

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Новосибирска
«Средняя общеобразовательная школа № 215 им. Д.А. Бакурова »

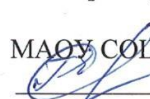
Председатель ППк



Гилёва Е.А.

31.08.2020

Зам.директора по УВР



МАОУ СОШ № 215

Гилёва Е.А.

31.08.2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу коррекционно-развивающей области

«Ритмика»

В 1-4 классах

Срок реализации программы: 5 лет

Нозология: задержка психического развития (вариант 7.2)

Составитель:

МО учителей начальных классов

г. Новосибирск
2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения, удовлетворяя особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР. В рамках данного курса осуществляется развитие двигательной сферы, способствующее совершенствованию произвольной регуляции деятельности, эстетическому воспитанию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца, решению психокоррекционных задач и формированию здорового образа жизни.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и с учётом примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2). Сущность специфических для варианта 7.2 образовательных потребностей раскрывается в соответствующих разделах пояснительной записки, учитывается в распределении коррекционного содержания по годам обучения и в тематическом планировании.

Общая цель занятий ритмикой заключается в развитии двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

В соответствии с обозначенными во ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ особыми образовательными потребностями определяются **общие задачи коррекционного курса**:

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

Обозначенные задачи конкретизируются следующим образом:

- развитие восприятия музыки в исполнении педагога и аудиозаписи для формирования умений различать и опознавать музыку по темпу, плавности и силе звучания;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая гимнастика, танец);
 - овладение различными формами движения через выполнение их под музыку (ходьба, бег, танцевальные упражнения и др.);
 - развитие физической выносливости и силы мышц всего тела;
 - развитие чувства ритма и выразительности движений;
 - эстетическое и эмоциональное развитие обучающихся с ЗПР через приобщение к музыке и танцам;
 - коррекция познавательной сферы обучающихся с ЗПР и совершенствование регуляции поведения и деятельности.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» традиционно включается в содержание образования обучающихся с ЗПР. Он является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корригируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и

спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, совершенствуется эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь 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. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Отмечено, что занятия ритмикой положительно влияют на состояние эмоциональной и познавательной сфер, а также развивают творческое воображение.

Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава обучающихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей.

Уже в 1 классе решается задача интеграции музыки и движений или движений и речи. Сложные («тройные») связи специально не формируют (это осуществляется в более старших классах начальной школы).

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

– восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);

упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);

ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);

упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);

игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);

танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев).

2. ОПИСАНИЕ МЕСТА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Классы	Кол-во часов в неделю	Количество учебных недель	Всего часов за учебный год
1	1	33	33
1 дополнительный	1	33	33
2	1	34	34
3	1	34	34
4	1	34	34
Итого на уровне начального общего образования			168

3. ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Изучение курса «Ритмика» тесно связано с изучением учебных предметов «Музыка», «Физическая культура», а также курсом «Психокоррекционные занятия». Его реализация связана с выполнением программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, направленной на поддержание физического и психологического здоровья обучающихся.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность определять содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но 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.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Ритмико-гимнастические упражнения, способствуют выработке у обучающихся с ЗПР необходимых музыкально-двигательных навыков. Необходимы задания на выработку координированных движений, основная цель которых - научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Во время проведения игр под музыку перед педагогом стоит задача научить детей создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен подобрать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (для подпрыгивания), «кошечка» (для мягкого шага), «мячик» (для подпрыгивания и бега) и т. п. Объясняя задание, желательно не подсказывать детям вид движения (надо говорить: «Будете двигаться как...», а не «Бегать», «Прыгать», «Шагать»).

Обучению детей с ЗПР танцам и пляскам 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.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В соответствии с целью и задачами коррекционного курса "Ритмика" для обучающихся планируются следующие результаты.

Личностные результаты:

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире проявляется в:

- интересе к новому содержанию и способам решения проблем, приобретении новых знаний и умений на занятиях ритмикой,
- старательности, подчинении дисциплинарным требованиям, адекватной эмоциональной реакции на похвалу и порицание на занятиях ритмикой;

развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей проявляется в:

- появление эстетических чувств красоты и гармонии в процессе прослушивания музыки и исполнения танца;
- заинтересованность в процессе прослушивания музыкальных произведений, просмотра концертов, разглядывания произведений искусства и музыкальных инструментов.
- стремление к совершенствованию своих способностей;

развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях проявляется в:

- умении слушать и выполнять инструкции взрослого;
- умение координировать свои усилия с усилиями других,
- согласованно выполнять необходимые действия, не разрушая общего замысла танца, находясь в паре и в малой группе.

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям проявляется в:

- знание о том, что ритмика является одной из составляющих здорового образа жизни;
- стремлении к доступному физическому совершенствованию;
- позитивном отношении к занятиям ритмикой;
- появлении мотивации достижения результата на уроках ритмики.

Метапредметные результаты, которые можно сформировать на занятиях ритмикой:

Регулятивные универсальные учебные действия:

формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации проявляется:

- умении определять мелодию, ее темп, силу, ритм и подчинять свои движения этим характеристикам музыки;
- умении осуществлять построения и перестроения в соответствии с задачами, поставленными взрослым;
- умение планировать свои движения при выполнении имитационных и вольных упражнений.
- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;

готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий проявляется в:

- учитывать выделенные педагогом ориентиры, выполнять движения по подражанию, по образцу, заданному взрослым;
- умение задавать вопросы, при возникновении трудностей взрослому или партнеру по занятиям;

- умение согласованно выполнять общеразвивающие, ритмико-гимнастические и танцевальные упражнения в паре, в группе.

Познавательные универсальные учебные действия:

овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, установления причинно-следственных связей проявляется в:

- умении принимать правильное исходное положение и совершать движения в соответствии с содержанием и особенностями музыки;
- умении организованно строиться и перестраиваться (быстро, точно);
- умении сохранять правильную дистанцию в колонне парами и в танце;
- умении самостоятельно определять нужное направление движения не только по словесной инструкции педагога, но и по звуковым и музыкальным сигналам;
- умении соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- стремлении правильно и точно выполнять упражнения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих проявляется в:

- умении договариваться и приходить к общему решению в процессе изучения танца, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умении согласованно выполнять необходимые действия, не разрушая общего замысла танца, находясь в паре и в малой группе.

Личностные универсальные учебные действия:

формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха проявляются в:

- умении принимать помощь взрослого, в стремлении подражать движениям взрослого в танце;
- умении замечать и исправлять свои ошибки, стремиться к многократным повторениям определенных движений.

Предметные результаты

Выпускник научиться:

- соблюдать требования к занятиям ритмикой, знать, что можно делать и что - нельзя;
- определять характер, темп и плавность музыки;
- играть в игры под музыку;
- прохлопать простой ритмический рисунок;
- ориентироваться в направлении движения (вперед, назад, вправо, влево);
- построениям (в колонну, цепочку, круг) и перестроениям (в шеренги, в круг из шеренги и обратно);
- ходьба, бег, маршировка, прыжки, поскоки под разную музыку;
- отражать в ритмо-гимнастических и танцевальных движениях характер, темп и динамику музыки;
- передавать ритм через похлопывания и притопывания;
- ставить ноги в соответствующую позицию из трех по словесной инструкции;
- ставить руки в соответствующую позицию (подготовительную, первую и вторую) по словесной инструкции;
- держать "линию танца";
- выполнять перекрестные движения рук и ног при выполнении ритмо-гимнастических упражнений и танцевальных комплексов;
- выполнять основные ритмо-гимнастические упражнения под музыку и с тем же темпом и ритмом после ее окончания;
- выполнять ритмо-гимнастические упражнения и танцевальные движения по показу взрослого, по опорным сигналам;
- выполнять имитационные движения (отдельные и/или в миниатюрах);
- выполнять отдельные танцевальные шаги (приставной, переменный, галоп и другие);
- выполнять танцевальные движения с предметами;
- ускорять и замедлять танцевальные движения в соответствии с темпом музыки;

- выполнять такие танцевальные движения как покачивание, пружинные движения, кружение, поскоки, махи ногами и т.д.;
- выполнять танцевальные движения с использованием музыкальных инструментов (бубен, погремушка, барабан и т.д.);
- выполнять комплексы танцевальных движений и весь изученный танец;
- выполнять движения и одновременно декламировать стихи и известные детские песни под музыку;
- соблюдать танцевальный этикет в процессе выступления на концертах (держат осанку, улыбаются, быстро восстанавливают рисунок танца при ошибках, организованно выходят на поклон и т.д.).

5. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

В 1 классе рабочая программа курса содержит 3 раздела: «Музыка и движения» (основные упражнения и основные упражнения в парах); «Движения и речь»; «Музыка и танец». Уже в 1 классе решается задача интеграции музыки и движений или движений и речи.

«Музыка и движение» (основные упражнения) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп. В первой четверти 1 класса детей желательно научить двигаться в темпе музыки, помочь им овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, упражнения на расслабления мышц и др.

Раздел «Движение и речь» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. В этот период обучения (2 четверть) важно закреплять умения детей выполнять движения под музыку, поэтому обязательно осуществляется повторение пройденного в первой четверти и проводятся игры под музыку.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Обучающиеся повторяют уже изученные и осваивают новые: 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.

В третьей четверти продолжается изучение раздела «Музыка и движение», где основные упражнения осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

Конец третьей и вся четвертая четверть посвящены изучению раздела «Музыка и танец». Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы и пляски. К концу учебного года дети обычно выучивают комплекс общеразвивающих упражнений, могут выполнять его под контролем взрослого. Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно

выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

В 1 дополнительном начинают формировать сложные («тройные») связи и продолжают этот процесс в остальных классах начальной школы. В 1 дополнительном классе рабочая программа курса содержит 5 разделов: «Музыка и движения» (основные упражнения и основные упражнения в парах); «Музыка и танец»; «Музыка, танец и музыкальные инструменты»; «Движения и речь»; «Музыка, движение и речь».

«Музыка и движение» (основные упражнения) является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и подстраивать темп своих движений под ее темп. В первой четверти 1 дополнительного класса дети должны научиться двигаться в темпе музыки, овладеть элементарными шагами, построениями, перестроениями и прыжками. Необходимо учить первоклассников с ЗПР прохлопыванию и протоптыванию простых ритмических рисунков. На первых занятиях важны такие упражнения как поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение внутрь, упражнения на расслабления мышц и др.

Во второй четверти продолжается изучение раздела «Музыка и движение», где основные упражнения ритмики осваиваются в парах. У обучающихся с ЗПР формируются умения разбиться на пары и обратно построиться в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Учатся выполнять ритмико-гимнастические упражнения в парах.

Конец второй четверти посвящен изучению раздела «Музыка и танец». Сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы (групповые и в парах) и пляски. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

В третьей четверти изучается раздел «Музыка, танец и музыкальные инструменты». Обучающихся с ЗПР учат играть на элементарных инструментах: погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, ложки и др. Важно, чтобы в процессе танца под музыку дети смогли научиться использовать музыкальные инструменты. Такая работа только начинается, поэтому целесообразно только фрагменты танца сопровождать музыкальными инструментами.

Вторая половина третьей четверти посвящена разделу «Движение и речь», который направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку или речевки.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Дети с ЗПР повторяют уже изученные и осваивают новые: 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.

В четвертой четверти реализуется самый сложный раздел «Музыка, движение и речь», который предполагает исполнение танцев под музыку с одновременной выразительной декламацией стихов и песен. К концу учебного года дети должны знать комплекс общеразвивающих упражнений, выполнять его под контролем взрослого.

Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

Итоговое занятие по ритмике проводится в виде отчетного концерта.

В соответствии с выделенными в АООП направлениями занятия ритмикой во 2 классе конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка и движение», «Музыка и танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Музыка, движение и речь». Форма организации занятий - групповая (участвует весь класс).

У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения), движениями и речью (упражнения под проговаривание стихов). Музыка и танец позволяют обобщить умения и навыки, полученные при изучении первых двух разделов.

Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятиенапряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР.

Основные виды деятельности, которые реализуются на занятиях ритмикой являются: игры под музыку, ритмико-гимнастические движения, танцевальные движения, восприятие музыки (определение ее характер, темпа, плавности), общеразвивающие движения. Эти виды деятельности относятся к обязательным и должны реализовываться практически на каждом занятии.

Игры под музыку усложняются, от имитационных игр можно постепенно переходить к играм с правилами, где музыка (ее наличие или отсутствие) помогают определить изменение движений, их характера. В игре обучающиеся учатся выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов может достигаться с помощью игр-миниатюр.

Расширяется диапазон ритмико-гимнастических движений, которыми должны овладеть обучающиеся с ЗПР. Можно вводить такие разнообразные 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 поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений должно быть в заданном темпе и после остановки музыки. Продолжается совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. 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 враспынную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

На каждом занятии ритмикой обязательно уделяется внимание развитию общих движений, для этого проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения слентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Обязательными являются упражнения на выработку осанки. Занятия ритмикой должны начинаться с разминки, которую может проводить как педагог, так и кто-то из обучающихся.

В процессе изучения новых танцев обязательно осуществляется восприятие музыки, анализируется ее характер, темп, плавность и т.д. Это способствует большему осознанию замысла танца, вызывает эстетические чувства при прослушивании музыки. Важны упражнения на

самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Необходимо учить прохлопыванию ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

За счет расширения ритмо-гимнастических движений обогащается репертуар танцевальных движений: построения и перестроения, поскоки, притопывания, хлопки, кружение, раскачивания и т.д. Такие элементы используются при постановке танцев.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку.

Раздел "Музыка и движение" реализуется в течение первой четверти и включает повторение пройденного в первом классе. Необходимо вспомнить с обучающимися не только отдельные танцевальные движения и сами танцы, но и игры под музыку, в которые нравилось играть детям с ЗПР. Также важно повторить ранее изученные построения и перестроения. Обязательной составляющей раздела является введение новых понятий: "позиция рук", "позиция ног", "линия танца" и другие. Если в первом и первом дополнительном классах обучающиеся повторяли движения по показу, то во втором классе для некоторых позиций вводится словесное обозначение (например: "Встаньте в первую позицию"). Также этот раздел предполагает изучение новых танцев с использованием каких-либо предметов. Это позволяет вырабатывать согласованные движения не только ног, но и рук, головы, держать туловище в определенной позе так, чтобы предмет было видно зрителям, что помогает создать художественный образ в танце. Занятия по этому разделу завершаются обобщающим занятием, на котором обучающиеся должны продемонстрировать освоенные движения.

Раздел "Музыка и танец" реализуется в течение всей второй четверти и часть третьей. Основная цель этого раздела не только освоить разные танцы, но и подготовить обучающихся к выступлениям на праздничных концертах. В первую очередь изучаются танцы с предметами (в том числе и в парах). Также предлагаются танцы, включающие построения и перестроения, притопывания, поскоки, хлопки и т.д. Необходимо учить таким элементам как тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг, неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Более сложными являются такие танцевальные движения как поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки, переменные притопы, прыжки с выбрасыванием ноги вперед.

Для каждого времени года предлагается постановка своего танца, что способствует расширению представлений об окружающем мире у обучающихся с ЗПР. Обучению 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. Танцевальные движения не должны быть слишком сложными, очень хорошо, если определенный комплекс танцевальных движений будет повторяться в танце несколько раз. Это облегчит процесс изучения танцевальных движений и будет способствовать успешности выступлений на праздничных концертах.

В третьей четверти еще завершается освоение раздела "Музыка и танец" и реализуется следующий, более сложный раздел "Музыка, танец и музыкальные инструменты". У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения, танец), движениями и речью (ритмодекламации). После того как сформированы базовые умения, коррекционное содержание ритмики усложняется. Основная работа направлена на развитие «тройных» связей: музыки, танца и игры на музыкальных инструментах или декламации песен с комплексом танцевальных упражнений под музыкальное сопровождение.

Данный и следующий раздел "Музыка, движение, речь" посвящены формированию именно таких сложных связей. Вся предварительная работа проводилась целенаправленно и должна способствовать их появлению и закреплению. Поэтому вся четвертая четверть посвящена ритмодекламациям и декламациям песен под музыку с выполнением танцевальных движений. Для более успешного выполнения таких заданий предлагается сначала выполнять упражнения в

хороводе. Это способствует более быстрому закреплению сложных действий. Весь коррекционный процесс завершается отчетным концертом. Это не только подведение итогов, но и отображение личностных результатов занятий ритмикой, так как появляется удовлетворение не только от технического исполнения танцев, но и формируются эстетические чувства красоты и гармонии.

Изучение курса «Ритмика» тесно связано с изучением учебных предметов «Музыка», «Физическая культура», а также курсом «Психокоррекционные занятия». Его реализация может быть связана с выполнением программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, направленной на поддержание физического и психологического здоровья обучающихся.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но 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.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений. В соответствии с выделенными в АООП направлениями занятия ритмикой в 3 и 4 классах конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка и движение», «Музыка и танец», «Музыка и народный танец», «Музыка, танец и музыкальные инструменты», «Музыка, движение и речь». Форма организации занятий - групповая (участвует весь класс).

Основные виды деятельности, которые реализуются на занятиях ритмикой являются: игры под музыку, ритмико-гимнастические движения, танцевальные движения, восприятие музыки (определение ее характер, темпа, плавности), общеразвивающие движения. Эти виды деятельности относятся к обязательным и должны реализовываться практически на каждом занятии.

Игры под музыку используются на занятии разнообразные от имитационных игр до музыкальных игр с правилами, где музыка (ее наличие или отсутствие) помогают определить изменение движений, их характера. В игре обучающиеся учатся не только выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), но и совершенствуется их координация. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов может достигаться с помощью игр-миниатюр, которые исполняются индивидуально конкретным ребенком.

Усложняется диапазон ритмико-гимнастических движений, которыми должны овладеть обучающиеся с ЗПР. Изучаются уже не отдельные упражнения, а гимнастические комплексы. Упражнения выполняются под разную музыку, а также под музыку, у которой изменятся темп и ритм (быстрый - спокойный, спокойный - быстрый). Важным является не только ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения, но варьирование силы мышечного напряжения, плавность и гармоничность выполнения. Совершенствование ходьбы осуществляется через овладение разными видами хороводных шагов. Сам хоровод должен осуществляться не только традиционно в большом круге, но и в других вариантах (в большом круге маленький). Хоровод должен сменяться построениями, перестроениями, которые могут включать построение по диагонали, как более сложное. Изучаются новые шаги - шаг польки. Усложняются и сами танцы. Если во первом и втором классе танцы представляли собой многократно повторяющийся набор движений, то в третьем классе - это сложные танцы, состоящие из двух и более танцевальных комплексов (хотя сами комплексы могут быть не большими по объему). При этом темп и ритм музыки могут меняться при выполнении разных танцевальных комплексов.

На каждом занятии ритмикой традиционно уделяется внимание развитию общих движений, для этого в начале и конце занятий проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Роль этих упражнений не только в разминке, могут появляться, при необходимости, силовые комплексы или упражнения на растяжку. И в том, и в другом случае надо дозировать физическую нагрузку для обучающихся с ЗПР. Не должно быть избыточной нагрузки, но и слишком легкие комплексы могут не приносить необходимого коррекционного эффекта, особенно по гармонизации двигательной сферы у этой категории детей.

Неизменно в процессе изучения новых танцев обязательно осуществляется восприятие музыки, анализируется не только характер мелодии, ее темп, плавность, но и определяются эти характеристики у разных частей музыкального произведения. Это способствует большему осознанию замысла танца, вызывает эстетические чувства при прослушивании музыки. Важным остается умение услышать и передать темп и ритм танцевальных упражнений. Для этого продолжают использовать хлопки.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку.

Раздел "Музыка и движение" реализуется в течение первой четверти и включает повторение пройденного во втором классе. Необходимо вспомнить с обучающимися не только отдельные танцевальные движения и сами танцы, но и игры под музыку, в которые нравилось играть детям с ЗПР. Также важно повторить работу в парах. Словесных инструкций при выполнении упражнений становится больше. К прямому показу возвращаются при разучивании сложных танцевальных комплексов.

Разделы "Музыка и танец" и "Музыка и народный танец" реализуются в течение всей второй четверти и часть третьей. Танцы, которые разучивают обучающиеся с ОВЗ, усложняются за счет появления в танце нескольких танцевальных комплексов, построений, перестроений и включения хороводов. Изучаются новые хороводные шаги и шаг польки. Танец может осуществляться под музыку, изменяющуюся по темпу и ритму. Это способствует развитию сложных моторно-сенсорных связей, которые должны совершенствоваться у детей с ЗПР.

В третьей четверти еще завершается освоение раздела "Музыка и народный танец" и реализуется следующий, более сложный раздел "Музыка, танец и музыкальные инструменты". У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения, танец), движениями и речью (ритмодекламации). Основная работа направлена на развитие «тройных» связей: музыки, танца и игры на музыкальных инструментах или декламации песен с комплексом танцевальных упражнений под музыкальное сопровождение.

Данный и следующий раздел "Музыка, движение, речь" посвящены формированию именно таких сложных связей. Вся предварительная работа проводится целенаправленно и должна способствовать их появлению и закреплению. Поэтому вся четвертая четверть посвящена ритмодекламациям и декламациям песен под музыку с выполнением сложных танцевальных движений. Для более успешного выполнения таких заданий предлагается сначала выполнять упражнения в хороводе. Это способствует более быстрому закреплению сложных действий. Весь коррекционный процесс завершается отчетным концертом. Это не только подведение итогов, но и отображение личностных результатов занятий ритмикой, так как появляется удовлетворение не только от технического исполнения танцев, но и формируются эстетические чувства красоты и гармонии.

		<p>«Построения и перестроения»</p> <p>«Шаги»</p> <p>«Попрыгаем»</p> <p>«Повторим» (обобщение).</p>	<p>предыдущем занятии. Освоение упражнений, позволяющих соотносить темп движений с темпом музыкального произведения (медленно быстро). Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Ориентировка в направлении движения вперед, назад. Ориентировка в направлении движения налево, направо. Перестроение в круг из шеренги. Ходьба имитационная. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги. Ходьба имитационная. Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку (подпрыгнуть, когда услышишь...). Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Обобщающее занятие, позволяющее закрепить умение слушать музыку и подстраивать движения под ее темп, построения и перестроения, шаги, прыжки и подскоки.</p>
2 четверть			
2	Движения и речь (7 ч).	<p>«Повторим» (повторение).</p> <p>«Построения и</p>	<p>Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Ходьба в шеренге с речевками,</p>

		<p>перестроения с речевками».</p> <p>«Скажу и сделаю сам».</p> <p>«Скажу и сделаю, послушаю и сделаю».</p> <p>«Скажем и сделаем» (обобщение).</p>	<p>которые читает учитель. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Разучивание речевок с одновременным выполнением движений. Ходьба и перестроения под речевки. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Ходьба и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Обобщающее занятие, предполагающее повторение полученных умений выполнять построения и перестроения под речевки или музыку.</p>
3 четверть			
3	Музыка и движения (основные упражнения в парах) (4 ч).	<p>«Скажем и сделаем» (повторение).</p> <p>«Найди пару».</p> <p>«Делаем вместе».</p>	<p>Воспроизведение ритмико-гимнастических упражнений под речевки или музыку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Игры под музыку, которые позволяют разделить на пары (например, «Встаньте в пары те, у кого одного цвета...»). Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Игры под музыку.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p>

		«Делаем вместе с речевками».	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга с речевками или под музыку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.
	«Музыка и танец» (6 ч).	«Танцевальные движения». «Танец «Приглашение»». «Танец «Всадники» (изучение прямого галопа). «Танец «Всадники» (исполнение). «Потанцуем».	Разучивание танцевальных движений к танцу «Приглашение». Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Исполнение танца «Приглашение» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Разучивание танцевальных движений к танцу «Всадники». Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Исполнение танца «Всадники» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Обобщающее занятие с исполнением танцев «Приглашение» и «Всадники» для гостей.
4 четверть			
4	«Музыка и танец» (8 ч).	«Вспомним танцы». «Русская пляска» (шаги).	Повторение изученных танцев и упражнений. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Изучение простого хороводного шага в русской пляске. Изучение шага на всей ступне на месте и с

		<p>«Русская пляска» (притопы).</p> <p>«Русская пляска» (элементы танца).</p> <p>Танец «Ковырялочка».</p> <p>«Галоп в парах» (элементы танца).</p> <p>«Галоп в парах» (танец).</p> <p>«Потанцуем».</p>	<p>продвижением вперед.</p> <p>Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Изучение притопов одной ногой и поочередно. Утверждающие притопы. «Подзадоривание». Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Исполнение танца «Ковырялочка» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Движения парами: бег, ходьба. Боковой галоп-движение парами. Боковой галоп в сочетании с притопом движения парами. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Исполнение танца «Галоп в парах» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Обобщающее занятие с исполнением танцев «Русская пляска» и «Галоп в парах» для гостей.</p>
--	--	---	--

1 дополнительный класс

№ п/п	Раздел	Темы занятий	Основные виды деятельности
1 четверть			
	Музыка и движения (основные упражнения) (8 ч).	Вводное занятие. «Похлопаем и потопаем». «Построения,	Объяснение как готовиться к занятиям и выполнение упражнений: строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение, равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу и др. Общеразвивающие упражнения. Повторение организационных особенностей занятий ритмикой и упражнений, которые учили на предыдущем занятии. Освоение упражнений, позволяющих соотносить темп движений с темпом музыкального произведения (медленно быстро). Прохлопывание и протопывание простых ритмических рисунков. Общеразвивающие упражнения. Ориентировка в направлении

		перестроения и прыжки»	и	движения вперед, назад. Ориентировка в направлении движения налево, направо. Перестроение в круг из шеренги. Ходьба имитационная. Прыжки, поскоки под разную музыку. Подпрыгивание на двух ногах на месте и с продвижением.
		«Шаги и разные виды ходьбы».		Общеразвивающие упражнения. Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги. Ходьба имитационная. Ходьба и бег с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка.
		«Повторим» (обобщение).		Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Обобщающее занятие, позволяющее закрепить умение слушать музыку и подстраивать движения под ее темп, построения и перестроения, шаги, прыжки и подскоки.
2 четверть				
2	Музыка и движения (основные упражнения в парах) (3 ч).	и	«Повторим в парах».	Выполнение ритмико-гимнастических упражнений в парах. Игры под музыку, которые позволяют разделить на пары (например, встаньте в пары те, у кого одного цвета...).
		в	«Найди пару».	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения.
			«Делаем в парах».	Ходьба в парах. Выполнение ритмико-гимнастических упражнений напротив друг друга под музыку. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.
	«Музыка и танец»		«Танцевальные	Разучивание танцевальных движений

	(4 ч).	<p>движения».</p> <p>«Танец в парах» (простой).</p> <p>«Танцы и пляски».</p> <p>«Потанцуем».</p>	<p>к танцу «Приглашение» (или другому очень простому танцу в парах). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Исполнение танца «Приглашение» (или другого очень простого танца в парах) несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Изучение прямого галопа, простого хороводного шага в русской пляске. Изучение шага на всей ступне на месте и с продвижением вперед. Изучение притопов одной ногой и поочередно. Утверждающие притопы. Выставление ноги на пятку; с полуприседанием и перескоком, выведение ноги на носок; выставление ноги с носка на пятку. Жесты с открытой ладонью: прошу-не надо. Разучивание танцевальных движений к простым танцам и пляскам («Всадники», «Танец лошадок», «Подзадоривание», «Ковырялочка», «Топотушки-рассыпушки» и др.). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Исполнение танцев для</p>
--	--------	--	--

			гостей.
3 четверть			
3	«Музыка, танец и музыкальные инструменты» (7 ч).	«Потанцуем» (повторение). «Музыкальные инструменты». «Поиграем на музыкальных инструментах потанцуем». «Поиграем – потанцуем».	Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Выступления на праздничных концертах. Игра на простых музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, ложки) в такт основной музыки или при прекращении ее звучания. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Разучивание простых танцев с использованием элементарных музыкальных инструментов («Погремушки», «Пляска с ложками», «Танцующий ансамбль» и др.). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения. Исполнение танцев для гостей.
	Движения и речь (3 ч).	«Потанцуем» (повторение).	Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Игры под музыку. Общеразвивающие

		<p>«Построения и перестроения речевками».</p> <p>и с</p> <p>«Скажем и сделаем» (обобщение).</p>	<p>упражнения. Ходьба в шеренге с речевками, которые читает учитель. Разучивание речевок с одновременным выполнением движений. Ходьба и перестроения под речевки. Ходьба и перестроения под речевки и под музыку (попеременно). Игры под музыку. Повторение изученных танцев. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Обобщающее занятие, предполагающее повторение полученных умений выполнять построения и перестроения под речевки или музыку.</p>
4 четверть			
Музыка, движение и речь (8 ч)	<p>«Повторим еще раз»</p> <p>«Музыка, стихи и танец»</p> <p>«Песня, танец, музыка»</p> <p>«Концерт»</p>	<p>Повторение изученных танцев, упражнений с речевками. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Разучивание танцев со стихами под музыку (танец «Зайчата», «Дождик» и др.). Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Декламация песен под музыку с выполнением танцевальных движений. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Обобщающее занятие – отчетный концерт. Дети выполняют групповые ритмико-гимнастические упражнения, исполняют разные танцы, в том числе со стихами или с музыкальными инструментами.</p>	

2 класс

№	Раздел	Темы занятий	Основные виды деятельности
1	"Музыка и движения" (8 часов)	Повторение пройденного в первом классе (1 час)	<p>Поиграть в игры под музыку, которые понравились детям в 1 классе.</p> <p>Повторение отдельных танцевальных движений, которые разучивали в 1 классе.</p> <p>Основные виды деятельности: игры под музыку; танцевальные движения; общеразвивающие движения.</p>
		Повторение построений, перестроений шагов (1 час)	<p>Ориентировка в направлении движения вперед, назад. Ориентировка в направлении движения налево, направо. Перестроение в круг из шеренги.</p> <p>Ходьба имитационная. Прыжки, поскоки под разную музыку. Подпрыгивание на двух ногах на месте и с продвижением.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения</p>
		Повторение танцев (1 час)	<p>Повторение изученных танцев, предполагающих построения и перестроения.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения</p>
		Основные позиции рук (1 час)	<p>Изучение основных позиций для разминки, для работы в паре, для танца (позиции рук, ног, понятие "линия танца" и др.).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения</p>
		Танец в парах с использованием предметов (2 час)	<p>Разучивание парного танца "Осень" (танец с листьями). Определение темпа и плавности музыки для танца. Разучивание основных движений танца в парах.</p>

			<p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения, восприятие музыки.</p>
		"Потанцуем" (1 час)	<p>Исполнение танца "Осень", с использованием вырезанных ярких листьев, несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения.</p>
		"Повторим" (1 час)	<p>Выполнение отдельных ритмо-гимнастических упражнений, отдельных танцевальных движений и танцев "Осень" и одного из танцев, изученных в 1 классе.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения.</p>
2	"Музыка и танец" (7 часов)	Танец с использованием предметов (2 часа)	<p>Разучивание танца "Дождик", основанного на использовании предметов (танец с зонтиками).</p> <p>Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		Танец с построениями и перестроениями (3 часа)	<p>Разучивание танца "Снежинки", основанного на построениях и перестроениях, но включающего такие танцевальные движения как: покачивание, пружинные движения, кружение и т.д. Определяют темп и плавность музыки Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p>

			восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.
		"Потанцуем" (2 часа)	Исполнение танца "Снежинки" на новогоднем празднике. Основные виды деятельности: танцевальные движения; восприятие музыки.
3	"Музыка и танец" (7 часов)	Повторение изученных танцев (1 час)	Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма)., проведение игр под музыку. Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку, общеразвивающие движения.
		Танец с притопываниями и хлопками (2 часа)	Разучивание танца "Мелодия зимы", основанного на использовании притопываний и хлопков. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.
		Танец с поскоками (2 часа)	Разучивание танца "Летка-Енка", основанного на использовании поскоков и махов ногами. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.
		Танец с предметами (2 часа)	Разучивание танца "Весна", основанного на использовании предметов (танец с цветами). Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).

			<p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p> <p>Исполнение Танца "Летка-Енка" и "Весна" на концертах, посвященных празднованию 23 февраля и 8 марта.</p>
4	"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)	Танец с применением музыкальных инструментов (3 часа)	<p>Разучивание танца "Страна детства", основанного на использовании бубна в танце. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		Повторение танцев (1 час)	<p>Повторение уже изученных танцев и их совершенствование через использование музыкальных инструментов (погремушка, бубен, тарелки, барабан и другие). Исполнение обновленных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
5	"Музыка, движение, речь" (8 часов)	Ритмодекламации (под музыку и без музыки) (2 часа)	<p>Разучиваются игры-миниатюры, которые позволяют осуществлять имитационные движения под чтение стихов с музыкальным сопровождением и без него (миниатюра "Ветер", "Шарик", "Кораблик", "Любопытная Варвара» и др.). Применяется ритмическое отхлопывание, когда одни дети читают стихотворение и показывают движения, а другие отхлопывают ритм, затем дети меняются друг с другом.</p>

		<p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; имитационные движения; игры под музыку, ритмическое отхлопывание, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Декламация песен под музыку в хороводе (3 часа)</p>	<p>Разучивается декламация таких песен как "Чунгачанга", "Улыбка" и др. В хороводе дети воспроизводят песню под музыку, а также выполняют отдельные танцевальные движения. Обсуждается темп и плавность музыки, под которую осуществляется декламация песни.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Танец с предметами (2 часа)</p>	<p>Разучивание танца "Скоро лето" (танец с пятерками). Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Отчетный концерт (1 час)</p>	<p>Итоговый отчетный концерт, на котором демонстрируются танцы, которые разучили дети в течение учебного года</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения.</p>

3 класс

№	Раздел	Темы занятий	Основные виды деятельности детей
1	"Музыка и движения" (8 часов)	Повторение движений, пройденных во втором классе (1 час)	<p>Поиграть в игры под музыку, которые понравились детям во 2 классе. Повторение отдельных танцевальных движений, которые разучивали во 2 классе.</p> <p>Основные виды деятельности: игры под музыку; танцевальные движения; общеразвивающие движения.</p>
		Повторение танцев (2 час)	<p>Повторение изученных танцев, предполагающих притопывания и хлопки ("Мелодия зимы") или танцев с прыжками и поскоками ("Летка-Енка") или танцев с предметами "Танец с пятерками").</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения</p>
		Гимнастические композиции в парах (2 час)	<p>Повторяются основные позиции ног и рук при выполнении движений в паре. Синхронность движений в паре при выполнении композиции с изменяющимся темпом (быстрый - спокойный, спокойный - быстрый).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения</p>
		Гимнастические композиции с построениями и перестроениями (2 час)	<p>Разучивание танца "Волшебная страна» - танец в парах с построениями и перестроениями (в том числе построение по диагонали). Определение темпа и плавности музыки для танца. Разучивание основных движений танца в парах, а также основных построений и перестроений.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные</p>

			<p>движения;</p> <p>игры под музыку; общеразвивающие движения, восприятие музыки.</p>
		"Потанцуем" (1 час)	<p>Исполнение танца "Волшебная страна» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>игры под музыку; общеразвивающие движения.</p>
2	"Музыка и танец" (7 часов)	Танцевальный шаг польки (3 часа)	<p>Разучивание танца "Полька". Выполняется вперед, назад, в сторону с поворотом. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		Танцы с разными шагами для хоровода (3 часа)	<p>Разучивание танца "Новогодняя сказка", основанного на разных шагах для хоровода, а также построениях и перестроениях и движений в парах. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		"Потанцуем" (1 часа)	<p>Исполнение танца "Новогодняя сказка" на новогоднем празднике.</p> <p>Основные виды деятельности: танцевальные движения; восприятие музыки.</p>
3	"Музыка и танец"	Повторение	Исполнение изученных танцев несколько раз (для

народный танец" (7 часов)	изученных танцев (1 час)	себя, для учителя, для съемки фильма), проведение игр под музыку. Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку, общеразвивающие движения.
	Народный танец с предметами (2 часа)	Разучивание танца "Русские узоры" с использованием платочков девочками, а мальчики с кепками. В основе танца хороводный шаг по большому кругу, по двум кругам (маленькому и большому). Могут быть включены элементы пляски. Музыка при этом с изменяющимся темпом и плавностью. Определяют темп и плавность музыки каждой части музыкального произведения. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.
	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания (2 часа)	Разучивание танцевальной композиции "Колокольчик", основанного на русском переменном шаге и припадании. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученной композиции несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.
	Сложный русский танец (2 часа)	Усложнение танца "Русские узоры" за счет разученной композиции с русским переменным шагом и припаданием. Определяют темп и

			<p>плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p> <p>Исполнение Танца "Русские узоры" на концертах, посвященных празднованию 23 февраля и 8 марта.</p>
4	"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)	Сложный русский танец с использованием ложек (3 часа)	<p>Усложнение танца "Русские узоры" за счет добавления танцевальной композиции с использованиями ложек. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного сложного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		Повторение танцев (1 час)	<p>Повторение изученного танца с ложками.</p> <p>Исполнение обновленного сложного танца (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
5	"Музыка, движение, речь" (8 часов)	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки) (1 часа)	<p>Повторение игр-миниатюр, которые были изучены во втором классе я под чтение стихов с музыкальным сопровождением и без него (миниатюра "Ветер", "Шарик", "Кораблик", "Любопытная Варвара» и др.). Применяется ритмическое отхлопывание.</p>

		<p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; имитационные движения; игры под музыку, ритмическое отхлопывание, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Декламация песен под музыку в танце (3 часа)</p>	<p>Изучение танца "Буратино" с декламацией под музыку. В основе танца композиции в парах, построения и перестроения. Обсуждается темп и плавность музыки, под которую осуществляется декламация песни.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Танец с индивидуальными выступлениями (2 часа)</p>	<p>Разучивание танца "Страна зверей" (танец с индивидуальными выступлениями). Дети по очереди выступают под одну музыку, но каждый со своей маленькой композицией, имитирующей какого-либо животного. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Отчетный концерт (1 час)</p>	<p>Итоговый отчетный концерт, на котором демонстрируются танцы, которые разучили дети в течение учебного года</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения.</p>

4 класс

№	Раздел	Темы занятий	Основные виды деятельности детей
1	"Музыка и движения" (8 часов)	Повторение движений, пройденных во втором классе (1 час)	<p>Поиграть в игры под музыку, которые понравились детям во 2 классе. Повторение отдельных танцевальных движений, которые разучивали во 2 классе.</p> <p>Основные виды деятельности: игры под музыку; танцевальные движения; общеразвивающие движения.</p>
		Повторение танцев (2 час)	<p>Повторение изученных танцев, предполагающих притопывания и хлопки ("Мелодия зимы") или танцев с прыжками и поскоками ("Летка-Енка") или танцев с предметами "Танец с пятерками").</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения</p>
		Гимнастические композиции в парах (2 час)	<p>Повторяются основные позиции ног и рук при выполнении движений в паре. Синхронность движений в паре при выполнении композиции с изменяющимся темпом (быстрый - спокойный, спокойный - быстрый).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения</p>
		Гимнастические композиции с построениями и перестроениями (2 час)	<p>Разучивание танца "Волшебная страна» - танец в парах с построениями и перестроениями (в том числе построение по диагонали). Определение темпа и плавности музыки для танца. Разучивание основных движений танца в парах, а также основных построений и перестроений.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные</p>

			<p>движения;</p> <p>игры под музыку; общеразвивающие движения, восприятие музыки.</p>
		"Потанцуем" (1 час)	<p>Исполнение танца "Волшебная страна» несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>игры под музыку; общеразвивающие движения.</p>
2	"Музыка и танец" (7 часов)	Танцевальный шаг польки (3 часа)	<p>Разучивание танца "Полька". Выполняется вперед, назад, в сторону с поворотом. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		Танцы с разными шагами для хоровода (3 часа)	<p>Разучивание танца "Новогодняя сказка", основанного на разных шагах для хоровода, а также построениях и перестроениях и движений в парах. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученных танцев несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		"Потанцуем" (1 часа)	<p>Исполнение танца "Новогодняя сказка" на новогоднем празднике.</p> <p>Основные виды деятельности: танцевальные движения; восприятие музыки.</p>
3	"Музыка и танец"	Повторение	Исполнение изученных танцев несколько раз (для

народный танец" (7 часов)	изученных танцев (1 час)	себя, для учителя, для съемки фильма), проведение игр под музыку. Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку, общеразвивающие движения.
	Народный танец с предметами (2 часа)	Разучивание танца "Русские узоры" с использованием платочков девочками, а мальчики с кепками. В основе танца хороводный шаг по большому кругу, по двум кругам (маленькому и большому). Могут быть включены элементы пляски. Музыка при этом с изменяющимся темпом и плавностью. Определяют темп и плавность музыки каждой части музыкального произведения. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.
	Танцевальная композиция на основе русского переменного шага и припадания (2 часа)	Разучивание танцевальной композиции "Колокольчик", основанного на русском переменном шаге и припадании. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученной композиции несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма). Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.
	Сложный русский танец (2 часа)	Усложнение танца "Русские узоры" за счет разученной композиции с русским переменным шагом и припаданием. Определяют темп и

			<p>плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p> <p>Исполнение Танца "Русские узоры" на концертах, посвященных празднованию 23 февраля и 8 марта.</p>
4	"Музыка, танец, музыкальные инструменты" (4 часа)	Сложный русский танец с использованием ложек (3 часа)	<p>Усложнение танца "Русские узоры" за счет добавления танцевальной композиции с использованиями ложек. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного сложного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
		Повторение танцев (1 час)	<p>Повторение изученного танца с ложками.</p> <p>Исполнение обновленного сложного танца (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения;</p> <p>восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
5	"Музыка, движение, речь" (8 часов)	Повторение ритмодекламаций (под музыку и без музыки) (1 часа)	<p>Повторение игр-миниатюр, которые были изучены во втором классе я под чтение стихов с музыкальным сопровождением и без него (миниатюра "Ветер", "Шарик", "Кораблик", "Любопытная Варвара» и др.). Применяется ритмическое отхлопывание.</p>

		<p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; имитационные движения; игры под музыку, ритмическое отхлопывание, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Декламация песен под музыку в танце (3 часа)</p>	<p>Изучение танца "Буратино" с декламацией под музыку. В основе танца композиции в парах, построения и перестроения. Обсуждается темп и плавность музыки, под которую осуществляется декламация песни.</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Танец с индивидуальными выступлениями (2 часа)</p>	<p>Разучивание танца "Страна зверей" (танец с индивидуальными выступлениями). Дети по очереди выступают под одну музыку, но каждый со своей маленькой композицией, имитирующей какого-либо животного. Определяют темп и плавность музыки. Исполнение изученного танца несколько раз (для себя, для учителя, для съемки фильма).</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; восприятие музыки; игры под музыку, общеразвивающие движения.</p>
	<p>Отчетный концерт (1 час)</p>	<p>Итоговый отчетный концерт, на котором демонстрируются танцы, которые разучили дети в течение учебного года</p> <p>Основные виды деятельности: ритмико-гимнастические движения; танцевальные движения; игры под музыку; общеразвивающие движения.</p>

7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для проведения занятий по ритмике имеется 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 могут быть нужны гимнастические палки, ленты, обручи и др.