

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 40 имени Вячеслава Токарева»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ «СОШ № 40
им. В. Токарева»

_____/Н.И. Федака/
Приказ № 399
от «15» июня 2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности коррекционного курса
«Ритмика» 1-4 класса
начального общего образования

на 2022 - 2023 учебный год

Составитель: Медведева Елизавета Олеговна, учитель К.Р.класса

г. Бийск, 2022

Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся 1-4 класса предназначена для организации и проведения коррекционно-педагогической работы с обучающимися с ЗПР.

Программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования детей с ОВЗ; адаптированной основной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (ЗПР).

Программа отражает содержание коррекционных занятий с учетом перечисленных во ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ,

- в адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования обучающихся с ЗПР (вариант 7.2) МБОУ «СОШ № 40 им.В. Токарева»,

- в примерной адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования обучающихся с ЗПР (вариант 7.2);

- Комплект примерных рабочих программ для 1 и 1 дополнительного классов по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с задержкой психического развития, (fgosreestr.ru), особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, получивших рекомендацию обучения по варианту 7.2.

Настоящая рабочая программа сформирована как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации, развития личности детей с ЗПР и носит коррекционно-развивающий характер.

Целью программы является создание условий для личностного развития обучающихся с ЗПР и коррекции отклонений в психическом и физическом развитии обучающихся с ЗПР, посредством воздействия специфическими средствами, свойственными ритмике.

Задачи программы:

- овладение разнообразными формами движения (ходьба, бег, прыжки, поскоки, гимнастические и танцевальные упражнения, упражнения с звучащими инструментами (дудки, погремушки и т.д.))
- развитие умения воспринимать на слух, различать и понимать специфические средства музыкального «языка» (динамика, темп и т. д.);
- развитие чувства ритма, музыкального слуха и памяти;
- развитие умственной деятельности, творческого воображения, памяти, формирование произвольного внимания, пространственной ориентировки и координации, улучшение осанки;
- развитие умения совместной коллективной деятельности;
- воспитание самоорганизации и самодисциплины;
- приобщение детей к музыке, совершенствование музыкально-эстетических чувств.

Общая характеристика коррекционного курса

Данная программа направлена на коррекцию особенностей нервно-психического склада, своеобразия поведения и личностной реакции, а также эмоционально-волевой незрелости у детей с ЗПР. Занятия ритмикой способствуют укреплению у детей мышечного корсета, у детей формируются правильное дыхание, развиваются моторные функции, воспитывается правильная осанка, походка, грация движений, что способствует в целом оздоровлению всего детского организма.

Таким образом, на первый план выходит необходимость первоначальной коррекции двигательной сферы детей с ЗПР на занятиях коррекционной ритмикой. Коррекционно-развивающие занятия ритмикой являются эффективной и адекватной формой проведения

занятия при работе с детьми с ЗПР, построенного на сочетании музыки, движения и слова

Учитывая, что занятия ритмикой являются частью образовательной и коррекционно-развивающей работы с обучающимися с ЗПР, можно выделить четыре **основных направления работы** с детьми, реализуемые на занятиях ритмики:

- оздоровительное;
- образовательное;
- воспитательное;
- коррекционно-развивающее.

Основными в освоении программы ритмики являются принципы «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «вместе с партнером», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущению», «возвращение к пройденному». Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения. Далее учащиеся знакомятся с его ритмическим характером и темпом.

На каждом уроке осуществляется работа по разным разделам программы, но на каждый раздел отводится разное количество времени (в зависимости от задач урока), но при этом имеется в виду, что в начале и в конце каждого урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Место коррекционного курса в учебном плане

Коррекционно-развивающая область, согласно требованиям Стандарта, является обязательной частью внеурочной деятельности и представлена коррекционными занятиями, направленными на коррекцию дефекта и формирование навыков адаптации личности в современных жизненных условиях. Коррекционно-развивающие занятия по ритмике проводятся в групповой форме.

Распределение часов, предусмотренных на внеурочную деятельность, осуществляется следующим образом: недельная нагрузка — 10 ч, из них 7 ч отводится на реализацию коррекционно-развивающей области, на проведение логопедических, психокоррекционных занятий и ритмику.

Настоящая программа составлена в соответствии с учебным планом школы, Государственным стандартом общего образования лиц с ограниченными возможностями здоровья и рассчитана на 4 года обучения:

- для 1 класса – 33 часа;
- для 2 класса – 34 часа;
- для 3 класса – 68 часа;
- для 4 класса – 68 часа

Режим занятий: 1 час в неделю

Результаты освоения коррекционного курса внеурочной деятельности «Ритмика»

развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, двигательной активности, координации движений, двигательных умений и навыков;

формирование умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий;

овладение специальными ритмическими упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов и т.д.), упражнениями на связь движений с музыкой;

развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;

овладение подготовительными упражнениями к танцам, овладение элементами танцев, танцами, способствующими развитию изящных движений, эстетического вкуса;

развитие выразительности движений и самовыражения;

развитие мобильности.

Личностные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- проявление дисциплинированности и упорства в образовательной деятельности для достижения значимых личных результатов при условии сохранения и укреплении личного здоровья.
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

Метапредметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:

- обеспечение защиты и сохранения личного здоровья во всех его проявлениях позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологически возрастным особенностям;
- планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом индивидуальных возможностей и требования сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.
- формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты ребенка с ограниченными возможностями здоровья:

- двигаться в соответствии с характером, темпом и динамикой музыки, отличать начало и конец звучания музыкального произведения;
- ориентироваться в пространстве, легко и ритмично ходить и бегать по кругу, между предметами, воспроизводить несложный ритм и простые движения с предметами, выполнять игровые и плясовые движения, согласовывая движения рук с движениями ног и туловища;
- выполнять дыхательные упражнения;
- использовать на уроках ритмики умения, полученные на занятиях по музыке и физической культуре;
- уметь самовыражать себя в выступлениях перед зрителями.

Способ определения результативности освоения программы

Программа считается освоенной, если ребенок присутствовал не менее, чем на половине занятиях по ритмике.

Форма подведения итогов

Участие в классных и общешкольных праздниках и концертах.

Содержание коррекционного курса «Ритмика»

Раздел 1 «Ритмико-гимнастические упражнения»

Сюда входят основные движения под музыку на 2/4 и 4/4: ходьба, бег, прыжки. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Передача характера музыки, темпа. Танцевальные движения. Поклон. Ритмические хлопки. Отображение контрастности звучания. Выполнение общеразвивающих упражнений под музыку с предметами и без них. Выполнение различных движений под музыку (ловля, катание, передача мяча).

Раздел 2 «Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»

Знакомство с барабаном. Использование барабана, погремушек и тому подобное (2-х-3-х инструментов, каждого в отдельности) для передачи сильной и слабой долей в знакомых музыкальных произведениях. Повторение предложенного музыкального ритмического рисунка и передача на инструменте простых песенных ритмов.

Раздел 3 «Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»

Свободное естественное движение под четко ритмически организованную доступную музыку. Определение сильных и слабых долей такта и свободная передача их притопами, хлопками и другими формами движения. Простейшие подражательные движения под музыку. Игра под музыку. Игры типа эстафет, с мячами и обручами. Игры с пением.

Раздел 4 «Народные пляски и современные танцевальные движения»

Движения и упражнения, требующие внимания и координации движения рук и ног. Элементы танца и простые танцевальные движения. Разучивание и отработка плясок, круговых танцев по показу.

Тематическое планирование коррекционного курса «Ритмика»

1-4 классы

№ п/п	Тема	Количество часов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1	<i>«Ритмико-гимнастические упражнения»</i>	9	9	9	9
2	<i>«Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами»</i>	7	7	7	7
3	<i>«Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку»</i>	9	9	9	9
4	<i>«Народные пляски и современные танцевальные движения»</i>	8	9	9	9
	Итого	33	34	34	34

Содержание программы 1 класс

№ п/п	Тема	Основные узловые моменты	Форма
1	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Бег. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
2	Ходьба и бег. Разновидности ходьбы.	Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
3	Танцевальный шаг на полупальцах	Разновидности прыжков. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах (под музыку). Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
4	Ритмико-гимнастические упражнения	Ритмико-гимнастические упражнения. Перестроение под музыку. ОРУ. Танцевальный шаг. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	Подбрасывание, перекатывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
6	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	Перестроения. Разновидности ходьбы с преодолением препятствий с изменением ритма движений под различный темп музыки. ОРУ. Игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
7	Строевые упражнения. Перестроения.	Перестроение. Строевые упражнения ОРУ. Упражнения на гимнастической скамейке и с мячами. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
8	Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	Упражнение в движении с обручем, скакалкой, гимнастической палкой под изменяющийся темп музыки.	Практика
9	Итоговое занятие	Участие в классном «Празднике осени»	Практика
10	Вводное занятие	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упражнения развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
11	Упражнения на внимание	Ходьба и бег чередуются с построениями под определенные доли музыкального произведения. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
12	Упражнение на расслабление мышц	Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
13	Упражнение на координацию движений	Основная стойка. Разновидности шага. Построение. ОРУ. Отстукивание, отзванивание ритма мелодий. Подвижная игра на развитие координационных способностей. Упражнение на	Практика

		релаксацию.	
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	ОРУ. Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	Разновидности бега, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Игра. Танец «Стукалка», с колокольчиками. Солирование с барабаном, с колокольчиками. Упражнение на релаксацию.	Практика
16	Итоговое занятие	Участие в школьном празднике «Новогодний серпантин»	Практика
17	Импровизация движений на музыкальные темы.	Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
18	Упражнения, развивающие темп и ритм	Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. ОРУ. Подвижные игры. Упражнения на гимнастической скамейке и с мячами. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
19	Индивидуальное творчество	Использование различных атрибутов для развития двигательной активности. Эстафеты со скакалками. Упражнение на релаксацию.	Практика
20	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением	ОРУ. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Упражнение на релаксацию.	Практика
21	Упражнения в передаче игровых образов под музыку	Использование различных пособий, атрибутов для развития двигательной активности. Подражание животным в движении. ОРУ. Упражнение на релаксацию.	Практика
22	Русские народные игры.	Разучивание упражнения «птопаем покружимся, похлопаем, покружимся». Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
23	Упражнение на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Танец «Стукалка». Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
24	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	Бег на полупальцах, притопы, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с флажками. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
25	Итоговое занятие	Участие в классном празднике «День птиц»	Практика
26	Танцевальные упражнения и движения	Танцевальные упражнения. Обучение танцевальным движениям: «Пружинка», «Кружение на месте». ОРУ в движении. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию.	Практика
27	Соединение движения с музыкой	Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
28	Танцевальные упражнения и	ОРУ. Разучивание танцевальных упражнений и движений с предметами. Музыкальная игра.	Практика

	движения с предметами	Упражнение на релаксацию.	
29	Упражнение на развитие танцевального творчества	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Разучивание танцев «Русская плясовая», «Хороводный». Упражнение на релаксацию.	Практика
30	Элементы русских народных плясок	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками, флажками», «хлоп да хлоп», «пружинка», «вертушка», «качание рук». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Танец «Русская плясовая» Упражнения на релаксацию.	Практика
31	Итоговое занятие	Участие в школьном празднике.	Практика

**Учебно-тематический план
1 класс**

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата	Корректировка даты
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)				
1	Вводное занятие	1		
2	Ходьба и бег. Разновидности ходьбы	1		
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1		
4	Ритмико-гимнастические упражнения.	1		
5	Подбрасывание, перекатывание малого мяча, обруча в заданном ритме под музыку.	1		
6	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1		
7	Строевые упражнения. Перестроения.	1		
8	Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1		
9	Итоговое занятие	1		
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)				
10	Вводное занятие	1		
11	Упражнения на внимание	1		
12	Упражнение на расслабление мышц	1		
13	Упражнение на координацию движений	1		
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1		
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1		
16	Итоговое занятие	1		
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)				
17	Импровизация движений на музыкальные темы.	1		
18	Упражнения, развивающие темп и ритм.	1		
19	Индивидуальное творчество	1		
20	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением	1		
21	Упражнения в передаче игровых образов под музыку	1		

22	Русские народные игры.	1		
23	Упражнения на передачу в движении характера музыки	1		
24	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1		
25	Итоговое занятие	1		
Народные пляски и современные танцевальные движения (8 часов)				
26	Танцевальные упражнения и движения	1		
27	Соединение движения с музыкой	1		
28	Танцевальные упражнения и движения с предметами.	1		
29	Элементы русских народных плясок.	2		
30	Упражнения на развитие танцевального творчества	2		
31	Итоговое занятие	1		
	Всего	33		

Содержание программы 2 класс

№ п/п	Тема	Основные узловые моменты	Форма
1	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Разновидности ходьбы. Бег. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
2	Разновидности ходьбы	Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
3	Танцевальный шаг на полупальцах	Разновидности прыжков. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах (под музыку). Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
4	Перестроения	Разновидности прыжков (с изменением ритма музыки). Перестроение под музыку. ОРУ. Танцевальный шаг. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя, с изменением темпа счета, под музыку. ОРУ с флажками. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. ОРУ. Упражнение на релаксацию.	Практика
7	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	Перестроения. Разновидности ходьбы с преодолением препятствий с изменением ритма движений под различный темп музыки. ОРУ. Игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
8	Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	Упражнение в движении с обручем, скакалкой, гимнастической палкой под изменяющийся темп музыки.	Практика
9	Итоговое занятие	Участие в классном «Празднике осени»	Практика
10	Вводное занятие	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упражнения развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
11	Упражнения на внимание	Ходьба и бег чередуются с построениями под определенные доли музыкального произведения. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
12	Упражнение на расслабление мышц	Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
13	Упражнение на координацию движений	Основная стойка. Разновидности шага. Построение. ОРУ, Отстукивание, отзванивание ритма мелодий. Подвижная игра на развитие координационных способностей. Упражнение на релаксацию.	Практика
14	Импровизация	ОРУ. Движение руками и ногами под	Практика

	движений с колокольчиками на музыкальные темы	динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	Разновидности бега, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Игра. Танец «Стукалка», с колокольчиками. Солирование с барабаном, с колокольчиками. Упражнение на релаксацию.	Практика
16	Итоговое занятие	Участие в школьном празднике «Новогодний серпантин»	Практика
17	Импровизация движений	Движение руками и ногами под динамические акценты музыки. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
18	Упражнение в равновесии	Перестроение. Строевые упражнения ОРУ. Упражнения на гимнастической скамейке и с мячами. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
19	Индивидуальное творчество	Использование различных атрибутов для развития двигательной активности. Эстафеты со скакалками. Упражнение на релаксацию.	Практика
20	Упражнения с гимнастическими палками	Чередование ходьбы и бега. ОРУ с гимнастическими палками. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию.	Практика
21	Упражнения с обручем	Перестроения под музыку. ОРУ с обручами. Эстафеты с обручами. Упражнение на релаксацию.	Практика
22	Упражнения для развития ритма	Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. ОРУ. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию.	Практика
23	Упражнение на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упражнения с мячами. ОРУ в движении. Танец «Стукалка». Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
24	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	Бег на полупальцах, притопы, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Ритмико-гимнастические упражнения с флажками. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
25	Итоговое занятие	Участие в классном празднике «День птиц»	Практика
26	Танцевальные упражнения и движения	Танцевальные упражнения. Обучение танцевальным движениям: «Пружинка», «Кружение на месте». ОРУ в движении. Подвижные игры. Упражнение на релаксацию.	Практика
27	Соединение движения с музыкой	Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика
28	Русские народные игры	Разучивание упражнения «потопаем покружимся, похлопаем, покружимся». Музыкальная игра. Упражнение на релаксацию.	Практика

29	Упражнение на развитие танцевального творчества	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Разучивание танцев «Русская плясовая», «Хороводный». Упражнение на релаксацию.	Практика
30	Элементы русских народных плясок	Танцевальные упражнения «русский хоровод», «танец с платочками, флажками», «хлоп да хлоп», «пружинка», «вертушка», «качание рук». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Танец «Русская плясовая» Упражнения на релаксацию.	Практика
31	Итоговое занятие	Участие в школьном празднике.	Практика

**Учебно-тематический план
2 класс**

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата	Корректировка даты
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)				
1	Вводное занятие	1		
2	Разновидности ходьбы	1		
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1		
4	Перестроения	1		
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	1		
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1		
7	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1		
8	Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1		
9	Итоговое занятие	1		
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)				
10	Вводное занятие	1		
11	Упражнения на внимание	1		
12	Упражнение на расслабление мышц	1		
13	Упражнение на координацию движений	1		
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1		
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1		
16	Итоговое занятие	1		
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)				
17	Импровизация движений	1		
18	Упражнение в равновесии	1		
19	Индивидуальное творчество	1		
20	Упражнения с гимнастическими палками	1		
21	Упражнения с обручем	1		
22	Упражнения для развития ритма	1		
23	Упражнение на передачу в движении	1		

	характера музыки			
24	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1		
25	Итоговое занятие	1		
Народные пляски и современные танцевальные движения (9 часов)				
26	Танцевальные упражнения и движения	1		
27	Соединение движения с музыкой	1		
28	Русские народные игры	2		
29	Упражнение на развитие танцевального творчества	2		
30	Элементы русских народных плясок	2		
31	Итоговое занятие	1		
	Всего	34		

Содержание программы 3 класс

№ п/п	Тема	Основные узловые моменты	Форма
1	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Разные виды ходьбы под счет, под музыку, виды бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для формирования правильной осанки.	Практика
2	Разновидности ходьбы	Разновидности ходьбы и бега в зависимости от характера музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнение для развития быстроты реакции движения.	Практика
3	Танцевальный шаг на полупальцах	Разновидности прыжков под счет. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах. Подвижная игра. Упражнения для развития координационных способностей	Практика
4	Перестроения	Разновидности прыжков с изменением ритма музыки. Перестроения под музыку в шеренгу, в круг. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах. Подвижная игра. Упражнения для развития гибкости	Практика
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя с изменением темпа счета, под музыку. Подвижная игра. ОРУ с флажками. Упражнения для укрепления свода стопы	Практика
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для развития пространственной ориентировки	Практика
7	Упражнения с препятствиями и на координацию движений	Перестроения. Разновидности ходьбы и с преодолением препятствий, изменением ритма движений. Чередование ходьбы и бега с перестроением под определенный темп музыкального сопровождения. Подвижная игра. Упр. для развития гибкости и для укрепления	Практика

		мышц спины	
8	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	Упражнение в движении с гимнастическими палками, скакалками, обручем под изменяющийся темп музыки. Подвижная игра. Упр. для укрепления мышц пресса	Практика
9	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика
10	Вводное занятие	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упр. развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упр. на развитие внимания	Практика
11	Упражнения на внимание	Чередование ходьбы и бега с построениями под определенные доли музыкального произведения. ОРУ. Подвижная игра. Имитационные упражнения	Практика
12	Упражнение на расслабление мышц	Чередование ходьбы и бега. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. ОРУ. Танцевальные движения. Подвижная игра. Упр. на релаксацию	Практика
13	Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	Основная стойка. Построения. Играть, отстукивать и отзванивать ритм мелодии. Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Подвижная игра. Упр. на релаксацию	Практика
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Упр. для формирования правильной осанки. Танец «Стукалка»	Практика
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упр. с мячами. ОРУ в движении. Солирование с барабаном и с колокольчиками. Танец с колокольчиками. Упр. для развития координационных способностей	Практика
16	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика
17	Импровизация движений	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Упр. для развития быстроты реакции	Практика
18	Упражнение в равновесии	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Стойка. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижные игры. Упр. для развития игровой деятельности	Практика
19	Индивидуальное творчество	Использование различных атрибутов, пособий для развития двигательной активности. ОРУ. Эстафеты со скакалками. Упр. для формирования правильной осанки	Практика
20	Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	Чередование ходьбы и бега. Перестроение под музыку. ОРУ с гимнастическими палками и с обручами. Подвижные игры. Упр. на развитие координационных способностей	Практика

21	Упражнения для развития ритма	Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. Сужение и расширение круга. ОРУ. Эстафета с обручами. Упр. для развития пластичности	Практика
22	Упражнения на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упр. с мячами. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упр. для развития чувства ритма	Практика
23	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	Ритмико-гимнастические упр. с флажками. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упр. для развития чувства ритма	Практика
24	Упражнения на внимание	Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, учитывая характер музыки. ОРУ. Музыкальная игра. Упражнение на расслабление	Практика
25	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика
26	Танцевальные упражнения	Танцевальные упражнения. ОРУ в движении. Подвижная игра. Упр. для развития чувства ритма	Практика
27	Танцевальные движения	Обучение танцевальным движениям. ОРУ. Музыкальная игра. Упр. для укрепления свода стопы	Практика
28	Соединение движения с музыкой	Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упр. для расслабления	Практика
29	Упражнения на развитие танцевального творчества	Танцевальные упр. «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Кружение. Танцы «Русская плясовая», «Хороводный». Упр. на развитие мелкой моторики рук, чувства ритма.	Практика
30	Элементы русских народных плясок	Танцевальные упр. «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Подвижные игры. Упр. на расслабление	Практика
31	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика

**Учебно-тематический план
3 класс**

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата	Корректировка даты
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)				
1	Вводное занятие	1		
2	Разновидности ходьбы	1		
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1		
4	Перестроения	1		
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	1		
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	1		
7	Упражнения с препятствиями и на	1		

	координацию движений			
8	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1		
9	Итоговое занятие	1		
Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)				
10	Вводный	1		
11	Упражнения на внимание	1		
12	Упражнение на расслабление мышц	1		
13	Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	1		
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1		
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки	1		
16	Итоговое занятие	1		
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)				
17	Импровизация движений	1		
18	Упражнение в равновесии	1		
19	Индивидуальное творчество	1		
20	Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	1		
21	Упражнения для развития ритма	1		
22	Упражнения на передачу в движении характера музыки	1		
23	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	1		
24	Упражнения на внимание	1		
25	Итоговое занятие	1		
Народные пляски и современные танцевальные движения (9 часов)				
26	Танцевальные упражнения	1		
27	Танцевальные движения	1		
28	Соединение движения с музыкой	2		
29	Упражнения на развитие танцевального творчества	2		
30	Элементы русских народных плясок	2		
31	Итоговое занятие	1		
	Всего	34		

Содержание программы 4 класс

№ п/п	Тема	Основные узловые моменты	Форма
1	Вводное занятие	Инструктаж по ТБ. Разные виды ходьбы под счет, под музыку, виды бега. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для формирования правильной осанки.	Практика
2	Разновидности ходьбы	Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения. Отражение разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. ОРУ.	Практика

		Подвижная игра. Упражнение для развития быстроты реакции движения.	
3	Танцевальный шаг на полупальцах	Разновидности прыжков под счет. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах. Отражение хлопками ритмического рисунка мелодии. Подвижная игра. Упражнения для развития координационных способностей	Практика
4	Перестроения	Разновидности прыжков с изменением ритма музыки. Перестроения под музыку в шеренгу, в круг. ОРУ. Танцевальный шаг на полупальцах. Подвижная игра. Упражнения для развития гибкости	Практика
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в заданном ритме	Подбрасывание малого мяча, обруча под счет из положения стоя, сидя с изменением темпа счета, под музыку. Составление простых ритмических рисунков. Подвижная игра. ОРУ с флажками. Упражнения для укрепления свода стопы	Практика
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча, обруча под музыку	Перекатывание, катание малого мяча, чередуя с подбрасываниями и передачами в движении под изменяющийся темп музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упражнения для развития пространственной ориентировки	Практика
7	Упражнения с препятствиями и на координацию движений	Перестроения. Разновидности ходьбы и с преодолением препятствий, изменением ритма движений. Чередование ходьбы и бега с перестроением под определенный темп музыкального сопровождения. Подвижная игра. Упр. для развития гибкости и для укрепления мышц спины	Практика
8	Упражнения с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	Упражнение в движении с гимнастическими палками, скакалками, обручем под изменяющийся темп музыки. Составление простых ритмических рисунков. Подвижная игра. Упр. для укрепления мышц пресса	Практика
9	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика
10	Вводное занятие	Чередование ходьбы и бега. ОРУ. Упр. развивающие музыкальный слух, ритм, память. Знакомство с барабаном. Отстукивание ритма на слух. Подвижная игра. Упр. на развитие внимания	Практика
11	Упражнения на внимание	Чередование ходьбы и бега с построениями под определенные доли музыкального произведения. Исполнение различных ритмов на барабане в медленном и быстром темпе. ОРУ. Подвижная игра. Имитационные упражнения	Практика
12	Упражнение на расслабление мышц	Чередование ходьбы и бега. Знакомство с колокольчиком, его звучанием. Исполнение различных ритмов колокольчиками в	Практика

		медленном и быстром темпе. ОРУ. Танцевальные движения. Подвижная игра. Упр. на релаксацию	
13	Упражнение на координацию движений и на развитие двигательной активности	Основная стойка. Построения. Играть, отстукивать и отзванивать ритм мелодии. Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, вступая в нужное время, учитывая характер музыки. Подвижная игра. Упр. на релаксацию	Практика
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Передача на различных инструментах основных ритмов знакомых песен. Упр. для формирования правильной осанки. Танец «Стукалка»	Практика
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упр. с мячами. ОРУ в движении. Солирование с барабаном и с колокольчиками. Танец с колокольчиками. Упр. для развития координационных способностей	Практика
16	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика
17	Импровизация движений	Движения руками, ногами под динамические акценты музыки. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. Упр. для развития быстроты реакции	Практика
18	Упражнение в равновесии	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Стойка. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижные игры. Упр. для развития игровой деятельности	Практика
19	Индивидуальное творчество	Использование различных атрибутов, пособий для развития двигательной активности. ОРУ. Эстафеты со скакалками. Упр. для формирования правильной осанки	Практика
20	Упражнения с гимнастическими палками и с обручем	Чередование ходьбы и бега. Перестроение под музыку. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. ОРУ с гимнастическими палками и с обручами. Игра с пением. Упр. на развитие координационных способностей	Практика
21	Упражнения для развития ритма	Выполнение отсроченных движений. Ритмичное выполнение притопов, прихлопов. Подражательные движения. Сужение и расширение круга. ОРУ. Эстафета с обручами. Упр. для развития пластичности	Практика
22	Упражнения на передачу в движении характера музыки	Ритмико-гимнастические упр. с мячами. ОРУ в движении. Музыкальная игра. Упр. для развития чувства ритма	Практика
23	Упражнения на умение сочетать движение с музыкой	Ритмико-гимнастические упр. с флажками. Свободные движения под музыку разного характера на определенную тему. ОРУ в	Практика

		движении. Музыкальная игра. Упр. для развития чувства ритма	
24	Упражнения на внимание	Бег на полупальцах, притопы одной ногой и поочередно, учитывая характер музыки. Подражательные движения. ОРУ. Музыкальная игра. Упражнение на расслабление	Практика
25	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика
26	Танцевальные упражнения	Танцевальные упражнения. ОРУ в движении. Подвижная игра. Упр. для развития чувства ритма	Практика
27	Танцевальные движения	Знакомство с новыми элементами танца и движениями: присядка, полуприсядка на месте и с продвижением. ОРУ. Музыкальная игра. Упр. для укрепления свода стопы	Практика
28	Соединение движения с музыкой	Изучение танцевального шага «Галоп» под различный характер музыки. ОРУ. Подвижная игра. Упр. для расслабления	Практика
29	Упражнения на развитие танцевального творчества. Вальс.	Знакомство с новыми элементами танца: шаг вальса прямой и с поворотом. Упр. на развитие мелкой моторики рук, чувства ритма.	Практика
30	Элементы русских народных плясок	Танцевальные упр. «русский хоровод», «танец с платочками», «хлоп да хлоп». Плясовая «Как пошли наши подруженьки гулять». Подвижные игры. Упр. на расслабление	Практика
31	Итоговое занятие	Участие в школьных и классных праздниках и концертах	Практика

**Учебно-тематический план
4 класс**

№ п/п	Тема занятия	Всего часов	Дата	Корректировка даты
Ритмико-гимнастические упражнения (9 часов)				
1	Вводное занятие	1		
2	Разновидности ходьбы	1		
3	Танцевальный шаг на полупальцах	1		
4	Перестроения	1		
5	Подбрасывание малого мяча, обруча в малом ритме	1		
6	Перекатывание, катание, бросание малого мяча под музыку	1		
7	Упражнение с препятствиями и на координацию движений	1		
8	Упражнение с обручем, скакалкой, гимнастической палкой	1		
9	Итоговое занятие	1		

Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами (7 ч)				
10	Вводный	1		
11	Упражнения на внимание	1		
12	Упражнение на расслабление мышц	1		
13	Упражнение на координацию движений	1		
14	Импровизация движений с колокольчиками на музыкальные темы	1		
15	Упражнение на передачу в движении характера музыки, на развитие двигательной активности	1		
16	Итоговое занятие	1		
Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку (9 ч)				
17	Импровизация движений	1		
18	Упражнение в равновесии	1		
19	Индивидуальное творчество	1		
20	Упражнения с гимнастическими палками	1		
21	Упражнения с обручем	1		
22	Упражнения для развития ритма	1		
23	Упражнение на передачу в движении характера музыки	1		
24	Упражнение на умение сочетать движение с музыкой, упражнения на внимание	1		
25	Итоговое занятие	1		
Народные пляски и современные танцевальные движения (9 часов)				
26	Танцевальные упражнения и движения	1		
27	Соединение движения с музыкой	1		
28	Русские народные игры	2		
29	Упражнение на развитие танцевального творчества	2		
30	Элементы русских народных плясок	2		
31	Итоговое занятие	1		
	Всего	34		

