Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Костомукшского муниципального округа
«Средняя общеобразовательная школа №1 с углубленным изучением
иностранного языка имени Я.В. Ругоева»

СОГЛАСОВАНА на заседании методического совета протокол № 1 от 28.08.2026 г. Руководитель методического совета:_____ (Л.П.Петрасова)	ПРИНЯТА на педагогическом совете протокол №1 от 31.08.2026 г.	УТВЕРЖДЕНА Директор: _____ (Н.Ю.Федотова) приказ от 31.08.2026г. № 233-о/д

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5CF8D707ACD9477A01906B967F7E3AFF
Владелец: Федотова Наталья Юрьевна
Действителен: с 30.10.2025 до 23.01.2027

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса внеурочной деятельности «Ритмика»
адаптированной основной общеобразовательной программы
начального общего образования
обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2)
1 дополнительный - 4 классы
срок реализации программы – 5 лет

Автор-составитель:
учитель
Коростик Светлана Анатольевна

г. Костомукша
2026 год

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, федеральной адаптированной образовательной программы для обучающихся с задержкой психического развития и АООП НОО обучающихся с ЗПР (вариант 7.2) МБОУ КМО «СОШ №1 им.Я.В.Ругоева».

В системе образования обучающихся с ОВЗ курс «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы.

Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

У детей ограниченными возможностями здоровья (ЗПР) наблюдается резкое снижение внимания к музыкальному звучанию, недостаточность эмоциональной отзывчивости на музыку. Детям свойственны неадекватные эмоциональные проявления при восприятии различных характерных пьес и песен, что связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы, слабостью интереса к окружающим предметам и явлениям вообще.

Для возбудимых детей характерно двигательное беспокойство, нетерпеливость, отвлекаемость, эмоциональная возбудимость и неустойчивость, а заторможенным свойственны вялость, адинамичность, бедность движений. Наиболее адекватным методом коррекции различных психомоторных нарушений у детей с ЗПР является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма как их стержня.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально- ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

Общая характеристика курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»

Цель курса: развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

Задачи курса:

- Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.
- Развивать умение слушать музыку.
- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Развивать творческие способности личности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной

деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:
Совершенствование движений и сенсомоторного развития: развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики.
Коррекция отдельных сторон психической деятельности: коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений; коррекция – развитие двигательной памяти;
коррекция – развитие внимания;
формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);развитие пространственных представлений и ориентации;
развитие представлений о времени.
***Развитие различных видов мышления*:**
развитие наглядно-образного мышления;
развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).
Развитие основных мыслительных операций*:*
развитие умения сравнивать, анализировать;
развитие умения выделять сходство и различие понятий;.
Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы: развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;
воспитание самостоятельности принятия решения; формирование устойчивой и адекватной самооценки; формирование умения анализировать свою деятельность.
Коррекция – развитие речи: развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

Место курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» в учебном плане
Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» реализуется во внеурочной деятельности коррекционно-развивающей направленности.
Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» реализуется с 1 по 4 классы.
Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана:

- 1 класс и 1 дополнительный класс – 33 часа, 1 час в неделю;
- 2-4 классы – 34 часа, 1 час в неделю.

Личностные и предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»
Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» в1 (дополнительном) и 1 классе

- Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
- Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.
- Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
- Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место встрою.
- Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
- Принимать участие в творческой жизни коллектива.

Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» по окончании 4 класса:

- Наличие эмоционального отношения к искусству, эстетического взгляда на мир в его целостности, художественном и самобытном разнообразии;
- Приобретение начальных навыков социокультурной адаптации в современном мире и позитивная оценка своих музыкально творческих возможностей;
- Продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении различных творческих задач, в том числе музыкальных;

- Развитие духовно-нравственных и этических чувств, эмоциональной отзывчивости, понимание и сопереживание, уважительное отношение к историко–культурным традициям других народов.

Метапредметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»

Непосредственное участие детей в разнообразной музыкально-художественной деятельности будет способствовать эффективному воспитанию эстетической культуры, которая

является важнейшим фактором духовного становления личности, формирования ее идеалов, вкусов и потребностей, развивать творческие способности ребенка, его индивидуальность и дарования. В результате у учащегося должны сформироваться следующие **универсальные учебные действия:**

1) Личностные - умением использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни, выполнять ритмические комбинации на хорошем уровне, развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки), развитие чувства ритма, согласовывать музыку и движение;

2) Познавательные – умение задавать и отвечать на вопросы по изучаемым темам с пониманием и по существу;

3) Коммуникативные – уметь обмениваться информацией, активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями, проявление дисциплинированности;;

4) Регулятивные - умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность

Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»

Минимальный уровень:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.

Достаточный уровень:

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.
- выполнять плясовые движения по показу учителя;
- организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя.

Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»

Минимальный уровень:

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;

Достаточный уровень:

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

Особенностью урока ритмики, в свете его коррекционных задач, является положительный эмоциональный фон всей деятельности учащихся, который должен быть

обеспечен тщательным подбором музыкального репертуара, умелым планированием урока, правильным отношением учителя к достижениям каждого ученика. На занятиях необходимо непременное поощрение малейших успехов учеников, максимальная помощь в преодолении индивидуальных затруднений, терпеливое, щадящее отношение к детям. Не допускаются отрицательная оценка неудачных и ошибочных движений учащихся, резкий или повышенный тон, привлечение внимания коллектива к отдельным учащимся в случае их неуспехов. Дети должны испытывать радость от предоставленной им возможности выразить себя в движении, передать движением свои чувства, переживания, свое понимание музыкального образа.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение, основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляются на занятиях физкультурой и музыкой. На уроках ритмики происходит дальнейшее практическое освоение этих понятий, умений и навыков в специфической форме музыкально-ритмической деятельности. Вместе с тем при планировании работы учитель может исходить из требований, указанных в программе по физкультуре для соответствующего класса, и использовать на уроках разучиваемые детьми песни и прослушанные произведения, обозначенные в программе по музыке.

Программа по ритмике содержит 4 раздела:

- ритмико-гимнастические упражнения;
- ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами:
- импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку:
- народные пляски и современные танцевальные движения.

На каждом уроке осуществляется работа по всем четырем разделам программы. Однако в зависимости от целей и задач каждого конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению), имея в виду, что в начале и конце каждого урока должны быть упражнения на снятие напряжения, на расслабление, успокоение.

Ритмико-гимнастические упражнения

Ритмико-гимнастические упражнения проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, поскоки с хлопками и без них, переноску предметов и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п.

В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки через обруч, палку или качающийся канат, повороты на пальцах, бег между кеглями. Упражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять, стоя на обеих или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют в заключительной фазе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю.

Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, так что дети постепенно осваивают их, испытывая радость от достижения успеха. Упражнения строятся на чередовании различных музыкальных сигналов, например: громкое я 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 вместе с воспитанием наблюдательности и внимания развиваются быстрота реакции, совершенствуются способности дифференцировок.

В этом разделе работы полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы, а также гимнастическую скамью (широкую и узкую), шведскую стенку и др.

Детей надо приучать к организованному и бережному обращению со снарядами,

добиваясь дисциплинированности при использовании названных выше предметов, предохранять детей от переутомления при возрастающей нагрузке, в случае необходимости (например, при соскоках со
шведской стенки) обеспечивать страховку.

Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами

Для этого раздела работы используются детские музыкальные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны и др., а также любые другие звучащие предметы: погремушки, дудки, колокольчики, треугольники, ложки, хлопушки, самодельные коробки с горохом и т. п. Игрушечные пианино, гармошки не рекомендуются из-за их различной звуковысотной настройки и невозможности в связи с этим использования их в детском оркестре. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводится в сопровождении фортепиано.

Упражнения на детских звучащих инструментах развивают чувство ритма, повышают внимание детей, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух.

Вначале дети знакомятся с каждым инструментом в отдельности и с его возможностями, учатся обращению с ним. Их упражняют 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. Упражнения с инструментами можно выполнять сидя на полу или на стуле, стоя, в движении — поодиночке, парами, группами, целым классом. Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых музыкальных произведений, при этом должны обнаружить понимание сильной доли такта, слабых долей, простых мелких долей.

Пониманию сильных долей способствует освоение такого, например, инструмента, как барабан. Дети учатся правильно держать палочки, мягко ударять ими по звучащей поверхности. С палочками выполняют различные упражнения: ударяют их друг о друга, об пол, о другой предмет, вслушиваясь в звучание. Барабан используют и для развития мелкой моторики путем таких упражнений, как щелчки разными пальцами, удары кончиками или косточками пальцев, свободные удары тыльной стороной ладони. Все упражнения надо учиться выполнять и правой и левой рукой.

Возможны такие упражнения, когда при исполнении одного произведения каждый ученик использует несколько инструментов. Темп исполнения в таких случаях, сначала должен быть замедлен, при смене инструментов возможны остановки. Постепенно дети привыкают к тому, в какой последовательности включаются в исполнение инструменты, как они расположены вокруг них на полу, какой рукой и как их надо вовремя взять. Тогда произведение может звучать в нормальном темпе. Трудности возрастают, если затем использовать инструменты в другой последовательности.

В некоторых упражнениях дети повторяют на инструменте ритмический рисунок, воспроизведенный учителем или одноклассниками, сами создают ритмические рисунки.
Совместное прослушивание и передача ритма повышает внимание учащихся и чувство ответственности перед товарищами за свое участие в общем исполнении. В упражнениях со звучащими инструментами дети активно приобщаются к искусству, учатся выражать себя в нем, участвуют в совместном исполнении произведений. Это является мощным средством эстетического воспитания школьников и формирования способности активной творческой совместной деятельности.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

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.

Прежде чем дети начинают двигаться, учитель знакомит их с музыкой, в краткой беседе помогает понять содержание песни, характер произведения в целом и отдельных его частей, тем, т.е. направляет воображение детей, оживляет их эмоциональную память, однако движения им не подсказывает. В противном случае у детей вырабатываются двигательные шаблоны, они теряют возможность двигаться, как хотят. При необходимости учитель может оказать помощь в такой примерно форме: «Двигаться так, чтобы было видно, что ты маршируешь, как солдат», или: «..., что ты тренируешься на спортплощадке», или: «..., что ты играешь роль клоуна». Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к решению задачи и доставляют им особую радость. В этих упражнениях преодолевается скованность учащихся, повышается способность приспосабливать свои действия к имеющимся условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами.

Музыка, используемая в данном разделе работы, должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно для этого 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 напевать или петь хором, сопровождая движения. Это способствует созданию радостной атмосферы на уроке. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, например, «маятник», «деревья под ветерком и ветром», «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.

С возрастом дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. Сначала учитель делит их на 2—3 группы, знакомит их с произведениями двух-, трехчастной формы или с произведением, содержащим несколько контрастных, разнохарактерных тем, и выясняет, как они понимают характер каждой части, каждой темы. Как правило, учитель выслушивает мнение двух или трех учеников о том, как они представляют себе темы, предлагает остальным высказать свои критические замечания, следя за тем, чтобы фантазия детей содержала доступные для воплощения образы. После этого каждая группа учащихся выполняет под музыку различные действия, раскрывающие ту или иную сценическую ситуацию (например, «Гуси и волки»). На следующем этапе можно распределить роли среди учеников. Исполнение той или иной роли заставляет ребенка вживаться в образ, управлять своим поведением, подчинять себя правилам игры, что чрезвычайно важно в воспитательном отношении. В качестве примера можно назвать инсценирование песни Л. Книппера (ел. А. Коваленкова) «Почему медведь зимой спит». Дети, исполняющие роли главных действующих лиц: медведя, лисы, дятла, и все остальные ученики, изображающие деревья в лесу, поют известную школьникам песню и своими движениями стараются передать ее содержание. Учитель объединяет усилия учеников, разбирает с ними ролевое участие каждого в отдельности и всех вместе. Так же обстоит дело и со сценическим изображением хорошо знакомых детям сказок в сопровождении подобранной учителем музыки.

Отработанные сценические музыкальные постановки можно исполнять на детских утренниках с использованием элементов костюма и реквизита.

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 пляски и современные танцевальные движения

Подготовка к работе по этому разделу проводится в любой части урока. В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения (не более четырех-пяти наименований за учебный год).

Народные пляски и танцы приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, порождают положительные эмоции. Работа по этому разделу программы всегда вызывает радость у детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских 'начал во взаимоотношениях, повышает культуру поведения. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используют хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, терпеливо обращаться при смене и передвижке партнеров к тем ученикам, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

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

Следует добиваться, чтобы дети так овладевали движениями, что могли двигаться в танце свободно и непринужденно. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить термины: шаг польки, шаг галопа и др.

Использование аудиозаписи возможно лишь на некоторых этапах урока — при сопровождении отработанного танца, разученных игр и инсценировок. В остальных случаях учитель должен иметь возможность произвольно изменять темп, динамические оттенки, продолжительность звучания музыки и т. п. в соответствии с задачами и целями, педагогической целесообразностью каждого этапа урока.

Ученикам необходимо для урока ритмики иметь тапочки и гимнастическую форму, которую можно заменять костюмом, используемым для занятий в хореографических кружках.

Уроки должны проводиться в специальном или приспособленном просторном помещении, отвечающем по санитарно-гигиеническим характеристикам тем требованиям, которые предъявляются к помещениям для подобных занятий.

В помещении должны находиться музыкальный инструмент, гимнастические скамейки, шведская стенка, стулья для отдыха детей и для сидячих упражнений, желательно ковер или индивидуальные коврики-подстилки (многие задания полезно выполнять сидя на полу). Оборудование, необходимое для проведения уроков ритмики: мячи, шары разных размеров и цвета, флажки, ленты, косынки, обручи, булавы, кегли, скакалки, гимнастические палки, погремушки, дудки, колокольчики, барабанчики, металлофоны, бубны, треугольники, трещотки, ложки, хлопушки и т. п.— в количестве по 12 предметов или инструментов, т. е. для каждого ученика.

Формы контроля и оценки результатов достижения поставленных целей:

- Проведение открытых уроков для родителей;
- Участие в праздничных программах, концертах, внеклассных мероприятиях, Проведение итогового занятия в конце учебного года.

Оценивание результатов освоения программного материала не производится. В рамках реализации курса с помощью листов индивидуальных достижений, рефлексивных карт идёт наблюдение за формированием у младшего школьника метапредметных результатов.

ЛИСТ индивидуальных достижений обучающегося

Вид деятельности.	**Время учёбы (месяц)**								
	9	**10**	**11**	**12**	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
Выполняет общеразвивающие упражнения старательно									
Выполняет гимнастические упражнения ритмично под музыку.									
Регулярно посещает занятия.									
Старательно и терпеливо выполняет указания учителя.									
Умеет выполнять музыкальные движения в паре.									
Адекватно относится к критике со стороны педагога.									
Умеет видеть движения партнёров в коллективном танце.									
Быстро запоминает правила выполнения движений и старается их выполнять.									
Проявляет интерес к хореографической деятельности. Читает дополнительную информацию.									
Высказывает своё мнение о деятельности товарищей, критически сравнивает свою работу с другими. Высказываем своё мнение о музыкальных произведениях.									

Каждый пункт «Листа» оценивается в 1 балл. Ученик набравший:
8- 9 баллов - имеет высокий уровень сформированности УУД;
6 -7 баллов – средний уровень, педагог должен помочь обучающимся к концу года достичь более высоких результатов.
4 – 5 балла – низкий уровень формирования УУД, педагог должен постоянно активизировать детей, поддерживать их интерес в этом виде деятельности.

Содержание курса1 класс (33 ч) Ритмико-гимнастические упражнения (10)

Основные движения под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4 — ходьба, бег, прыжки. Начало и окончание движения одновременно *с* началом и окончанием музыкальной фразы. Передача в движении шагом различного характера музыки (бодрый, задумчивый и т. п.), различной силы звучания (громко, тихо), различного темпа (умеренно, быстро, медленно) —строевым или мягким шагом, ходьбой на пятках или на носках и т. п.

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. Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений, перечисленных в программе по физкультуре, с предметами и без них. Отражение в движении различного характера, темпа, динамики музыки.

Бросание, подбрасывание, ловля, катание, передача, перекатывание и другие упражнения с мячом различной величины, с обручем — в сопровождении музыки; прыжки под музыку через скакалку.

Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (3)

Знакомство с барабаном. Использование барабана, погремушек и тому подобных двух-трех инструментов (каждого в отдельности) для передачи сильной и слабой долей в знакомых музыкальных произведениях. Повторение предложенного ритмического рисунка и передача на инструменте простых песенных ритмов.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (7)

Свободное естественное движение под четко ритмически организованную доступную музыку. Изменение направления или формы движения в соответствии с изменением темпа или громкости звучания музыки.

Определение сильных и слабых долей такта и свободная передача их притопами, хлопками и другими формами движения.

Простейшие подражательные движения под музыку. Игры под музыку. Игры типа эстафет с мячами, обручами и т. п. Игры с пением.

Народные пляски и современные танцевальные движения (13)

Элементы танца и простые танцевальные движения: простой шаг — мягкий, перекатный, 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 (для девочек— с платочками), кружение парами — на месте и на ходу. Приставной и переменный шаги вперед, в сторону, назад. Шаги галопа — прямой, боковой. Русский переменный шаг. Основной шаг местного народного танца. Разучивание и отработка плясок, круговых танцев.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

Термины:

- громко—тихо, высоко—низко

Характер музыки:

- бодрый, веселый, печальный, грустный

Темп музыки и движения:

- быстро, медленно, умеренно

Названия простых общеразвивающих упражнений (в соответствии с программой по физкультуре); названия простых танцевальных шагов (мягкий, на полупальцах, приставной, переменный, галоп).

Учащиеся должны уметь:

- выполнять основные движения и общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку преимущественно на 2/4 и 4/4;
- слышать изменения звучания музыки и передавать их изменением движения;
- повторить на звучащем инструменте простейший ритмический рисунок;
- выполнять простейшие подражательные движения;
- участвовать в четырех-пяти плясках.

Содержание программы1 класс 33 часа

Раздел 1.

Развитие ритмического восприятия.

Музыкальный размер, направления движения, степени поворота, виды музыкальных размеров: 2/4, 3/4, 4/4.

Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку, игра «Найди музыкальную фразу».

Игра в хлопки с увеличением темпа: хлопки (на сильную долю) становятся громче, и увеличивается размах рук, и, наоборот, со снижением темпа все стихает.

Раздел 2.

Развитие музыкальности

Музыкальные жанры*:* песня, танец, марш. Различие танцев по характеру, темпу, размеру: вальс, полька. Игра «Найди свой путь», движение по залу со сменой направлений под музыку. Музыкально- пространственные упражнения: маршировка в темпе и ритме музыки; шаг на месте, вокруг себя, вправо, влево. Пространственные музыкальные

упражнения: продвижения в различных рисунках по одному, в паре, перестроения из колонны в шеренгу и обратно, из одного круга в два и обратно, продвижения по кругу (внешнему и внутреннему), «звёздочка», «конверт». Музыкально-ритмические упражнения на практическое усвоение понятий: «Темп», «Ритм».

Раздел 3.

Паузы в движении и их использование.

Виды музыкальных размеров танцев. Игра «Сделал - остановись».

Танцевальные шаги: с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене, на месте и в продвижении, на полупальцах с вытянутыми коленями, со сменой положения рук. Шаги, выполненные через выпад вправо-влево, вперед-назад.

Раздел 4.

Развитие пластики тела.

Упражнения на осанку. Понятие о линиях корпуса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса;

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины. Упражнения на пластику.

Раздел 5.

Танцевально-ритмическая гимнастика.

Общеразвивающие упражнения.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Прыжки: маленькие и большие прыжки; по разным длительностям.

Подскоки: на месте; с продвижением.

Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Раздел 6.

Виды шага, бега, прыжков.

Танцевальные шаги.

Разновидность бега.

Прыжки.

Раздел 7.

Изучение позиций.

Постановка рук – подготовительная, 1, 2, 3 позиции.

Позиции ног - 1, 2, 3. Plie – складывание, сгибание, приседание.demiplie по 1,3 позициям.

Музыкальный размер - 3/4 или 4/4, темп - andante. Battementtendusimple – движения, вырабатывающие натянутость всей ноги в колене, подъёме, пальцах, развивающие силу и эластичность ног (изучается по 1 позиции вначале в сторону, вперёд, затем назад).

Музыкальный размер - 2/4, темп – moderato

Раздел 8.

Разучивание танцевальных композиций.

Танец «Полька». Танец «Летка –енька». Танец «Танец маленьких утят»

Тематическое планирование1 класс 33 часа

№ урока	Тема урока	Кол - во часов

1.	Вводное занятие. Игра «Знакомство» « Танец маленьких утят».	1
2.	Музыкальный размер, направления движения, степени поворота,	1
3	Система упражнений, направленная на развитие чувства ритма и музыкального слуха: прослушивание различных ритмов и мелодий, хлопки под музыку.	1
4.	Музыкальные жанры*:* песня, танец, марш.	1
5.	Различие танцев по характеру, темпу, размеру: вальс, полька.	1
6.	Музыкально-пространственные упражнения.	1
7.	Музыкально-ритмические упражнения.	1
8.	Танцевальные шаги.	1
9.	Упражнения на осанку. Понятие о линиях корпуса.	1
10.	Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса;	1
11.	Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.	1
12.	Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины. Упражнения на пластику.	1
13 – 14.	Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.	2
15.	Прыжки: маленькие и большие прыжки; по разным длительностям.	1
16.	Подскоки на месте; с продвижением.	1
17.	Танцевальные шаги. Разновидность бега.	1
18.	Прыжки.	1
19.	Изучение позиций. Позиции 1, 2	2
20.	Изучение позиций. Позиции 1, 2. Закрепление позиций 1,2	
21.	Изучение позиций. Позиция 3	2
22.	Изучение позиций. Позиция 3. Закрепление позиции 3	
23 – 28.	Танец «Вальс». Показ.	5
24.	Позиции рук в вальсе. Лодочка.	1
25.	Вальс. Танцевальный шаг, поворот.	1
29 – 32.	Танец «Летка – енька».	4
33.	Повторение выученных за год движений, танцев.	1
	Итого	**33 ч.**

Содержание программы 2 класс 34 часа

Раздел 1.

Элементы музыкальной грамоты – 2 ч.

Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки.Строение музыкального произведения.

Раздел 2.

Виды шага, бега, прыжков. – 9 ч.

Сценический шаг.

Шаг на полупальцах.

Легкий бег.

Подскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.

Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной).

Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах.

«Ковырялочка».Боковой галоп. Шаг польки.

Раздел 3.

Танцевально-ритмическая гимнастика. – 4 ч.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Общеразвивающие упражнения.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Подскоки: на месте; с продвижением.

Упражнения для рук и кистей: являются частью разминки, а также включаются в танцевальные комбинации и этюды.

Раздел 4.

Развитие пластики тела. – 6 ч.

Упражнения на осанку.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса;

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.

Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины.

Упражнения на пластику.

Раздел 5.

Разучивание танцевальных композиций. - 13 ч

Танец «Полька». Танец «Неваляшки».Танец «Вальс»

Тематическое планирование2 класс 34 часа

№ урока	**Тема урока**	**Кол - во часов**
1.	Общеразвивающие упражнения. Строение музыкального произведения.	1
2.	Сценический шаг. Шаг на пол пальцах.	1
3.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1
4.	Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.	1
5.	Подскоки: на месте; с продвижением. Упражнения для рук и кистей.	1
6 – 7	Легкий бег. Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.	2
8.	Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной).	1
9.	Шаг польки. Упражнения на осанку.	1
10.	Притопы, хлопки в ладоши по одному и в парах.	1
11.	«Ковырялочка».	1
12.	Боковой галоп. Упражнения на пластику.	1
13.	Характер музыкального произведения, его темп, динамические оттенки.	1
14.	Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.	1
15.	Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса.	1
16.	Освоение системы упражнений, направленной на укрепление и развитие мышц спины.	1
17.	Упражнение на ориентировку в пространстве.	1
18.	Шаг на полупальцах, лёгкий бег, поскоки на месте.	1
19.	Поскоки с продвижением вперёд, боковой галоп.	1

20.	Танец «Неваляшки».	1
21.	Упражнения для рук, кистей, танцевальные движения.	1
22.	Упражнения на осанку, танцевально-ритмическая гимнастика.	1
23.	Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами.	1
24.	Игра на детских музыкальных инструментах: «Весенняя миниатюра».	1
25.	Танец «Неваляшки», народные пляски.	1
26.	Упражнения на пластику, танцевальные этюды.	1
27 – 30	Танец «Вальс»	4
31 – 33	Танец «Полька».	3
34.	Повторение выученных за год движений, танцев	1
	Итого	**34 ч.**

Содержание программы3 класс 34 часа

Закрепляются знания и навыки, полученные на втором году обучения, на новом музыкальномматериале.

Раздел 1.

Элементы музыкальной грамоты – 2 ч.

Понятие о такте. Ритм.

Раздел 2.

Танцевальные элементы– 9 ч.

Подскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя.(повторение)

Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной). (повторение)

Шаг польки.(повторение)

Шаг вальса.(повторение)Зеркальце

Лодочка

Вальсовый поворот

Раздел 3.

Танцевально-ритмическая гимнастика. – 4 ч.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Общеразвивающие упражнения.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Раздел 4.

Развитие пластики тела. – 6 ч.

Упражнения на осанку.

Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса;

Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.

Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц спины.

Упражнения на пластику.

Раздел 5.

Разучивание танцевальных композиций. - 13 ч

Танец «Вальс».

Подвижный танец под современную мелодию.

Тематическое планирование3 класс 34 часа

№ урока	**Тема урока**	**Кол - во часов**
1.	Общеразвивающие упражнения. Понятие о такте.	1
2.	Общеразвивающие упражнения. Ритм.	1
3.	Поскоки: на месте, с продвижением вперед, вокруг себя. (повторение)	1
4.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1

5 – 6 .	Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.	2
7.	Подскоки: на месте; с продвижением.	1
8.	Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной). (повторение)	1
9.	Шаг польки.(повторение)	1
10.	Шаг вальса.(повторение). Упражнения на осанку	1
11- 12.	«Зеркальце», «Лодочка», вальсовый поворот	2
13 – 16.	Отработка движений. Упражнения на пластику.	4
17.	Просмотр видеозаписи танцев	1
18 – 23	Танец «Вальс», постановка и разучивание.	6
24.	Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц верхнего плечевого пояса. Поклон.	1
25.	Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц брюшного пресса.	1
26.	Упражнения, направленные на укрепление и развитие мышц спины.	1
27	Упражнения на осанку.	1
28- 30	Разучивание подвижного танца под современную мелодию	3
31 – 34	Повторение выученных за год танцев.	4
Итого		**34 ч.**

Содержание программы4 класс 34 часа

Закрепляются знания и навыки, полученные на третьем году обучения, на новом музыкальном материале.

Раздел 1.

Танцевальные элементы–5 ч.

Позиции рук.

Основные правила.

Перестроения для танцев.

Движения по линии танца.

Танцевальный бег с различным положением рук (на поясе, в стороны, за спиной). (повторение)

Шаг польки (повторение)

Шаг вальса (повторение)Зеркальце (повторение)

Лодочка (повторение)

Вальсовый поворот (повторение)

Раздел 2.

Танцевально-ритмическая гимнастика. – 5 ч.

Движение на развитие координации.

Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.

Общеукрепляющие и развивающие упражнения под музыку.

Раздел 3.

Развитие пластики тела. – 4 ч.

Музыкально-ритмические игры.

Упражнения на пластику.

Раздел 4.

Разучивание танцевальных композиций. - 18 ч

Танец «Вальс».

Танец «Полька».

Танец на современные мотивы

Тематическое планирование 4 класс
34 часа

№ урока	Тема урока	Кол - во часов
1 – 2	Движения по линии танца.	2
3 – 4	Музыкально-ритмические игры.	2
5 – 6	Перестроения для танцев.	2
7 – 8	Движение на развитие координации.	2
9	Позиции рук. Основные правила.	1
10 – 11	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела.	2
12 – 17	Танец «Полька»	6
18.	Строевые упражнения, разучивание танцевальных композиций.	1
19.	Движения на развитее координации, позиции рук.	1
20.	Перестроения для танцев, шаг вальса	1
21.	Упражнения на расслабление мышц тела, разучивание танца.	1
22.	Разучивание танцевальных композиций.	1
23.	Танцевальный бег с различным положением рук.	1
24.	Танцевальные элементы: вальсовый поворот, лодочка.	1
25.	Общеукрепляющие и общеразвивающие упражнения	1
26.	Движения по линии танца, шаг польки (повторение)	1
27.	Танцевальные элементы: зеркальце (повторение)	1
28 – 30	Танец на современные мотивы	3
31 – 32	Музыкально-ритмические игры.	2
33.	Движение на развитие координации.	1
34.	Урок – смотр знаний	1
	Итого	**34 ч.**

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Печатные пособия:

* Наборы сюжетных картинок в соответствии с тематикой.
* Таблицы: нотные примеры, признаки характера звучания, средства музыкальной выразительности;

Технические средства обучения:

* Персональный компьютер
* Мультимедийный проектор и экран
* Комплект звуковоспроизводящей аппаратуры: микрофоны, усилитель звука, микшер, динамики.
* Музыкальный центр

Экранно-звуковые пособия:

* Аудиозаписи, СД диски с программной музыкой (1,2,3,4 класс), с детскими песнями.

Учебно – практическое оборудование:

* Синтезатор
* Комплект детских музыкальных инструментов: бубны, барабаны, маракасы, цимбалы, металлофоны, ксилофоны, погремушки, бубенчики, колокольчики.
* Народные инструменты: деревянные ложки, трещётки, свистульки.
* Дирижёрская палочка.