

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
Тимошинская основная общеобразовательная школа

<p><b>Согласовано</b> Руководитель ШМО _____ Шабалина А.В. Протокол № 1 от «25» августа 2021 г.</p>	<p><b>Согласовано</b> Заместитель директора по УВР _____ Иванова Н.Ф. от «25» августа 2021 год</p>	<p><b>Утверждаю</b> Директор Тимошинской школы _____ Шабалина Т.В. Приказ № 55-ОД от « 25» августа 2021 г.</p>
---	--	--

# Рабочая программа

по ритмике

для обучающихся 1-4 класса

(вариант 8.1)

Учитель:

**Машуков Николай Федорович**

с. Тимошино

**2021**

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Ритмика» для 1 - 4 класса составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вариант 8.1) Тимошинской школы.

**Целью** занятий по ритмике является развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

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 (интеллектуальными нарушениями).

**Основные направления** работы по ритмике: упражнения на ориентировку в пространстве; ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц); упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку; танцевальные упражнения.

В системе проводится коррекционно-развивающая работа, предусматривающая организацию и проведение занятий, способствующих социально-личностному развитию обучающихся с умственной отсталостью, коррекции недостатков в психическом и физическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы.

Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

*Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии.* Методы ведения учебных занятий курса

различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа.
- Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
- Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
- Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

- по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений по ритмической гимнастике.
- по повышению уровня общей и физической культуры.

Общее количество часов, отводимых на курс «Ритмика» в 1 – 4 классах составляет 270 часов (в 1 классе – 66 занятий, во 2-4 – 68 занятий)

## **2. Результаты освоения курса**

Освоение обучающимися курса «Ритмика» предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

Личностные результаты:

- 1) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 2) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 3) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 4) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 6) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 9) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 10) формирование готовности к самостоятельной жизни.

**Предметные результаты:**

### **1 класс**

Минимальный уровень:

- 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;
- 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;

- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

- уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно); сохранять правильную дистанцию в колонне; о самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

**2 класс**

Минимальный уровень:

- уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно); о сохранять правильную дистанцию в колонне парами; о самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три; о самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять ритм, заданный учителем;

### **3 класс**

#### Минимальный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

#### Достаточный уровень:

- самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

### **4 класс**

#### Минимальный уровень:

- уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; о отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и

самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;

- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг.

### 3. Содержание коррекционно-развивающего курса «Ритмика»

#### *Основные разделы программы*

##### *1 класс*

№ п.п .	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> - знать пространственные понятия, понятия «исходное положение», «линия», «колонна», «круг»;</p> <p><b>2 уровень</b> - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; равняться в шеренге, колонне; ходить и бегать по кругу с сохранением дистанции;</p> <p><b>3 уровень</b> - входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение, приветствовать учителя; ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;</p>

2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать названия всех частей тела; знать основные упражнения;</p> <p><b>2 уровень</b> – выполнять несложные движения руками и ногами; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме;</p> <p><b>3 уровень</b> – выполнять задания после показа и по словесной инструкции; придумывать и показывать простейшие упражнения для разных частей тела;</p>
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать музыкальные инструменты; знать звучание музыкальных инструментов; знать и отличать понятия «громко-тихо», «быстро-медленно»;</p> <p><b>2 уровень</b> – начинать и заканчивать движения по сигналу музыки;</p>
			<p>соотносить темп движений с музыкальным сопровождением;</p> <p><b>3 уровень</b> – определять настроения музыки (веселая, грустная, спокойная); координировать движения в соответствии с характером музыки;</p>
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> - знать правила игр;</p> <p><b>2 уровень</b> – целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя;</p> <p><b>3 уровень</b> – выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ;</p>
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать названия движений и упражнений;</p> <p><b>2 уровень</b> – ловко и быстро переходить от одного движения к другому;</p> <p><b>3 уровень</b> – выполнять плясовые движения; уметь работать в паре.</p>



## 2 класс

№ п.п.	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	<b>1 уровень</b> - знать пространственные понятия, понятие «дистанция» <b>2 уровень</b> - сохранять правильную дистанцию в колонне парами; <b>3 уровень</b> - организовано строиться; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя со звуковым и музыкальным сигналами;
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	<b>1 уровень</b> – знать понятие «исходное положение», знать исходное положение всех упражнений и движений; знать названия некоторых движений и упражнений; <b>2 уровень</b> – выполнять общеразвивающие движения в определенном темпе и ритме; <b>3 уровень</b> – самостоятельно выполнять упражнения, заданные словесной инструкцией учителя;
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	<b>1 уровень</b> – знать понятия «музыкальный акцент», «темп»; <b>2 уровень</b> – ощущать смену частей музыкального произведения; <b>3 уровень</b> – самостоятельно координировать движения в соответствии со звучанием музыки;
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	<b>1 уровень</b> – знать о нюансах в музыке; <b>2 уровень</b> – начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки; <b>3 уровень</b> – легко, непринужденно выполнять игровые движения;

5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать музыку, используемую для отдельных танцев и танцевальных движений; <b>2 уровень</b> – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движений;</p> <p><b>3 уровень</b> – легко, непринужденно выполнять игровые и плясовые движения.</p>
---	--------------------------	-------------------	--

### 3 класс

<i>№ п.п.</i>	<i>Тема раздела</i>	<i>Форма</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> - знать и понимать направления движения, знать особенности перестроений в разные фигуры;</p> <p><b>2 уровень</b> - соблюдать правильную дистанцию в колонне по три, в концентрических кругах; рассчитываться на первый, второй,</p>

			<p>третий для построения в колонну; <b>3 уровень</b> - ориентироваться в пространстве зала и любого другого помещения;</p>
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать особенности выполнения упражнений для основных групп мышц;</p> <p><b>2 уровень</b> – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;</p> <p><b>3 уровень</b> – самостоятельно выполнять требуемые упражнения; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и</p>

			темпе;
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения;</p> <p><b>2 уровень</b> – ощущать смену частей музыкального произведения; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;</p> <p><b>3 уровень</b> – уметь четко и быстро скоординировать свои движения под любую, даже не знакомую музыку;</p>
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать и повторять текст считалок и танцевальных игр;</p> <p><b>2 уровень</b> – повторять ритм, заданный учителем, задавать ритм самим;</p> <p><b>3 уровень</b> – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые движения;</p>
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать названия танцевальных элементов и комбинаций;</p> <p><b>2 уровень</b> – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;</p> <p><b>3 уровень</b> – приобретение опыта</p>

			публичного выступления;
--	--	--	-------------------------

#### 4 класс

№ п.п.	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> - знать все пространственные понятия; знать правила работы в группе;</p> <p><b>2 уровень</b> - четко, организованно перестраиваться;</p> <p><b>3 уровень</b> - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</p>
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать названия всех упражнений и особенности их выполнения;</p> <p><b>2 уровень</b> – выполнять упражнения с соблюдением всех правил;</p> <p><b>3 уровень</b> – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p>
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки;</p> <p><b>2 уровень</b> – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки,</p> <p><b>3 уровень</b> – передавать в движении ритмический рисунок мелодии;</p>

4	Игры под музыку.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать правила игр;</p> <p><b>2 уровень</b> – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <p><b>3 уровень</b> – играть, соблюдая правила;</p>
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	<p><b>1 уровень</b> – знать названия движений народного танца, отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, различать основные характерные движения некоторых народных танцев;</p> <p><b>2 уровень</b> – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением;</p> <p><b>3 уровень</b> – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;</p>

#### 4. Тематическое планирование

##### 1 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами.	1	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Как строиться, ходить, положение рук.

2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами.	1	
3-4	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	2	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два.
5-6	Ритмико-гимнастические	2	Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в

	общеразвивающие упражнения. Упражнения с лентами РК		колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную.
7-8	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы	2	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.
9-10	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища	2	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.

11-12	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук	2	Перекрестные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении частей музыкального произведения. Передача в движении частей музыкального произведения.
13-14	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения	2	Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно выполнять позиции заданные учителем. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
15-16	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения рук и ног	2	Познакомить с танцами народов РФ. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
17-	Координационные	2	Выполнение имитационных
18	движения, регулируемые музыкой. Круговые движения руками.		упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: творчески мыслить, обыгрывать любимых сказочных героев, показать движениями их характер, повадки.

19-20	Упражнения на детских музыкальных инструментах.	2	Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков. Участие в совместной творческой деятельности. Научиться: правильно и последовательно разучивать элементы танца. Работа в паре.
21-22	Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки	2	Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Участие в совместной творческой деятельности.
23-24	Игры под музыку. Различение изменений в музыке	2	Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно исполнять танцевальные движения и переходы в позиции рук.
25-26	Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг.	2	Выучить основные позиции рук и ног. Научиться: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища, шеи, в положении сидя. Развитие ловкости, выразительности движений, развитие пластичности, гибкости, мягкости рук
27-28	Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие	2	Научить маршировать марш от других танцев, счет, темы марша, постукивание на счет 1,2,3,4 Научиться: выполнять не сложные



	поскоки. Хлопки. Полька.		элементы марша Формирование навыков перестроения в пространстве зала, навыки координации рук и ног при ходьбе, развитие ритмического слуха, воспитание внимания, быстроты реакции, самостоятельности
29- 30	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	2	Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
31- 32	Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги	2	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.
33- 34	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами	2	Обучить основным танцевальным точкам в зале. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
35- 36	Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета	2	Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
37- 38	Ритмико- гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног.	2	Научить детей не смотреть себе под ноги, поставить корпус. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.

39-41	Ритмико-гимнастические общеразвивающие	3	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы. Выполнение имитационных
-------	--	---	--

	упражнения. Упражнения на выработку осанки		упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
42-43	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук.	2	Выучить основные позиции рук и ног. Поднимание и опускание рук вперёд по счёту. Хлопки в ладоши. Произвольные упражнения на воспроизведение музыки. Разучивание кругового галопа.
44-45	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе	2	Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.
46-48	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног	3	Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.

49-50	Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне	2	Отрабатывать 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. Уметь выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя
51-52	Координационные движения, регулируемые музыкой	2	Знакомство с танцевальными движениями. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Научиться: качественно, ритмично выполнять движения по линии танца,

			выполнять перестроения по диагонали.
53-54	Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов.	2	Проверка знаний. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
55-56	Игры под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением.	2	Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.
57-58	Игры под музыку. Инсценирование доступных песен.	2	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений

59-61	Танцевальные упражнения. Переменные притопы. Кадриль. Русская народная мелодия.	3	Выполнять притопы переменные, прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
62-63	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	2	Элементы русской пляски. Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением
64-66	Танцевальные упражнения. движения местных народных танцев.	3	Выполнять основные движения парами по прямой, по кругу. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
	<b>Итого</b>	<b>66 ч</b>	

## 2 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1	Правильное исходное положение на уроках ритмики.	1	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.
2	Ходьба и бег с высоким подниманием колен.	1	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два.

3-4	Перестроение в круг из шеренги, цепочки.	2	Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.
5-6	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	2	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.
7-9	Упражнение на расслабление мышц.	3	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.
10-11	Основные танцевальные правила.	2	Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении частей музыкального произведения. Передача в движении частей музыкального произведения.
12-13	Позиция рук. Основные правила. Позиция ног. Основные правила.	2	Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно выполнять позиции заданные учителем .
14-	Танцы народов РФ,	13	Познакомить с танцами народов РФ.

16	их особенности и костюмы. Познакомить с танцами народов РФ.		
----	---	--	--

17-18	Игры под музыку. Комбинация «Гуси»	2	Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: творчески мыслить, обыгрывать любимых сказочных героев, показать движениями их характер, повадки.
19-20	Позиции в паре. Основные правила. Танец «Диско». Элементы танца.	2	Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков. Участие в совместной творческой деятельности. Научиться: правильно и последовательно разучивать элементы танца. Работа в паре.
21-23	Упражнения для улучшения гибкости	3	Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Участие в совместной творческой деятельности.
24-25	Комбинация «Ладочки»	2	Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно исполнять танцевальные движения и переходы в позиции рук.
26-27	Разучивание позиций рук и ног. Игра «Группа смирно»	2	Выучить основные позиции рук и ног. Научиться: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища, шеи, в положении сидя. Развитие ловкости, выразительности движений, развитие пластичности, гибкости,

			мягкости рук
28-30	Три «кита» в музыке. Песня, танец, марш. Понятие о марше, ритмический счет	3	Научить маршировать марш от других танцев, счет, темы марша, постукивание на счет 1,2,3,4 Научится: выполнять не сложные элементы марша Формирование навыков перестроения в пространстве зала, навыки координации рук и ног при ходьбе, развитие ритмического слуха, воспитание внимания, быстроты реакции, самостоятельности
31-32	Фигуры в танце.	2	Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце.
33-34	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.	2	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне.
35-37	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	3	Обучить основным танцевальным точкам в зале.
38-39	Понятие о рабочей и опорной ноге.	2	Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.
40-41	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	2	Научить детей не смотреть себе под ноги, поставить корпус.
42-44	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	3	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.

45-46	Разучивание позиций рук и ног. Круговой галоп. Венгерская народная мелодия.	2	Выучить основные позиции рук и ног. Поднимание и опускание рук вперёд по счёту. Хлопки в ладоши. Произвольные упражнения на воспроизведение музыки. Разучивание кругового галопа.
47-49	Наклоны и повороты с	3	Рассмотреть несколько гимнастических элементов.

	хореографической точки зрения.		Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.
50-52	Гимнастические элементы.	3	Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.
53-55	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку	3	Отрабатывать 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. Уметь выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя
56-58	Движение по линии танца.	3	Знакомство с танцевальными движениями. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Научиться: качественно, ритмично выполнять движения по линии танца, выполнять перестроения по диагонали.



59	Тестовый контроль в рамках промежуточной аттестации.	1	Проверка знаний
60-68	Повторение пройденного материала	9	Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.
	<b>Итого</b>	<b>68ч</b>	

### 3класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика видов учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом.	1	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы.	1	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два.
3-4	Упражнения на ориентировку в пространстве. Гимнастические упражнения	2	Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.

5-7	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	3	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.
8-9	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях упражнения на расслабление мышц	2	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой.
10-12	Ритмико-гимнастические	3	Перекрёстные движения рук и ног; упражнения на формирование

	упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.		правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении частей музыкального произведения. Передача в движении частей музыкального произведения.
13-14	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Круговые движения ног и рук.	2	Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно выполнять позиции заданные учителем .
15-17	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча.	3	Познакомить с танцами народов РФ. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.

18-20	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения	3	Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: творчески мыслить, обыгрывать любимых сказочных героев, показать движениями их характер, повадки.
21-23	Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке	3	Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков. Участие в совместной творческой деятельности. Научиться: правильно и последовательно разучивать элементы танца. Работа в паре.
24-26	Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца	3	Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Участие в совместной творческой деятельности.

27-28	Танцевальные упражнения. Шаг на носках. Бульба. Белорусская народная мелодия.	2	Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Слушание объяснений учителя. Научиться: качественно, ритмично выполнять разминку и правильно исполнять танцевальные движения и переходы в позиции рук.
-------	---	---	--

29-31	Танцевальные упражнения. Шаг польки. Узбекский танец. Музыка Р. Глиэра.	3	Выучить основные позиции рук и ног. Научится: поглаживание рук и ног в образно-игровой форме. Свободное раскачивание руками при поворотах туловища, шеи, в положении сидя. Развитие ловкости, выразительности движений, развитие пластичности, гибкости, мягкости рук
32-33	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение одного круга в два три круга	2	Научить маршировать марш от других танцев, счет, темы марша, постукивание на счет 1,2,3,4 Научится: выполнять не сложные элементы марша Формирование навыков перестроения в пространстве зала, навыки координации рук и ног при ходьбе, развитие ритмического слуха, воспитание внимания, быстроты реакции, самостоятельности
34-35	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение одного круга в концентрические круги	2	Рассмотреть и разучить основные фигуры в танце. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
36-37	Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.	2	Проверить знания учащихся о правой, левой руке, стороне. Выполнение имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
38-40	Упражнения на ориентирование в	3	Обучить основным танцевальным точкам в зале. Выполнение

	пространстве. Выполнение движений предметами	с	имитационных упражнений и игр. Работа над качеством выполнения упражнений.
--	--	---	--

41-42	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание носках на приседание и	2	Показать высоту шага и научить равномерно распределять тяжесть корпуса на рабочую ногу.
43-44	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	2	Научить детей не смотреть себе под ноги, поставить корпус.
45-46	Ритмико-гимнастические упражнения координацию движений. Упражнения предметами на с	2	Рассмотреть и разучить простейшие танцевальные элементы.
47-49	Ритмико-гимнастические упражнения координацию движений. Одновременное прохлопывание протопывание несложных ритмических рисунков. на и	3	Выучить основные позиции рук и ног. Поднимание и опускание рук вперед по счёту. Хлопки в ладоши. Произвольные упражнения на воспроизведение музыки. Разучивание кругового галопа.
50-52	Ритмико-гимнастические упражнения расслабление мышц. Перенесен тяжести тела на	2	Рассмотреть несколько гимнастических элементов. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.
53	Координационные движения,	1	Рассмотреть несколько гимнастических элементов.

	регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах		Ритмические упражнения в различных комбинациях. Составить несколько комбинаций с использованием ритмических упражнений.
54-55	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	2	Отрабатывать 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. Уметь выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя
56	Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений	1	Знакомство с танцевальными движениями. Работа над качеством выполнения упражнений. Активизация внимания. Научиться: качественно, ритмично выполнять движения по линии танца, выполнять перестроения по диагонали.
57	Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца	1	Проверка знаний
58	Игры под музыку. Передача игровых образов.	1	Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретным образам). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

59	Игры под музыку. Смена ролей в импровизации.	1	Передавать в движении развернутый сюжет
60	Игры под музыку. Действия воображаемыми предметами	1	Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их.
61	Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением	1	Двигаться парами по кругу лицом, боком
62-63	Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп	2	Двигаться парами по кругу лицом, боком
64	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1	Уметь выполнять одно и то же движение в паре, одинаково и синхронно. Двигаться по кругу, соблюдая дистанцию и одновременно выполнять танцевальные движения. Элементы русской пляски на месте, с передвижениями
65-66	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски	2	Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка. Выполнять основные движения народных танцев

67-68	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев	2	Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка. Выполнять основные движения народных танцев
	<b>Итого</b>	<b>68 ч</b>	

#### 4 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1	Построение, вход в зал.	1	Круговые движения головы, повороты, наклоны. Круговые движения кистей. Передача в движении частей музыкального произведения. Повторение танцевальных элементов, изученных в 3 классе.
2-4	Повторение танцевальных элементов.	3	Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей рук. Передача в движении частей музыкального произведения. Передача в движении частей музыкального произведения.
5-6	Движения рук в соответствии с характером музыки.	2	Движения рук в разных направлениях. Противоположные круговые движения. Движение кистей рук, их встряхивание. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг на носках. Шаг польки.
7-8	Совершенствование навыков ходьбы.	2	Упр-ния на координацию движений. Сжимание и разжимание кистей рук в соответствии с характером музыки. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг польки. Широкий и высокий бег



9-10	Построение шахматном порядке.	в2	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Упр- ния на координацию движений с предметами. Упражнения для кистей рук. Передача в движении изменений темпа музыки. Подскоки переменным шагом с продвижением вперёд. Боковой галоп.
11-13	Упражнения гимнастическими палками	с2	Приседание с опорой и без. Перебрасывание мяча с ударом о пол. Упр-ния на выработку осанки. Исполнение различных ритмов на барабане. Упр-ния в передаче
			игровых образов при инсценировании песен, сказок. Сильные подскоки, боковой галоп. Приставные шаги с приседаниями.
14-15	Упражнения со скакалками.	2	Поднимание на носках и полуприседания. Круговые движения ступни. Исполнение различных ритмов на барабане. Инсценирование песен. Приседания и полуприседания на месте.
16-17	Ходьба. Умение намечать диагональные линии.	2	Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону. Разучивание попевок, их прохлопывание. Действия с воображаемыми предметами. Действия с воображаемыми предметами.

18-21	Повторение изученного.		4	Упражнения на координацию движения с предметами. Разучивание попевок, их прохлопывание и протопывание. Действия с воображаемыми предметами. Движения парами.
22-23	Ходьба, бег с сохранением правильной дистанции.	с	2	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упр-ния. Упр-ния с предметами. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Подвижные игры с речевым сопровождением.
24-25	Упражнения лентами.	с	2	Упр-ния на выработку правильной осанки. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Музыкальные игры. Полька.
26-27	Упражнения обручами.	с	2	Упр-ния на выработку правильной осанки. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Музыкальные игры. Полька.

28-29	Упражнения на выработку осанки.	на	2	Повороты, наклоны. Круговые движения кистей, сгибание и разгибание кистей. Передача в движении частей музыкального произведения. Повторение танцевальных элементов, изученных
-------	---------------------------------	----	---	---

				в 1 полугодии.
30-31	Ходьба и бег в различном темпе.	в	2	Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки. Перекрёстные движения рук и ног; упр-ния на формирование правильной осанки.

32-33	Передвижение шагом в колонне ритме марша.	2	Движения рук в разных направлениях. Противоположные круговые движения. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг на носках. Шаг польки.
34-36	Ходьба, имитирующая движение различных животных.	3	Упр-ния на координацию движений. Сжимание и разжимание кистей рук в соответствии с характером музыки. Передача в движении изменений темпа музыки. Шаг польки. Широкий и высокий бег.
37-38	Шаг польки.и Широкий высокий бег.	2	Шаг польки. Широкий и высокий бег. Упражнения для кистей рук. Передача в движении изменений темпа музыки. Подскоки переменным шагом с продвижением вперёд. Боковой галоп.
39-43	Повторение танцевальных элементов.	5	Приседание с опорой и без. Упр-ния на выработку осанки. Исполнение различных ритмов на барабане. Упр-ния в передаче игровых образов при инсценировании песен, сказок. Сильные подскоки, боковой галоп. Приставные шаги с приседаниями.
44-49	Повторение игровых упражнений.	6	Поднимание на носках и полуприседания. Круговые движения ступни. Исполнение различных ритмов на бубне. Инсценирование песен. Приседания и полуприседания на месте.
50-55	Инсценирование музыкальных сказок, песен	6	Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону. Разучивание попевок, их
			прохлопывание. Действия с воображаемыми предметами. Движения парами.

56-57	Совершенствование навыков ходьбы	2	Упражнения на координацию движения с предметами. Разучивание попевок, их прохлопывание и протопывание. Действия с воображаемыми предметами. Действия с воображаемыми предметами.
58-61	Элементы плясок и танцев. Грузинский танец «Лезгинка».	4	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упр-ния. Упр-ния с предметами. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Подвижные игры с речевым сопровождением. Основные движения народных танцев.
62-68	Повторение изученного за год.	7	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упр-ния. Упр-ния с предметами. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане. Подвижные игры с речевым сопровождением. Основные движения народных танцев.
	<b>Итого</b>	<b>68 ч</b>	