

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Леонтьевская средняя общеобразовательная школа

Приложение к адаптированной основной
Общеобразовательной программе
Начального общего образования
для обучающихся с интеллектуальными нарушениями
утверждено приказом директора
№ 64-ОД от 28.08.2025г.

**Адаптированная рабочая программа коррекционного курса «Ритмика»
Для обучающихся с интеллектуальными нарушениями
Вариант 9.1**

5-9 классы

2025 г

1. Пояснительная записка

Программа коррекционного курса «Ритмика» разработана на основе ФАООП УО (вариант 1 для обучающихся с легкой умственной отсталостью), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 года № 1026, соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа составлена с учетом особенностей познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью, характеристики детей обучающихся в данных классах.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося 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).

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих **задач**:

~ развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;

~ развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;

~ прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;

~ овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);

~ усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);

~ овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;

~ формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;

~ корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;

~ формировать правильную осанку;

~ развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;

~ развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

В программе обозначены два уровня умений: минимальный и достаточный.

Коррекционный курс «Ритмика» изучается с 5 по 9 класс по 1 часу в неделю. Распределение по годам 5-9 класс по 34 часа в год. Итого 170 часов.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплекс, включающий:

1. М. А. Михайлова, Н.В. Воронина. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - М., 2001.
2. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.

3. М. А. Касицина, И. Г. Бородина Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007.
4. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г.
5. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова М.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.:Издательство «Глобус», 2009

Методы ведения учебных занятий курса могут быть следующими:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
- 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.

2. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

Планируемые личностные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину посредством народных музыкальных произведений;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 5) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 6) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 7) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 9) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 10) формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- 11) формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
- 12) оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо);
- 13) развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств средствами ритмики;
- 14) реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку;
- 15) формирование позитивной самооценки своих музыкально - творческих возможностей.

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 5 классе:

| Минимальный уровень: | Достаточный уровень: |
|---|--|
| <p>иметь представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <p>знать основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;</p> <p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p> <p>различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</p> <p>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;</p> <p>различать основные характерные движения некоторых народных танцев.</p> | <p>знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;</p> <p>уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;</p> <p>знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;</p> <p>уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.</p> <p>развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;</p> <p>повторять любой ритм, заданный учителем.</p> |

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 6 классе:

| Минимальный уровень: | Достаточный уровень: |
|---|---|
| <p>уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;</p> <p>организованно строиться (быстро, точно);</p> <p>сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</p> <p>самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</p> <p>соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</p> <p>легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;</p> <p>ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.</p> | <p>уметь рассчитывать на первый, второй;</p> <p>соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;</p> <p>самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</p> <p>ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p> <p>передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;</p> <p>самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;</p> <p>повторять любой ритм, заданный учителем;</p> <p>задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).</p> |

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 7 классе:

| Минимальный уровень: | Достаточный уровень: |
|---|--|
| <p>уметь рассчитывать на первый, второй, третий; соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах; самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; уметь определять музыкальные жанры: танец, марш, песня. повторять любой ритм, заданный учителем; задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).</p> | <p>самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; 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; владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышцтуловища; различать основные характерные движения некоторых народных танцев. передавать хлопками ритмический рисунок мелодии.</p> |

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 8 классе:

| Минимальный уровень: | Достаточный уровень: |
|---|--|
| <p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; 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; выполнять ритмические комбинации движений на уровне возможностей обучающихся; понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка).</p> | <p>знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг; знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций; знать правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя; самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.</p> |

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 9 классе:

| Минимальный уровень: | Достаточный уровень: |
|----------------------|----------------------|
|----------------------|----------------------|

| | |
|---|--|
| <p>уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p> <p>различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</p> <p>знать основные строевые команды;</p> <p>делать подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>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;</p> <p>различать основные характерные движения некоторых народных танцев;</p> <p>выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд.</p> | <p>выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне;</p> <p>подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений;</p> <p>знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;</p> <p>уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;</p> <p>знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;</p> <p>соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</p> <p>задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения;</p> <p>ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p> <p>передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.</p> |
|---|--|

3. Содержание коррекционного курса

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

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.

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 полу пальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие 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 музыкальными инструментами.* Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание 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. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя спроговариванием стихов, попевок и без них.

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. Инсценировка музыкальных сказок, песен.

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.

| Тема (тематические блоки/модули) | Основное содержание | Основные виды деятельности | |
|---|--|---|--|
| | | Предлагаются всем обучающимся | Предлагаются дифференцированно по микрогруппам |
| 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. | Самостоятельно занимают правильное исходное положение. Выполняют ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняют перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируются в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. Выполняют простые шаги, шаги на носках. Сочетают движения с хлопками. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных | Маршируют по кругу с остановкой по музыке. Выполняют шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга. Выполняют одноименные и разноименные движения руками и ногами. Бегают по кругу, ногу отбросив назад. Изменяют направление и формы ходьбы. Поднимают руки вверх, вытягивают весь корпус - выполняют стойку на полу- пальцах, быстрым движением |

| | | | |
|-------------------------------------|---|--|---|
| | | представлений. | сидят на корточках. |
| Ритмико – гимнастические упражнения | <p><i>Общеразвивающие упражнения.</i> 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 полу пальцы. Упражнения на выработку осанки.</p> | <p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений. Выполняют во время ходьбы и бега несложных задания с предметами: оббегают их, собирают, передают, переключаются с места на место. Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку (на доступном уровне). Выполняют по показу учителя упражнения для развития тактильно-кинестетической способности рук. Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма. Наклоняют, поворачивают голову. Выполняют ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями. Выполняют наклоны, повороты, круговые движения головы, движения рук в разных направлениях, повороты туловища, выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Разводят руки в стороны, раскачивают ими перед собой. Бросают, подбрасывают, ловят, катают, передают, перекачивают мяч.</p> | <p>Двигают руками в разных направлениях; наклоняют, поворачивают туловище вправо, влево. Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд. Выполняют по сигналу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма. Выполняют основные движения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку. Соблюдают темп движений, обращая внимание на музыку. Воспроизводят (и обучают слабых учеников) упражнения на выработку осанки. Выполняют повороты туловища с передачей предмета, опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Перестраиваются из колонны в одну и две шеренги самостоятельно. Выполняют двигательные упражнения по нарастающей и наоборот. Ведут подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений.</p> |
| | <p><i>Упражнения на координацию движений.</i> Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой —</p> | <p>Двигаются в соответствии с разнообразным характером музыки, различают в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передают в движении ритмический рисунок. Выполняют упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами.</p> | <p>Выполняют круговые движения: 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.</p> |

| | | | |
|--|---|---|--|
| | <p>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; провонать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.</p> | <p>Выполняют наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выставляют правую и левую ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Учатся различать начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы. Учатся правильно маршировать, отрабатывает повороты на месте.</p> | <p>Выполняет повороты на месте и в движении. Соединяют пальцы в разных позициях. По команде выполняют повороты различного характера. Самостоятельно ускоряют и замедляют темп движений. Самостоятельно определяют нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.</p> |
| | <p><i>Упражнение на расслабление мышц.</i> 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).</p> | <p>Переносят тяжесть тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Выпрямляют руки в суставах и напрягают все мышцы от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабляет напряжение. Выполняют пальчиковую гимнастику с помощью учителя. Учатся правильно дышать, выполняют гимнастические упражнения при помощи учителя.</p> | <p>Выполняют поклон-приветствие, прохлопывают простые ритмические рисунки, учатся различать мелодии по темпу и ритму. Выполняют пальчиковую гимнастику самостоятельно. Слушают изменения звучания музыки и передают их изменением движения. Учатся правильно дышать, выполняют гимнастические упражнения. Учатся расслаблять мышцы после нагрузки (стретчинг).</p> |
| | <p><i>Упражнения с музыкальными инструментами.</i> Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание 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</p> | <p>Выполняют движения в соответствии с разнообразным характером музыки и динамикой (громко, тихо). Знают названия новых элементов танца и танцевальных шагов. Различают и называют музыкальные инструменты. Выполняют мелкие движения пальцами рук. Отстукивают простые ритмические рисунки на барабане и ложках.</p> | <p>Оперировать понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон). Выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне. Ритмично и четко выполняют гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении.</p> |

| | | | |
|-------------------------|--|--|--|
| | <p>обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.</p> | <p>Повторяют термины: громко - тихо, высоко - низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки (быстро, медленно, умеренно). Выполняют ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики.</p> | <p>Протопывают ритмический рисунок прозвучавшей мелодии. Закрепляют умение различать характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный); темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно). Сочетают хлопки и притопы, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).</p> |
| Игры под музыку | <p>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. Инсценировка музыкальных сказок, песен.</p> | <p>Отмечают в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок. Иметь понятия о трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец. Двигаются в соответствии с музыкальными образами. Исполняют движения в характере музыки - четко, сильно, медленно, плавно; Распознают характер танцевальной музыки. договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Передают притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке. Передают в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека) на доступном уровне. Исполняют игры с пением и речевым сопровождением. Выполняют имитационные игры, движения. Играют с предметами под музыку.</p> | <p>Отмечают в движении ритмический рисунок, акцент, слышат и самостоятельно меняют движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Умеют правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка. Имеют понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, хоровод, диско. Формулируют собственное мнение и позицию в игре. Выразительно двигаются в соответствии с музыкальными образами. Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Знают темповые обозначения, слышат темпы применительно к движениям. Чувствуют характер музыки и передают его с концом музыкального произведения; умеют тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4.</p> |
| Танцевальные упражнения | <p>Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный,</p> | <p>Изучают базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки</p> | <p>Анализируют музыку разученных танцев.</p> |

| | | | |
|--|---|--|---|
| | <p>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.</p> | <p>(5-6 терминов). Закрепляют названия простых танцевальных шагов и умение их выполнять. Исполняют основные упражнения на середине зала. Имеют представления о народных танцах. Различают основные характерные движения некоторых народных танцев. Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляют ногу с носка на пятку. Учатся «исполнять» танцы: выход, настроение, подача. Приседают с опорой и без опоры, с предметами. Выполняют сильные поскоки, боковой галоп, приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Выстраиваются по команде (сигнальной карте) в круг, диагональ, колонну.</p> | <p>Применяют позиции ног и рук классического танца, народно - сценического танца. Отмечают в движении сильную долю такта. Исполняют движения пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя известные элементы движений и танца. Исполняют основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопучкой, на полном приседе и с прыжком. Исполняют танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник. Четко, организованно перестраиваются, быстро реагируют на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски.</p> |
|--|---|--|---|

Календарно тематическое планирование, 5 класс

| № п/п | Тема | Кол-во часов | дата |
|-------|---|--------------|------|
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 | |
| 2 | Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). Прохлопывание | 1 | |

| | | | |
|----|--|---|--|
| | ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Понятие темпа и ритма. Понятие «музыкальная фраза», «длительность». | | |
| 3 | Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Упражнения для развития активной гибкости. | 1 | |
| 4 | Паузы в движении. Маршевая и танцевальная музыка. | 1 | |
| 5 | Разучивание разминки. Знакомство с построением влинию, колонну, круг. | 1 | |
| 6 | Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение из одной колонны в два ряда. | 1 | |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения (хлопки, выстукивание, притопы) | 1 | |
| 8 | Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса. | 1 | |
| 9 | Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, змейка. | 1 | |
| 10 | Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене.) | 1 | |
| 11 | Танцевальные шаги (на месте и в продвижении, сосменной положения рук.) | 1 | |
| 12 | Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг) | 1 | |
| 13 | Общеразвивающие упражнения. Ритмические композиции. | 1 | |
| 14 | Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны | 1 | |
| 15 | Позиции ног. Понятие о рабочей и опорной ноге. | 1 | |
| 16 | Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха. | 1 | |
| 17 | Прямые позиции ног, рук. Основные правила. | 1 | |
| 18 | Упражнения на координацию движений. Ходьба скоординацией рук, ног. | 1 | |
| 19 | Знакомство с групповым танцем. Основные правила. | 1 | |
| 20 | Игры под музыку. Ритмическая комбинация: шаги на месте, с остановкой на каблук. | 1 | |
| 21 | Ходьба с остановкой на пятках, на носках. | 1 | |
| 22 | Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. | 1 | |
| 23 | Ходьба с ускорением и замедлением темпа. | 1 | |
| 24 | Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. | 1 | |
| 25 | Повороты с продвижением. Повороты на месте. | 1 | |
| 26 | Смена ритма и скорости движения. «Музыкальные змейки». Движения по линии танца. | 1 | |
| 27 | Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч) | 1 | |
| 28 | Комплекс упражнений на формирование правильной осанки. | 1 | |
| 29 | Диско-танец. Танец-импровизация. | 1 | |
| 30 | Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | |
| 31 | Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка | 1 | |

| | | | |
|----|---|----|--|
| 32 | Танцевальные упражнения. Составление несложных танцевальных композиций. | 1 | |
| 33 | Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. | 1 | |
| 34 | Резервное время | 1 | |
| | Итого | 34 | |

Календарно тематическое планирование, 6 класс

| № п/п | Тема | Кол-во часов | дата |
|-------|--|--------------|------|
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Исходное положение. Виды ходьбы | 1 | |
| 2 | Движения с предметами во время ходьбы | 1 | |
| 3 | Ориентировка в направлении вперед-назад, направо-налево | 1 | |
| 4 | Направление движения в круг, из круга | 1 | |
| 5 | Наклоны. Повороты. | 1 | |
| 6 | Движения рук в разных направлениях | 1 | |
| 7 | Приседание с опорой, без опоры. Приседание с предметами | 1 | |
| 8 | Движение стопы | 1 | |
| 9 | Одновременные движения рук | 1 | |
| 10 | Одновременные движения рук и ног | 1 | |
| 11 | Смена позиций рук одновременно и отдельно каждой рукой | 1 | |
| 12 | Протопывание ритмических рисунков | 1 | |
| 13 | Круговые движения рук | 1 | |
| 14 | Перенос тяжести тела с одной ноги на другую | 1 | |
| 15 | Перенос тяжести тела с пяток на носки и обратно | 1 | |
| 16 | Упражнения для пальцев рук | 1 | |
| 17 | Выделение сильной доли | 1 | |
| 18 | Прохлопывание ритмических рисунков с проговариванием стихов | 1 | |
| 19 | Игры с речевым сопровождением | 1 | |
| 20 | Изменение формы и направления ходьбы и бега | 1 | |
| 21 | Игры с пением | 1 | |
| 22 | Бодрый шаг. Топающий шаг | 1 | |
| 23 | Легкий бег. Прямой галоп | 1 | |
| 24 | Выставление ноги с носка на пятку | 1 | |
| 25 | Элементы русской народной пляски | 1 | |
| 26 | Движения в парах | 1 | |

| | | | |
|----|--|----|--|
| 27 | Простой хороводный шаг | 1 | |
| 28 | Игры с пением и речевым сопровождением. | 1 | |
| 29 | Разучивание и придумывание новых вариантов игр | 1 | |
| 30 | Притопы одной ногой и поочередно | 1 | |
| 31 | Переменные притопы. | 1 | |
| 32 | Музыкальные игры. | 1 | |
| 33 | Отработка танцевальных движений. | 1 | |
| 34 | Резервное время | 1 | |
| | Итого | 34 | |

Календарно тематическое планирование, 7 класс

| № п/п | Тема | Кол-во часов | дата |
|-------|--|--------------|------|
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Ходьба с чередованием (приседанием). | 1 | |
| 2 | Построение в колонны по три. Перестроение изодного круга в два. | 1 | |
| 3 | Перестроение из общего круга в кружочки по два, тричеловека и обратно в общий круг. | 1 | |
| 4 | Выполнение движений с предметами, более сложных.Общеразвивающие упражнения. | 1 | |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения.Общеразвивающие упражнения. | 1 | |
| 6 | Наклоны, повороты и круговые движения головы. | 1 | |
| 7 | Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениямирук. | 1 | |
| 8 | Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. | 1 | |
| 9 | Поднимание на носках и полуприседание. | 1 | |
| 10 | Круговые движения ступни. Приседание содновременным выставлением ноги вперёд, в сторону. | 1 | |
| 11 | Упражнения на выработку осанки. | 1 | |
| 12 | Упражнения на координацию движений. | 1 | |
| 13 | Круговые движения ногами в сочетании с круговымидвижениями правой руки. | 1 | |
| 14 | Упражнения на сложную координацию движений спредметами. | 1 | |
| 15 | Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем | 1 | |

| | | | |
|----|---|----|--|
| | и быстром темпе с музыкальным сопровождением. | | |
| 16 | Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. | 1 | |
| 17 | Протопывание заданного ритма. Упражнения на расслабление мышц. | 1 | |
| 18 | Упражнения для рук. | 1 | |
| 19 | Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. | 1 | |
| 20 | Упражнения для ног | 1 | |
| 21 | Игры под музыку. | 1 | |
| 22 | Динамическое нарастание в музыке, сильная доля такта. | 1 | |
| 23 | Понятие быстрый и медленный темп. | 1 | |
| 24 | Пружинистые и плавные движения | 1 | |
| 25 | Упражнения в передаче игровых образов. | 1 | |
| 26 | Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа. | 1 | |
| 27 | Действия с воображаемыми предметами. Игры. | 1 | |
| 28 | Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. | 1 | |
| 29 | Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца. | 1 | |
| 30 | Шаг на носках. Широкий, высокий бег. | 1 | |
| 31 | Поскоки, галоп. | 1 | |
| 32 | Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки. | 1 | |
| 33 | Отработка танцевальных движений. | 1 | |
| 34 | Резервное время | 1 | |
| | Итого | 34 | |

Календарно тематическое планирование, 8 класс

| № п/п | Тема | Кол-во часов | дата |
|-------|--|--------------|------|
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Правильное исходное положение. | 1 | |
| 2 | Ходьба и бег. | 1 | |
| 3 | Перестроение в круг из шеренги без музыки. | 1 | |
| 4 | Построения в шеренгу, круг. | 1 | |
| 5 | Выполнение во время ходьбы несложных заданий с предметами. | 1 | |
| 6 | Выполнение под музыку общеразвивающих упражнений: | 1 | |
| 7 | Построение в колонну, в колонну по два, перестроения в круг из шеренги и обратно. | 1 | |
| 8 | Построения в шеренгу, круг, пары. Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную в соответствии с изменением звучания музыки. | 1 | |
| 9 | Передача ритмических рисунков. | 1 | |

| | | | |
|----|--|----|--|
| 10 | Прохлопывание сильной и слабой долей взнакомых музыкальных произведениях. | 1 | |
| 11 | Музыкальные, танцевальные темпы. | 1 | |
| 12 | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий.Неторопливый танцевальный бег. | 1 | |
| 13 | Музыкальные, танцевальные темпы.Ритмические игры | 1 | |
| 14 | Ходьба и бег с высоким подниманием колен подмузыку. Марш. Движение на $\frac{3}{4}$ | 1 | |
| 15 | Движения под музыку на 2/4, 4/4 и 3/4. Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальнойфразы. | 1 | |
| 16 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки - в соответствии с изменением звучания музыки. | 1 | |
| 17 | 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 в соответствии с изменением звучания музыки. | 1 | |
| 18 | Выполнение во время ходьбы несложныхзаданий с предметами. | 1 | |
| 19 | Передача ритмических рисунков. | 1 | |
| 20 | Музыкальные, танцевальные темпы. | 1 | |
| 21 | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий,пружинящий шаг. | 1 | |
| 22 | Неторопливый танцевальный бег,стремительный бег. | 1 | |
| 23 | Современные музыкальные, танцевальные темпы. | 1 | |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков. | 1 | |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. | 1 | |
| 26 | Музыкальные, танцевальные темпы.Элементы народного танца. | 1 | |
| 27 | Разучивание текстов песен и движений танцев. | 1 | |
| 28 | Разнообразные сочетания одновременных движенийрук, ног, туловища, кистей. | 1 | |
| 29 | Игры под музыку. Разучивание игр, элементовтанцевальных движений. | 1 | |
| 30 | Танцевальные упражнения. Элементы народныхтанцев | 1 | |
| 31 | Игры под музыку. Составление несложныхтанцевальных композиций. | 1 | |
| 32 | Игры под музыку. Игры с пением, речевымсопровождением. | 1 | |
| 33 | Танцевальные упражнения. Пружинящий бег.Поскоки с продвижением. | 1 | |
| 34 | Резервное время | 1 | |
| | Итого | 34 | |

Календарно тематическое планирование, 9 класс

| № п/п | Тема | Кол-во часов | дата |
|-------|---|--------------|------|
| 1 | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Дыхательные и релаксирующие упражнения. | 1 | |
| 2 | Упражнения с мячом. | 1 | |
| 3 | Музыкально-ритмические движения. | 1 | |
| 4 | Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. | 1 | |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения. | 1 | |
| 6 | Релаксирующие упражнения. | 1 | |
| 7 | Подвижные игры с музыкальным сопровождением. | 1 | |
| 8 | Ритмические упражнения. | 1 | |
| 9 | Упражнения на координацию движений. | 1 | |
| 10 | Танцевальные элементы. | 1 | |
| 11 | Подготовительные упражнения к танцам | 1 | |
| 12 | Упражнения ритмической гимнастики. | 1 | |
| 13 | Инсценировка музыкальных сказок, песен. | 1 | |
| 14 | Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями. | 1 | |
| 15 | Ритмический рисунок. | 1 | |
| 16 | Упражнение на связь движений с музыкой. | 1 | |
| 17 | Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы. | 1 | |
| 18 | Подготовительные упражнения к танцам. | 1 | |
| 19 | Прохлопывание ритма песен. | 1 | |
| 20 | Дыхательные и релаксирующие упражнения. | 1 | |
| 21 | Упражнения на координацию движений. | 1 | |
| 22 | Марш по периметру зала, отработка поворотов. | 1 | |
| 23 | Передача характера музыки в движении. | 1 | |
| 24 | Движения в парах. | 1 | |
| 25 | Комплекс танцевальных упражнений. | 1 | |
| 26 | Восприятие упражнений на слух. | 1 | |
| 27 | Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки с предметом на голове. | 1 | |
| 28 | Ходьба и бег в темпе музыки. | 1 | |
| 29 | Сочетание ритмических рисунков на ходьбе ихлопках. | 1 | |
| 30 | Работа стопы, подъемы и снижения на шагах. | 1 | |
| 31 | Согласование поворотов головы с движениями рук, ног, корпуса. | 1 | |

| | | | |
|----|---|----|--|
| 32 | Игры под музыку | 1 | |
| 33 | Элементы сценической выразительности в танце. | 1 | |
| | Резервное время | 1 | |
| | Итого | 34 | |

4. Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

Технические средства:

- ~ персональный компьютер (ноутбук)магнитофон;
- ~ музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры)

Учебно-практическое оборудование:

- ~ раздаточный дидактический материалкомпьютерные презентации; видеофрагменты;
- ~ обучающие фильмы;
- ~ резиновые мячи для развития координации;гимнастические палки;
- ~ скакалки;
- ~ атрибуты для танцев;
- ~ музыкальные инструменты (бубны, ложки, маракасы, ксилофон и другие)