

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Департамент образования г. Екатеринбурга
МАОУ СОШ № 96

ПРИНЯТО:

на заседании педагогического совета
МАОУ СОШ № 96
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МАОУ СОШ № 96
/В.Ф. Садрисламова/
Приказ от № 219-о
от 29.08.2024 г.



Рабочая программа
по ритмике для учащихся с ОВЗ
для обучающихся 1-4 классов
(вариант 7.2)

2022г.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Личностные результаты

Сформированность внутренней позиции обучающегося, которая находит отражение в эмоционально-положительном отношении обучающегося к образовательному учреждению через интерес к ритмико-танцевальным, гимнастическим упражнениям. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметными результатами являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

Познавательные УУД:

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
- коммуникативные
- умение координировать свои усилия с усилиями других;

Получит возможность научиться

- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся с ОВЗ научится:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоя) прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не (сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

Предметными результатами являются формирование следующих умений.

- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и плясовые движения;

1-й ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС

Личностные результаты

Выражается в стремлении реализации своего творческого потенциала, готовности выражать и отстаивать свою эстетическую позицию; в формировании ценностно – смысловых ориентаций и духовно – нравственных оснований, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения, жизненного оптимизма. Наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Метапредметными результатами являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

Получит возможность научиться

- накопление представлений о ритме, синхронном движении.
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности

Познавательные УУД:

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

Получит возможность научиться

- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
- коммуникативные
- умение координировать свои усилия с усилиями других;

Получит возможность научиться

задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся с ОВЗ научится:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно;
- под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;

Предметными результатами являются формирование следующих умений.

- воспринимать доступную ему музыку разного эмоционально-образного содержания;
- различать музыку разных жанров: песни, танцы и марши;
- выражать свое отношение к музыкальным произведениям, его содержанию;
- воплощать характер, средства музыкальной выразительности, форму музыкального произведения в движении;
- отличать русские народные песни и пляски от музыки других народов;
- воплощать образное содержание музыки в играх, движениях, импровизациях, творческих заданиях;
- слушать музыкальное произведение, выделяя в нем основное настроение, разные части, выразительные особенности; наблюдать за изменениями темпа, динамики, настроения;
- находить сходство и различие тем и образов, доступных пониманию детей;
- различать более короткие и более длинные звуки, различать условные обозначения (форте – пиано и др.);
- выразительно исполнять музыкально-ритмические задания, упражнения, композиции, игры;
- воспринимать темповые (медленно, умеренно, быстро), динамические (громко, тихо) особенности музыки;
- развивать у детей пространственное мышление и пространственное воображение в творческих заданиях по созданию музыкально-ритмических игр, этюдов, танцевальных композиций.

2 КЛАСС

Личностные результаты

Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебнопознавательные и внешние мотивы. Любознательность и интерес к новому содержанию и

способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки. Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Метапредметными результатами являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- 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;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие
- упражнения в определенном ритме и темпе;
- коммуникативные
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной
- деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других.

Предметные результаты

Познавательные УУД:

- понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;

Коммуникативные УУД:

- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».
-

Предметными результатами являются формирование следующих умений:

- эмоциональное восприятие музыки разнообразного содержания, различных жанров;
- умение различать и эмоционально откликаться на музыку разных жанров: песню, танец, марш; воспринимать их характерные особенности;
- умение эмоционально выражать свое отношение к музыкальным произведениям доступного содержания;
- различать жанры народной музыки и основные ее особенности;
- размышлять и рассуждать о характере музыкальных произведений, о разнообразии чувств, передаваемых в музыке;
- передавать содержание музыки, ее образа и характерные особенности танцев, упражнений в движении;
- выражать свои эмоции в музыкально-ритмической деятельности;
- передавать характерные особенности танцев в коллективном исполнении;
- воспринимать темповые, динамические особенности музыки; различать простые ритмические группы;
- сопоставлять музыкальные особенности народной и профессиональной музыки;
- выразительно и ритмично двигаться под музыку разного характера, передавая смену настроения в движении.

3 КЛАСС

Личностные результаты

Сформированность самооценки, включая осознание своих возможностей, способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха; умения видеть свои достоинства и

недостатки, уважать себя и верить в успех, проявить себя в период обучения как яркую индивидуальность, создать неповторяемый сценический образ. Раскрепощаясь сценически, обладая природным артистизмом, ребенок может мобильно управлять своими эмоциями, преображаться, что способствует развитию души, духовной сущности человека.

Метапредметными результатами являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.

Познавательные УУД:

- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

Коммуникативные УУД:

- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;

Получит возможность научиться

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы;

Предметными результатами являются формирование следующих умений:

- эмоционально выражать свое отношение к музыкально-ритмической деятельности;
- ориентироваться в жанрах и основных особенностях музыки танцев;
- понимать возможности музыки передавать чувства и мысли человека;
- передавать в различных видах музыкально-ритмической деятельности художественно-образное содержание и основные особенности сочинений разных композиторов и народного творчества, представлениями о композиторском и исполнительском творчестве;
- владеть музыкальными понятиями: мажорная и минорная гаммы, фермата, паузы различных длительностей, диез, бемоль, ария, канон;
- выразительно двигаться под музыку, передавая средства музыкальной выразительности, форму произведения в движении;
- различать мелодию и аккомпанемент; передавать различный ритмический рисунок в движении;
- сопоставлять музыкальные образы в звучании разных музыкально-ритмических движений;
- различать язык танца и выразительно передавать его характерные особенности в движении.

4 КЛАСС

Личностные результаты

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы. Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Метапредметными результатами являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;

Получит возможность научиться

целеустремлённость и настойчивость в достижении цели

Познавательные УУД:

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы и бега

Получит возможность научиться

правильно и быстро находить нужный темп ходьбы и бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

Коммуникативные УУД:

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- Получит возможность научиться с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкальнотворческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Предметными результатами являются формирование следующих умений.

- эмоционально и осознанно воспринимать музыку различных жанров, включая фрагменты крупных музыкальных жанров; (в упражнениях, композициях, танцах, играх, и др.).
- эмоционально, эстетически откликаться на искусство, выражать свое отношение к музыке в различных видах музыкально-ритмической деятельности;
- размышлять о музыке как способе выражения чувств и мыслей человека и анализировать музыкальные произведения;
- соотносить музыкально-ритмические движения с жизненными впечатлениями;
- умение сопоставлять различные образцы народной и профессиональной музыки,
- ценить отечественные народные музыкальные традиции, понимая, что музыка разных народов выражает общие для всех людей мысли и чувства;
- умение воплощать художественно-образное содержание и интонационно-мелодические особенности профессионального и народного творчества в музыкально-ритмической деятельности;
- соотносить выразительные и изобразительные интонации, узнавать характерные черты музыкальной речи разных композиторов, воплощать особенности музыки, средства музыкальной выразительности в движении;
- наблюдать за процессом и результатом музыкального развития на основе сходства и различий интонаций, тем, образов и распознавать художественный смысл различных форм построения музыки и передавать их в движении;
- наблюдать за процессом и результатом музыкально-ритмической деятельности;
- общаться и взаимодействовать в процессе коллективного воплощения различных художественных образов в движении;
- узнавать звучание различных певческих голосов, хоров, музыкальных инструментов и оркестров
- выразительно исполнять музыкально-ритмические движения разных форм и жанров;
- определять виды музыки, сопоставлять музыкальные образы в звучании различных музыкальных инструментов;
- оценивать и соотносить содержание и музыкальный язык народного и профессионального музыкального творчества разных стран мира.

КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА

Коррекционная работа проводится по следующим направлениям:

- развитие зрительного восприятия и узнавание;
- развитие слухового внимания и памяти;
- формирование навыков соотносительного анализа;
- развитие навыков группировки и классификации;
- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы, релаксационные упражнения для мимики лица, драматизация, ролевые игры и т.д;
- 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 речи, владение техникой речи;
- расширение представлений об окружающем и обогащение словаря;
- совершенствование движений и сенсорного развития;

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность учащихся. Занятия ритмикой способствуют формированию положительных качеств личности, создают благоприятные условия для развития творческого воображения детей. При этом формирование и отработка основных двигательных навыков, как и овладение, основными музыкальными понятиями и умениями, осуществляется также на занятиях физкультурой и музыкой.

1 КЛАСС

Упражнения на ориентировку в пространстве

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).

Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой - в сторону; правой руки - вперед, левой - вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки - перед собой; правой ноги - в сторону, левой руки - в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

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

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжатие в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук.

Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

Игры под музыку

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание - тяжелым, комичным и т. д.).

Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача

притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения

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

Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Танцы и пляски Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то». Стукалка. Украинская народная мелодия. Подружились. Музыка Т. Вилькорейской. Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия. Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.

1 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС

Ритмико-гимнастические упражнения

- Ходьба, бег, подскоки, прыжки под музыку.
- Передача в движении шагом различного характера музыки, ритмичного темпа, различной силы звучания.
- Перестроения в соответствии с изменением звучания музыки (ходьба, бег) друг за другом, по одному, врассыпную, построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг...
- Пространственные музыкальные упражнения: повороты на месте, продвижения на носках, пятках, с прыжком; шаг (подскоки) на месте, вокруг себя, вправо, влево.
- Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений (приседания, полуприседания, наклоны вперед, вправо, влево, назад, галоп...)
- Игры, эстафеты, упражнения с предметами: мячом, обручем, скакалкой, гимнастической палкой. Прыжки и шаги под музыку через скакалку, палку. Бег между кеглями.

Ритмические упражнения с детскими звучащими предметами

Знакомство с звучащими инструментами и их возможностями.

- Исполнение простых ритмических рисунков на детских звучащих предметах.
- Выделение сильных долей в музыкальных произведениях.
- Исполнение музыкальных фраз.

Импровизация движений на музыкальные темпы, игры под музыку

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

- Простейшие подражательные движения под музыку (мышки, лисы, кошки, медведя, полёт птички, деревья под ветром, цветка и т.д.), инсценировка детских песен.
- Народные пляски и современные танцевальные движения
- Элементы танца, простые танцевальные шаги: с носка на пятку, на полупальцах, с высоким поднятием бедра, на пятках, топающие на всей ступне, приставной шаг, галопы, шаг «польки», в сторону, вперед.
- Простые танцевальные движения (притопы, кружение через правое плечо с поднятыми руками, кружение парами, поклоны — на месте и с движениями)
- Групповые движения: «Звездочка», «Окошко», кружение парами, смена партнеров, цепочка, ручеек, свеча, закрутки. Положение рук в парных и групповых движениях.
- Элементы русского танца. Положения рук в танце, Ходы (девичий и мужской); навыки обращения с платком. Простые русские движения: присядка, простая «Веребочка», «Припадание».

2 КЛАСС

Упражнения на ориентировку в пространстве

- 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 врассыпную.
- Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

Ритмико-гимнастические упражнения

- Общеразвивающие упражнения.
- Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами.
- Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения.
- Наклоны 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 поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.
- Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение.
- Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке.
- Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя.
- Упражнения на выработку осанки.
- Упражнения на координацию движений.
- Движения правой руки вверх - вниз с одновременным движением левой руки от себя - к себе перед грудью (смена рук).
- 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 поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием 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 в заданном темпе и после остановки музыки. Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.
- Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед.
- Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

- Круговые движения кистью (напряженное и свободное).
- Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.
- Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.
- Упражнения на детских музыкальных инструментах.
- Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.
- Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

Игры под музыку

- Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий).

- Упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке.
- Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.
- Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен.
- Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа.
- Музыкальные игры с предметами.
- Игры с пением и речевым сопровождением.
- Инсценирование доступных песен.
- Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

Танцевальные упражнения

- Повторение элементов танца по программе для 1 класса.
- Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег.
- Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.
- Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).
- Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.
- Танец осенних листьев
- Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».
- Парная пляска. Чешская народная мелодия.
- Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.
- Русская хороводная пляска.
- Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

3 КЛАСС

Упражнения на ориентировку в пространстве

- Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.
- Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой - на шаг назад.
- Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.
- Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

Ритмико-гимнастические упражнения

1. Общеразвивающие упражнения.

- Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинок).
- Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.
- Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.
- Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.

- Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

2. Упражнения на координацию движений.

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

3. Упражнения на расслабление мышц.

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

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

- Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.
- Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе.
- Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

Игры под музыку

- Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.
- Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.
- Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца.
- Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации.
- Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

Танцевальные упражнения

- Повторение элементов танца по программе 2 класса.
- Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп.
- Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.
- Движения парами: боковой галоп, поскоки.
- Основные движения народных танцев.

Танцы и пляски

- Танцевальная композиция «Буратино».
- Танцевальная композиция «В сказочной стране».
- Парный танец «Утята».
- Парный танец «Сударушка». Русская народная мелодия.
- Танец с хлопками. Карельская народная мелодия.

4 КЛАСС

Упражнения на ориентировку в пространстве

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

Ритмико-гимнастические упражнения

1. Общеразвивающие упражнения.

- Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.
- Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов.
- Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс.
- Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.
- Упражнения на выработку осанки.

2. Упражнения на координацию движений.

- Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.
- Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений.
- Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.
- Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притоков, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

3. Упражнение на расслабление мышц.

- Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висющими руками и опущенной головой («петрушка»).
- С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

- Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

- Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике.
- Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Игры под музыку

- Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке.
- Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.
- Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.
- Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций.
- Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

- 1. Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе.
- 2. Упражнения на различение элементов народных танцев.
- 3. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег.
- 4. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.
- 5. Разучивание народных танцев.

Танцы и пляски

- Круговой галоп. Венгерская народная мелодия
- Кадриль. Русская народная мелодия
- Танец «Новогодняя пляска»
- Танец «Украинский»
- Парная пляска «Хлоп-хлоп»

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 класс

№ п/п	ТЕМА	Всего часов	Из них		
			Практические работы	Учет знаний	Экскурсии
1. 1	Первые шаги. Ходьба. Шаг с подскоком. Приставной шаг. Шаг галопа. Переменный шаг. Шаг с притопом. Шаг польки.	7			
2.	Позиции рук в парах. «Стрелка», «Воротики», «Плетень».	4			
3.	Танцевальная композиция «Бал игрушек».	5			
4.	Упражнение с предметом. Движение с обручем	3			
5.	«Знакомство с русским народным танцем» Поговорим о русской пляске.	4			
6. 2	Эстрадный танец «Чарли». Танец «ЧАРЛИ»	2			
7.	«Движения с лентой». Бег с лентой (легкий, стремительный)	2			
8.	«Движения с платочком». Полоскать платочки	2			
9.	Танцевальная композиция «Волшебный сад».	3			

	«Волшебный сад».				
10.	Итоговое повторение	1			
11.	Итого	33			

1 дополнительный класс

№ п/п	ТЕМА	Всего часов	Из них		
			Практические работы	Учет знаний	Экскурсии
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5			
2.	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	3			
3.	Ритмико-гимнастические упражнения	7			
4.	Упражнения на координацию движений.	3			
5.	Упражнения с музыкальными инструментами	4			
6.	Танцевальные упражнения	6			
7.	Элементы русской пляски	4			
8.	Итоговое повторение	1			
9.	Итого	33			

2 класс

№ п/п	ТЕМА	Всего часов	Из них		
			Практические работы	Учет знаний	Экскурсии
1. 1	Фигуры в движении.	4			
2.	Танец осенних листьев	3			
3.	«Создаем образы». «Веселые ножки».	6			
4.	Танец дождика.	3			
5.	Движения в паре. Три притопа.	4			
6. 2	«Движения с мячом». Движения с мячом по одному и парами.	3			
7.	«Инсценирование песни». Инсценирование песни «Кузнечик»	4			
8.	«Движения с воздушными шарами». Движения с воздушными шарами. «Бегать и кружиться».	2			
9.	Хоровод дружбы.	2			
10.	Веселые ложкари	2			
11.	Итоговое повторение	1			
12.	Итого	34			

3 класс

№ п/п	ТЕМА	Всего часов	Из них		
			Практические работы	Учет знаний	Экскурсии
1. 1	Подготовительные упр-я. Т/безопасности на уроках ритмика	2			
2.	Танцевальная фантазия Темп в музыке	3			
3.	Движения с гимнастическими палками «Моя осанка».	3			
4.	Длительности в ритмическом рисунке. Танец «Утята»	5			

5.	Танец «Сударушка» Техника выполнения движений	4			
6. 2	«Прыжки через палку»	2			
7.	«Прыжки через короткую скакалку»	2			
8.	Танцевальная композиция «В сказочной стране».	4			
9.	Танец. «Буратино».	3			
10.	«Ритмические фантазии».	3			
11.	«Музыкальные игры».	2			
12.	Итоговое повторение	1			
13.	Итого	34			

4 класс

№ п/п	ТЕМА	Всего часов	Из них		
			Практические работы	Учет знаний	Экскурсии
1. 1	Перестроение из колонны	1			
2.	Движения под музыку	1			
3.	Ходьба по центру Танец «Круговой галоп» Построение с использованием лент	4			
4.	Танец «Хоровод» Упражнения с предметами	4			
5.	Игра «Зимний хоровод»	2			
6. 2	Парная пляска «Хлоп-хлоп» Круговые движения головы, плеч, туловища, кистей рук	3			
7.	Упражнения на выработку осанки. Танец «Новогодняя пляска»	4			
8.	Игра «Если весело живется» (разнообразные сочетания частей тела)	2			
9.	Новогодние игры и танцы, самостоятельное составление ритмических рисунков.	3			
10.	Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах Танец «Украинский»	3			
11.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Элементы русского танца	3			
12.	Выполнение несложных упражнений на музыкальном инструменте. Татарский танец	3			
13.	Итоговое повторение	1			
14.	Итого	34			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464152

Владелец Садрисламова Валентина Федоровна

Действителен с 25.10.2023 по 24.10.2024