**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Кириковская средняя школа»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ПечатьПодпись СластихинаСОГЛАСОВАНО: заместитель директора по учебно-воспитательной работе Сластихина Н.П. \_\_\_\_\_\_«29» августа 2025 г. | логотип школы | УТВЕРЖДАЮ:Подпись ИвченкоДиректор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» Ивченко О.В. \_\_\_\_\_\_\_\_«29» августа 2025 г. |

**Рабочая программа**

**по коррекционному курсу «Ритмика» для обучающихся с умственной отсталостью 6 класса (интеллектуальными нарушениями) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа».**

**(Вариант 1)**

Составил: педагог-психолог I квалификационной категории Ивченко Екатерина Викторовна

2025-2026 учебный год.

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

[I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА 3](#_Toc145026016)

[II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ 5](#_Toc145026017)

[III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ 7](#_Toc145026018)

[IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 11](#_Toc145026019)

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (https://clck.ru/33NMkR) адаптированной основной образовательной программы основного общего образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом № 242-ОД от 30 августа 2024 года, учебного плана муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» адаптированной образовательной программы для детей с ограниченными возможностями здоровья (интеллектуальными нарушениями) на 2025-2026 учебный год, положения о рабочей программе педагога муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» реализующего предметы, курсы и дисциплины общего образования от 30 августа 2024 года.

Настоящая рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся с умственной отсталостью 6 класса (интеллектуальными нарушениями) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» учитывает реализацию Программы воспитания муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Кириковская средняя школа» через следующие формы:

- побуждение обучающихся соблюдать на коррекционных занятиях общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на коррекционных занятиях предметов, явлений, событий через: обращение внимания на ярких деятелей культуры, науки, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков;

- использование воспитательных возможностей содержания коррекционного курса «Ритмика» для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор проблемных ситуаций для обсуждения на занятиях;

- инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам и т. д.;

- включение в занятия игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в группе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время их проведения;

- применение на занятиях интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;

- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися;

- выбор и использование на занятиях методов, методик, технологий,

оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в занятия различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;

- установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на занятиях эмоционально-комфортной среды.

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых общеобразовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Целью коррекционного курса является – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

 В процессе реализации коррекционный курс «Ритмика» в 6 классе призван решить следующие задачи.

Образовательные:

- формирование у учащихся ритмических движений; развитие внимания, памяти, логического, абстрактного мышления;

- формирование музыкальной пластичности

- формировать эмоциональное отношения к действительности;

- формировать терпение и упорство, необходимые при работе с шумовыми и музыкальными инструментами;

- формировать коммуникативную культуру, внимание и уважение к людям, терпимость к чужому мнению, умение работать в группе;

Развивающие:

- развивать мелкую и крупную моторику;

- ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;

- развивать у учащихся речь, художественный вкус;

Воспитательные:

- осуществлять эстетическое воспитание школьников;

- воспитывать в детях любовь к родной стране, ее природе и людям.

Коррекционные:

- способствовать коррекции недостатков психического и физического развития;

- исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;

- укреплять здоровье, формировать правильную осанку умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности;

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;

- развитие выразительности движений и самовыражения;

- развитие мобильности;

- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;

- развитие общей и речевой моторики;

- развитие ориентировки в пространстве;

- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

 В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ),;

- репродуктивные (работа с использованием видео);

- предметно-практические методы (тренировочные задания и т.д.);

- система специальных коррекционно-развивающих методов;

- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);

- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание);

- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценка).

Использование перечисленных приемов и средств обучения способствуют наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показу его практической значимости для обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В процессе реализации данной программы происходит связь коррекционного курса «Ритмика» с такими предметами, как «Музыка», «Природоведение», «Физическая культура». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

Общая характеристика предмета

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

В ходе психокоррекционных занятий осуществляется психолого-педагогическое воздействие, направленное устранение отклонений в психическом и личностном развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений. Коррекционный курс «Ритмика» в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждает их включаться в коллективную деятельность класса. Ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами. Они приобретают способность к сценическому действию под музыку.

 Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и являются обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом программа коррекционного курса «Ритмика» в 5 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 час в неделю).

 Промежуточная аттестация по коррекционному курсу «Ритмика» в 6 классе организуется в мае 2026 года в форме зачета.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

 Содержание коррекционного курса «Ритмика» в 6 классе включает 5 разделов:

1) Упражнения на ориентирование в пространстве.

2) Ритмико-гимнастические упражнения.

3) Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

4) Игры под музыку.

5) Танцевальные упражнения.

6) Вариативная часть.

 Обучение организуется в разных формах: на уроках, на индивидуальных занятиях, занятиях малых групп.

 Основные разделы программы:

1. **Упражнения на ориентирование 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.

 **2. 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 поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). 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, похлопывание, 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)

 **3. Упражнения с детскими 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 с проговариванием стихов, попевок и без них.

 **4. 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.

 **5. Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый,

спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полу пальцах. 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 ритопами, кружением, хлопками.

**III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**Предметные результаты:**

- правильно сидеть или стоять во время урока; с помощью учителя, товарища включаться в учебную деятельность;

- понимать причины собственного успеха или неудач в учебной деятельности;

- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

**Минимальный уровень:**

- представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- выполнение несложных упражнений под руководством учителя;

- знание основных правил поведения на занятиях по ритмике и осознанное их применение;

- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

- представления о двигательных действиях;

- знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

- участие в подвижных играх под руководством учителя и взаимодействие со сверстниками во время подвижных игр;

- понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);

- определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

- предавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;

- выполнение ритмических комбинаций движений на уровне возможностей обучающихся;

- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

**Достаточный уровень:**

- выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне;

- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);

- развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение; согласовывать музыку и движение;

- самостоятельное выполнение комплексов упражнений;

- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;

- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;

- ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений, знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

- 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; передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, 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.

**Метапредметные результаты.**

*Познавательные:*

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;

- использовать усвоенные логические операции на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями.

 *Регулятивные:*

- принимать и сохранять цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

- осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;

- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;

- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;

- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

 *Коммуникативные:*

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);

- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его,

- дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествования, отрицания и др.) в коммуникативных ситуациях с учётом специфики участников (возраст, социальный статус, знакомый –незнакомый и т.п.)обращаться за по­мо­щью и при­нимать помощь;

- слушать и понимать инструкцию к учебному за­да­нию в разных видах деятельности и быту;

- сотрудничать с взрослыми и све­рстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, со­переживать, кон­с­т­ру­к­ти­в­но взаимодействовать с людьми;

- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

*Личностные:*

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;

- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;

- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;

- умение гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;

- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и т.д.;

- соблюдение правил безопасного и бережного поведения в природе и обществе.

 В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности. Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

**IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | **Основные виды деятельности обучающихся.****Для внеурочной деятельности указать форму проведения занятия.** | **Электронный (цифровой) образовательный ресурс** |
| **Раздел 1. Упражнения на ориентирование в пространстве – 10 ч., в т ч. обязательная часть – 8 ч. уроков, 2 ч. – часть формируемая участниками образовательного процесса.** |
| 1. | **Вводный мониторинг.**Вводное занятие. Правила техники безопасности.  | 1 | Диагностика.Разминка на середине, разучивание поклона, ходьба с носка по кругу, различать настроения, выраженные в музыке. | <https://infourok.ru/kontrolno-izmeritelnye-materialy-po-predmetu-ritmika-1-4klass-5287046.html> |
| 2. | **Урок – путешествие** «Путешествие по танцевальным станциям» | 1 | Основные танцевальные точки. Ритмическая ходьба под счёт. Узнавание ритмов в окружающем мире. Выполнение ходьбы и бега с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка под счёт.Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала в различном темпе. Ходьба по кругу, цепочкой, змейкой. Повороты на месте по точкам Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | [**https://infourok.ru/urok-puteshestvie-po-tancevalnim-stanciyam-2594854.html**](https://infourok.ru/urok-puteshestvie-po-tancevalnim-stanciyam-2594854.html) |
| 3  | Перестроения из круга в колонны, в линии, в диагонали. Перестроения в круг. | 1 | Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Построения из круга в шеренгу, колонну, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 4 | Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов. | 1 | Движение по залу, ориентируясь на танцевальные точки. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. 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. Сужение и расширение круга. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 5 | Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели | 1 | Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Построения из круга в шеренгу, колонну, пары. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека , перестроение в звёздочки, в карусели и обратно в круг. Сужение и расширение круга. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 6 | Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы | 1 | 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 с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений, со сменой направления движения на начало музыкальной фразы. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| **Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения - 18 ч., в т ч. обязательная часть - уроков, 6 ч. – часть формируемая участниками образовательного процесса.** |
| 7 | **Урок-открытие** «Рабочая и опорная нога. Позиции ног» | 1 | Определение опорной и рабочей ноги. 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. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).Упражнения на выработку осанки. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 8 | Упражнения на связь движений с музыкой.Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге, выполнении движений. | 1 | Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, 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. | <https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0> |
| 9 | Упражнения без предметов | 1 | Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени во время движения под музыку.  | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 10 | **Творческая мастерская** «Музыкальный мир движений» | 1 | Упражнения без предметов и с предметами. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, платки, 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). | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 11 | Упражнения на координацию движений. | 1 | Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). 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. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 12 | Упражнения на связь движений с музыкой и координацию. Изменение положения головы, туловища, рук с различными интервалами. | 1 | Выполнение в различном темпе наклонов и поворотов головы, круговых движений плеч, поворотов наклонов вперёд, назад, в стороны в замедленном темпе, с ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения рук (на пояс, за спину, вниз). Выполнение движений с различными интервалами(через 2,4,6,8 счётов) Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 13 | Упражнение на связь движений с музыкой. | 1 | Выполнение движений рук в разных направлениях с предметами (флажки, платки, 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). Упражнения под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 14 | **Урок ритмической гимнастики** «Степ-тач» | 1 | Общеразвивающая разминка под музыку. Ритмическая ходьба с различными движениями рук с изменением темпа, интервалов, направления движения. Приставной шаг с касанием. Произвольное направление с прыжками, поворотами, перемещениями. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 15 | Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом | 1 | Выполнение упражнений с гимнастической палкой, с мячом под музыку с постепенным увеличением темпа, удерживая равновесие и не выпуская предмет из рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| **Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 7 ч., в т ч. обязательная часть – 6 уроков, 3 ч. – часть формируемая участниками образовательного процесса.** |
| 16 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 1 | Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 17 | **Творческая лаборатория** «Музыкальные палочки» | 1 | Упражнения в передаче на музыкальных палочках основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами «Палочки – скакалочки», «Две лошадки», «Палочками мы шуршим». | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0)[**https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2020/07/29/palochki-skakalochki**](https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2020/07/29/palochki-skakalochki) |
| 18 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 1 | Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 19 | Промежуточный мониторинг.**Новогодний праздник** «В снежном царстве, морозном государстве». | 1 | Подготовка к новогоднему школьному концерту. | <https://infourok.ru/vvodniy-kontrol-po-muzike-klassi-1961296.html> |
| **Раздел 4. Игры под музыку - 12 ч., в т ч. обязательная часть - 2 ч. уроков, ч. 10 – часть формируемая участниками образовательного процесса.** |
| 20 | **Урок-игра** «Если нравится тебе, делай так!» | 1 | 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. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. | [**https://nsportal.ru/audio/detskie-pesni/2020/09/muzykalnaya-igra-esli-nravitsya-tebe-to-delay-tak**](https://nsportal.ru/audio/detskie-pesni/2020/09/muzykalnaya-igra-esli-nravitsya-tebe-to-delay-tak) |
| 21 | **Урок-игра** «Делай, как я». | 1 | Выполнение подражательныхдвижений за героями презентации, передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. | [**https://nsportal.ru/audio/detskie-pesni/2020/04/muzykalnaya-igra-delak-kak-ya**](https://nsportal.ru/audio/detskie-pesni/2020/04/muzykalnaya-igra-delak-kak-ya) |
| 22 | **Урок-игра** «Музыкальные стаканчики» | 1 | Упражнение в передаче элементарного ритмического рисунка с помощью бумажных или пластиковых стаканчиков. Упражнения в изменении положения стакана при извлечении звуков. | [**https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2021/12/03/master-klass-ritmicheskaya-igra-na**](https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2021/12/03/master-klass-ritmicheskaya-igra-na) |
| 23 | **Урок-игра** «Рыбаки и рыбки» | 1 | Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. | [**https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2015/02/22/muzykalno-ritmicheskaya-igra-rybak**](https://nsportal.ru/detskiy-sad/muzykalno-ritmicheskoe-zanyatie/2015/02/22/muzykalno-ritmicheskaya-igra-rybak) |
| 24 | **Урок-игра**«Третий лишний», «Охотники и утки» | 1 | Участники игры, стоящие по кругу с внешней стороны, по сигналу передвигаются вправо (влево). По свистку каждый старается занять место, но, поскольку стульев меньше, один игрок остается без места. Он выбывает, а из круга убирают еще один стул. Выигрывает тот, кто останется последним. | [**https://multiurok.ru/files/muzykal-naia-ighra-trietii-lishnii.html**](https://multiurok.ru/files/muzykal-naia-ighra-trietii-lishnii.html)[**https://fk12.ru/games/igra-oxotniki-i-utki**](https://fk12.ru/games/igra-oxotniki-i-utki) |
| 25 | Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.  | 1 | Ученики выбирают игры, которые им больше всего понравились и запомнились. Следить за ТБ при выполнении упражнений. | <https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2021/02/03/muzykalno-podvizhnye-igry-na-zanyatiyah-po-ritmike> |
| **Раздел 5. Танцевальные упражнения – 21 ч., в т ч. обязательная часть - 16 уроков, ч. 6– часть формируемая участниками образовательного процесса.** |
| 26 | **Творческая мастерская** «Подготовительные упражнения к танцам: позиций рук» | 1 | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп) различных мелодий. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 27 | **Творческая мастерская** «Подготовительные упражнения к танцам» | 1 | Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полу пальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой и боковой галоп. Знакомство с основными шагами танца «Яблочко». Разучивание шагов, их комбинирование, выполнение в движений в парах. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D0%BA%D0%B0) |
| 28 | Элементы русской пляски | 1 | Понятие музыкальной фразы. Разучивание элементов танцевальных движений: 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. Комбинирование движений, выполнение в парах. Упражнения в умении начинать движения на начало музыкальной фразы. | [**https://poiskm.net/show/%D1%80%D1%83%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F-%D0%BF%D0%BB%D1%8F%D1%81%D0%BA%D0%B0**](https://poiskm.net/show/%D1%80%D1%83%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F-%D0%BF%D0%BB%D1%8F%D1%81%D0%BA%D0%B0) |
| 29 | Танцы. «Яблочко». | 1 | Понятие музыкальной фразы. Разучивание элементов танцевальных движений, их комбинирование, выполнение движений с перестроениями. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз. | [**https://chudesenka.ru/1395-yablochko.html**](https://chudesenka.ru/1395-yablochko.html) |
| 30 | Элементы русской пляски. | 1 | Понятие музыкальной фразы. Разучивание элементов русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно. Движения парами: ходьба, кружение на месте.. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз. | <https://poiskm.net/show/%D1%80%D1%83%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F-%D0%BF%D0%BB%D1%8F%D1%81%D0%BA%D0%B0> |
| 31 | Танцы. «Яблочко». | 1 | Разучивание элементов танцевальных движений, их выполнение под счёт и под музыку. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз. | <https://chudesenka.ru/1395-yablochko.html> |
| 32 | Элементы русской пляски. | 1 | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Ритмическое исполнение разученных движений в парах, по кругу, в линиях в определённой очерёдности. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками | <https://poiskm.net/show/%D1%80%D1%83%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F-%D0%BF%D0%BB%D1%8F%D1%81%D0%BA%D0%B0> |
| 33 | Танцы. «Яблочко». | 1 | Комбинирование разученных элементов танцевальных движений, их выполнение в кругу, в линиях, в парах. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз Составление несложных танцевальных комбинаций в парах | <https://chudesenka.ru/1395-yablochko.html> |
| 34 | Зачет «Танцуют все!» | 1 | Промежуточная аттестация в форме зачета. | - |
| **Всего:** |  **34** |  |