиной.	1
32	Динамические оттенки.	Большой круг, (д) – стоят лицом к центру, (м) – спиной, движения (д) – по часовой стрелке, (м) – против, при встрече меняют руки.	1
33	Форма в музыке. Народные и современные танцы.	Стоя в две линии (в шахматном порядке) 1-я линия идет назад и встает на место 2-й линии, а вторая линия огибая первую, встает на ее место.	1
34	Итоговое повторение.	Выполнение изученных упражнений. Контроль и отработка сформированных навыков.	1

Учебно-методическое обеспечение

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики «Аничков Мост», 2015.
3. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998.
4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.-мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001.
5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991.
7. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика; уч. пособие / Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002.
8. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание. - М.: КАРО; СПб, 2011.
9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. - М.: Дрофа, 1998.
10. Гриценко Л.И. - Педагогика и психология: теория и технологии / – М.: Планета, 2012.
11. Яценко И.Ф. «Праздники России» / – М.: Вако, 2010.
12. Давыдова М.А., Агапова И.А. «Праздник в школе» / . –М.: Айрис Пресс, 2007

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Детские электронные книги и презентации - <http://viki.rdf.ru/>
2. Единая коллекция - <http://collection.cross-edu.ru/>
3. Российский общеобразовательный портал - <http://music.edu.ru/>
4. Классическая музыка (Электронный ресурс). – Режим доступа: <http://classic.Chubrik.Ru>
5. <http://school-collection.edu.ru/>
6. <http://www.edu.ru>
7. <http://www.1september.ru>
8. <http://www.zavuch.info.ru>
9. <http://www.minobr.ru>
10. www.pedsovet.org
11. <http://www.nauka21.ru>
12. <http://www.wikipedia.org/>

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий по ритмике нужен достаточно большой, просторный зал, желательно с зеркалами на одной стене и хорошим освещением. Кроме того, необходим магнитофон для воспроизведения музыкальных произведений или музыкальные инструменты (фортепиано, баян), под аккомпанемент которых будут выполняться ритмические упражнения. Для проведения общеразвивающих упражнений применяются гимнастические палки, обручи, мячи; комплект детских музыкальных инструментов (трещотки, колокольчик, треугольник, бубен; свистульки, деревянные ложки); технические средства обучения; экранно-звуковые пособия.

Учебно-практическое оборудование:

- Гимнастические коврики.
- Пластиковые обручи гимнастические.
- Мячи.
- Скакалка гимнастическая.
- Эстафетные игрушки.
- Игрушки-звонки.
- Объемные мячи.
- Кегли и кубики.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 659210494418358846796125042851991573012135821308

Владелец Кропотова Ирина Вячеславовна

Действителен с 15.11.2024 по 15.11.2025