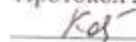


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 59 Приморского района Санкт – Петербурга

**«Рекомендована к использованию»**  
на заседании методического  
объединения учителей начальных классов

Протокол № 5 от «05» июня 2023г.

 Руководитель  
методического объединения  
**Козлова Лариса Ростиславовна**

**«Согласовано»**  
Зам. директора по УВР  
**Ясюченя**  
**Татьяна Александровна**  
«05» июня 2023г.

**«Утверждаю»**  
Директор ГБОУ школа №59  
**Морозова**  
**Татьяна Аркадьевна**  
«05» июня 2023г.  
Приказ от 05.06.2023г №37



**Рабочая программа по  
внеурочной деятельности  
«Ритмика»  
для 1-4 классов**

Составители: учитель начальных классов: Пуховикова Мария Тимофеевна  
(квалификационная категория-нет, педагогический стаж – 2 года);  
Воспитатель: Хазеева Ольга Владиславовна  
(квалификационная категория-нет, педагогический стаж – 2 года),

Санкт-Петербург

2023-2024 учебный год

## **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) курс «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса. Наиболее адекватным методом коррекции различных психомоторных нарушений у детей с умственной отсталостью является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма как их стержня.

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.

## **Общая характеристика курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

**Цель курса:** развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

### ***Задачи курса:***

- Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления).
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- Научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.

- Развивать умение слушать музыку.
- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Развивать творческие способности личности.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

***Совершенствование движений и сенсомоторного развития:*** развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики.

***Коррекция отдельных сторон психической деятельности:***

коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений;

коррекция – развитие двигательной памяти;

коррекция – развитие внимания;

формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);

развитие пространственных представлений и ориентации;

развитие представлений о времени.

***Развитие различных видов мышления:***

развитие наглядно-образного мышления;

развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

***Развитие основных мыслительных операций:***

развитие умения сравнивать, анализировать;

развитие умения выделять сходство и различие понятий;.

***Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:*** развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца;

формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

***Коррекция – развитие речи:*** развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

## Описание места курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» в учебном плане

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений. Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» реализуется в 1б,1в, 1-1б, 1-1в классах.

Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана:

- В 1б классе на 33 часа, 1 час в неделю;
- В 1в классе на 33 часа, 1 час в неделю.
- В 1-1б классе на 33 часа, 1 час в неделю.
- В 1-1в классе на 33 часа, 1 час в неделю.

### Личностные и предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика».

*Личностными результатами изучения курса ритмики в 1-м доп. классе является формирование следующих умений:*

1. формирование музыкальной культуры, развитие эмоциональной заинтересованности в восприятии музыкальной культуры, музыкального мышления, воображения, вкуса.
2. эмоциональное восприятие музыкального произведения, определение основного настроения и характера;
3. положительное отношение к предмету ритмики, желание передавать содержание музыки в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;
4. выразительное исполнение музыкально-ритмических композиций в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;
5. выполнение детьми различных творческих заданий по созданию музыкальных этюдов (образных и имитационных) на основе сформированных движений (все виды ходьбы, бега, подскоков, галопа).
6. развитие у детей пространственного мышления и пространственного воображения в творческих заданиях по созданию музыкально-ритмических игр, этюдов, танцевальных композиций.
7. умение общаться в танце с партнером, слаженно исполнять танцевальные композиции в коллективе.

*Метапредметными результатами изучения курса ритмики в 1-м доп. классе являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).*

Регулятивные УУД:

1. принимать учебную задачу;
2. понимать позицию слушателя при восприятии музыкальных образов, характерных особенностей танцев;
3. осуществлять первоначальный контроль своего участия в интересных для него видах музыкально-ритмической деятельности;

4. адекватно воспринимать предложения учителя;
5. принимать музыкально-исполнительскую задачу и инструкцию учителя;
6. принимать позицию исполнителя музыкально-ритмических упражнений, композиций, танцев;
7. воспринимать мнение и предложения сверстников, родителей в отношении исполнения музыкально-ритмических композиций, танцев.

Познавательные УУД:

1. ориентироваться в информационном материале предмета ритмики, осуществлять поиск нужной информации в Музыкальном словаре и других справочниках;
2. использовать простые символические варианты музыкальной записи (термины, основные музыкально-теоретические понятия);
3. первоначальной ориентации в способах решения исполнительской задачи;
4. находить в музыкальном тексте разные части;
5. понимать содержание музыки, средства музыкальной выразительности, форму музыкального произведения;
6. составлять простое схематическое изображение формы музыкального произведения.

Коммуникативные УУД:

1. воспринимать музыкальное произведение и мнение других людей о музыке;
2. учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия музыки;
3. принимать участие в коллективной музыкально-ритмической деятельности, учиться общаться в паре с партнером;
4. понимать важность исполнения по группам (мальчики хлопают, девочки топают, учитель аккомпанирует, дети танцуют и т.д.);
5. контролировать свои действия в коллективной работе;
6. исполнять со сверстниками музыкальные произведения, выполняя при этом разные функции (ритмическое сопровождение на разных детских инструментах и т.п.);
7. использовать простые речевые средства для передачи мелодии, движения при исполнении движений под музыку;
8. следить за действиями других участников в процессе музыкально-ритмической деятельности.

*Предметными результатами изучения курса ритмики в 1-м доп. классе являются формирование следующих умений:*

1. воспринимать доступную ему музыку разного эмоционально-образного содержания;
2. различать музыку разных жанров: песни, танцы и марши;
3. выражать свое отношение к музыкальным произведениям, его содержанию;

4. воплощать характер, средства музыкальной выразительности, форму музыкального произведения в движении;
5. отличать русские народные песни и пляски от музыки других народов;
6. воплощать образное содержание музыки в играх, движениях, импровизациях, творческих заданиях;
7. слушать музыкальное произведение, выделяя в нем основное настроение, разные части, выразительные особенности; наблюдать за изменениями темпа, динамики, настроения;
8. находить сходство и различие тем и образов, доступных пониманию детей;
9. различать более короткие и более длинные звуки, различать условные обозначения (форте – пиано и др.).
10. выразительно исполнять музыкально-ритмические задания, упражнения, композиции, игры;
11. воспринимать темповые (медленно, умеренно, быстро), динамические (громко, тихо) особенности музыки;
12. развивать у детей пространственное мышление и пространственное воображение в творческих заданиях по созданию музыкально-ритмических игр, этюдов, танцевальных композиций.

*Личностными результатами изучения курса ритмики в 1-м классе является формирование следующих умений:*

1. формирование музыкальной культуры, развитие эмоциональной заинтересованности в восприятии музыкальной культуры, музыкального мышления, воображения, вкуса.
2. эмоциональное восприятие музыкального произведения, определение основного настроения и характера;
3. положительное отношение к предмету ритмики, желание передавать содержание музыки в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;
4. выразительное исполнение музыкально-ритмических композиций в соответствии с характером, средствами музыкальной выразительности, формой музыкального произведения;
5. выполнение детьми различных творческих заданий по созданию музыкальных этюдов (образных и имитационных) на основе сформированных движений (все виды ходьбы, бега, подскоков, галопа).
6. развитие у детей пространственного мышления и пространственное воображения в творческих заданиях по созданию музыкально-ритмических игр, этюдов, танцевальных композиций.
7. умение общаться в танце с партнером, слаженно исполнять танцевальные композиции в коллективе.

*Метапредметными результатами изучения курса ритмики в 1-м. классе являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).*

Регулятивные УУД:

1. принимать учебную задачу;

2. понимать позицию слушателя при восприятии музыкальных образов, характерных особенностей танцев;
3. осуществлять первоначальный контроль своего участия в интересных для него видах музыкально-ритмической деятельности;
4. адекватно воспринимать предложения учителя;
5. принимать музыкально-исполнительскую задачу и инструкцию учителя;
6. принимать позицию исполнителя музыкально-ритмических упражнений, композиций, танцев;
7. воспринимать мнение и предложения сверстников, родителей в отношении исполнения музыкально-ритмических композиций, танцев.

Познавательные УУД:

1. ориентироваться в информационном материале предмета ритмики, осуществлять поиск нужной информации в Музыкальном словаре и других справочниках;
2. использовать простые символические варианты музыкальной записи (термины, основные музыкально-теоретические понятия);
  1. первоначальной ориентации в способах решения исполнительской задачи;
  2. находить в музыкальном тексте разные части;
  3. понимать содержание музыки, средства музыкальной выразительности, форму музыкального произведения;
  4. составлять простое схематическое изображение формы музыкального произведения.

Коммуникативные УУД:

1. воспринимать музыкальное произведение и мнение других людей о музыке;
2. учитывать настроение других людей, их эмоции от восприятия музыки;
3. принимать участие в коллективной музыкально-ритмической деятельности, учиться общаться в паре с партнером;
4. понимать важность исполнения по группам (мальчики хлопают, девочки топают, учитель аккомпанирует, дети танцуют и т.д.);
5. контролировать свои действия в коллективной работе;
6. исполнять со сверстниками музыкальные произведения, выполняя при этом разные функции (ритмическое сопровождение на разных детских инструментах и т.п.);
7. использовать простые речевые средства для передачи мелодии, движения при исполнении движений под музыку;
8. следить за действиями других участников в процессе музыкально-ритмической деятельности.

*Предметными результатами изучения курса ритмики в 1-м классе являются формирование следующих умений:*

1. воспринимать доступную ему музыку разного эмоционально-образного содержания;

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

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся на основе требований хореографических и музыкальных дисциплин. Учебный материал для занятий обширен, основное его содержание составляет упражнения для развития двигательных качеств и упражнения тренировочного характера. Это связано с тем, что одна из задач работы — развитие и совершенствование танцевальных способностей, умений и навыков.

Материал программы включает следующие разделы:

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты.
2. «Танцевальная Азбука»
3. Танец (народный, бальный, современный).
4. «Творческая деятельность»

### **Раздел «Ритмика и элементы музыкальной грамоты».**

С первых уроков дети, приобретают опыт музыкального восприятия. Главная задача педагога создать у детей эмоциональный настрой во время занятий. Отсюда вытекают требования к музыкальному оформлению занятий:

- правильный подбор музыкального произведения в соответствии с исполненным движением;
- художественное и выразительное исполнение музыки, которое является главным методическим приёмом преподавания.



Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 1-4 классов. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

### Раздел «Танцевальная азбука».

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии. Главная задача педагога при изучении движений, положения или позы необходимо разложить их на простейшие составные части, а затем в совокупности этих частей воссоздать образ движения и добиваться от детей грамотного и чёткого их выполнения. Здесь используется подражательный вид деятельности учащихся. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. Одно из направлений творческой деятельности: танцевальная импровизация — сочинение танцевальных движений, комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Творческие задания включаются в занятия в небольшом объёме, или проводятся отдельными уроками по темам.

#### 1 класс

| <b>№ п.п.</b> | <b>Тема раздела</b>                               | <b>Форма</b>      | <b>Ожидаемый результат</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------|---------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1             | Упражнения на ориентировку в пространстве.        | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> - знать пространственные понятия, понятия «исходное положение», «линия», «колонна», «круг»;<br><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;<br><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; |
| 2             | Ритмико-гимнастические упражнения.                | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать названия всех частей тела; знать основные упражнения;<br><b>2 уровень</b> – выполнять несложные движения руками и ногами; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме;<br><b>3 уровень</b> – выполнять задания после показа и по словесной инструкции; придумывать и показывать простейшие упражнения для разных частей тела;                                                                                                                                              |
| 3             | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать музыкальные инструменты; знать звучание музыкальных инструментов; знать и отличать понятия «громко-тихо», «быстро-медленно»;<br><b>2 уровень</b> – начинать и заканчивать движения по сигналу музыки; соотносить темп движений с музыкальным сопровождением;<br><b>3 уровень</b> – определять настроения музыки (веселая, грустная, спокойная); координировать движения в соответствии с характером музыки;                                                                              |
| 4             | Игры под музыку.                                  | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> - знать правила игр;<br><b>2 уровень</b> – целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

|   |                          |                   |                                                                                                                                                                                                                  |
|---|--------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                          |                   | <b>3 уровень</b> – выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ;                                                                            |
| 5 | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать названия движений и упражнений;<br><b>2 уровень</b> – ловко и быстро переходить от одного движения к другому;<br><b>3 уровень</b> – выполнять плясовые движения; уметь работать в паре. |

### 2 класс

| <b>№ п.п.</b> | <b>Тема раздела</b>                               | <b>Форма</b>      | <b>Ожидаемый результат</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------|---------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1             | Упражнения на ориентировку в пространстве.        | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> - знать пространственные понятия, понятие «дистанция»<br><b>2 уровень</b> - сохранять правильную дистанцию в колонне парами;<br><b>3 уровень</b> - организованно 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;<br><b>2 уровень</b> – выполнять общеразвивающие движения в определенном темпе и ритме;<br><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»;<br><b>2 уровень</b> – ощущать смену частей музыкального произведения;<br><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;<br><b>2 уровень</b> – начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки;<br><b>3 уровень</b> – легко, непринужденно выполнять игровые движения;                                                                                                                                                             |
| 5             | Танцевальные упражнения.                          | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать музыку, используемую для отдельных танцев и танцевальных движений;<br><b>2 уровень</b> – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движений;<br><b>3 уровень</b> – легко, непринужденно выполнять игровые и плясовые движения. |

### 3 класс

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

|   |                                                   |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---|---------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                   |                   | первый, второй, третий для построения в колонну;<br><b>3 уровень</b> - ориентироваться в пространстве зала и любого другого помещения;                                                                                                                                                                                                                    |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения.                | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать особенности выполнения упражнений для основных групп мышц;<br><b>2 уровень</b> – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;<br><b>3 уровень</b> – самостоятельно выполнять требуемые упражнения; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; |
| 3 | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения;<br><b>2 уровень</b> – ощущать смену частей музыкального произведения; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;<br><b>3 уровень</b> – уметь четко и быстро скоординировать свои движения под любую, даже не знакомую музыку;                      |
| 4 | Игры под музыку.                                  | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать и повторять текст считалок и танцевальных игр;<br><b>2 уровень</b> – повторять ритм, заданный учителем, задавать ритм самим;<br><b>3 уровень</b> – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые движения;                                                                                                            |
| 5 | Танцевальные упражнения.                          | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать названия танцевальных элементов и комбинаций;<br><b>2 уровень</b> – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;<br><b>3 уровень</b> – приобретение опыта публичного выступления;                                                     |

#### 4 класс

| <b>№ п.п.</b> | <b>Тема раздела</b>                        | <b>Форма</b>      | <b>Ожидаемый результат</b>                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------|--------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1             | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> - знать все пространственные понятия; знать правила работы в группе;<br><b>2 уровень</b> - четко, организованно перестраиваться;<br><b>3 уровень</b> - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь |

|   |                                                   |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---|---------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                   |                   | музыкой;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 2 | Ритмико-гимнастические упражнения.                | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать названия всех упражнений и особенности их выполнения;<br><b>2 уровень</b> – выполнять упражнения с соблюдением всех правил;<br><b>3 уровень</b> – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;                                                                              |
| 3 | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки;<br><b>2 уровень</b> – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки,<br><b>3 уровень</b> – передавать в движении ритмический рисунок мелодии;                                                                                    |
| 4 | Игры под музыку.                                  | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать правила игр;<br><b>2 уровень</b> – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;<br><b>3 уровень</b> – играть, соблюдая правила;                                                                                                                                                                                                  |
| 5 | Танцевальные упражнения.                          | Групповое занятие | <b>1 уровень</b> – знать названия движений народного танца, отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, различать основные характерные движения некоторых народных танцев;<br><b>2 уровень</b> – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением;<br><b>3 уровень</b> – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; |

**Достижение личностных результатов: \_**

- ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
- развитие танцевальных навыков,
- развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
- расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,

- освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
- способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

#### **Достижение базовых учебных действий:**

##### - познавательных учебных действий:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

##### - регулятивных учебных действий:

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

##### - коммуникативных учебных действий:

- работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- обращаться за помощью;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

#### ***Формы, и средства проверки и оценки результатов обучения***

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр; проведении творческих выступлений. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнения им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

- по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений по ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах, участию в различных сценических представлениях;
- по повышению уровня общей и физической культуры;
- по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
- по отношениям в коллективе.

### **3. Учебно-тематический план**

## 1 класс

| № п.п. | Раздел                                                    | Количество часов |          |           |
|--------|-----------------------------------------------------------|------------------|----------|-----------|
|        |                                                           | Всего            | Теория   | Практика  |
| 1      | Упражнения на ориентирование в пространстве               | 7                | 3        | 4         |
| 2      | Ритмико-гимнастические упражнения                         | 11               | 2        | 9         |
|        | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения         | 4                | 1        | 3         |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 5                | 1        | 4         |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц    | 2                | -        | 2         |
| 3      | Упражнения с детскими музыкальными инструментами          | 3                | -        | 3         |
| 4      | Игры под музыку                                           | 5                | 1        | 4         |
| 5      | Танцевальные упражнения                                   | 7                | 2        | 5         |
|        | <b>Итого</b>                                              | <b>33</b>        | <b>8</b> | <b>25</b> |

## 2 класс

| № п.п. | Раздел                                                    | Количество часов |          |           |
|--------|-----------------------------------------------------------|------------------|----------|-----------|
|        |                                                           | Всего            | Теория   | Практика  |
| 1      | Упражнения на ориентирование в пространстве               | 5                | 1        | 4         |
| 2      | Ритмико-гимнастические упражнения                         | 15               | 3        | 12        |
|        | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения         | 7                | 2        | 5         |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 5                | 1        | 4         |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц    | 3                | -        | 3         |
| 3      | Упражнения с детскими музыкальными инструментами          | 4                | 1        | 3         |
| 4      | Игры под музыку                                           | 5                | 2        | 3         |
| 5      | Танцевальные упражнения                                   | 5                | 2        | 3         |
|        | <b>Итого</b>                                              | <b>34</b>        | <b>9</b> | <b>25</b> |

**3 класс**

| № п.п. | Раздел                                                    | Количество часов |        |          |
|--------|-----------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|
|        |                                                           | Всего            | Теория | Практика |
| 1      | <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>        | 6                | 2      | 4        |
| 2      | <b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>                  | 10               | 2      | 8        |
|        | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения         | 4                | 1      | 3        |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 4                | 1      | 3        |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц    | 2                | -      | 2        |
| 3      | <b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>   | 3                | 1      | 2        |
| 4      | <b>Игры под музыку</b>                                    | 8                | 3      | 5        |
| 5      | <b>Танцевальные упражнения</b>                            | 7                | 2      | 5        |
|        | <b>Итого</b>                                              | 34               | 10     | 24       |

**4 класс**

| № п.п. | Раздел                                                    | Количество часов |        |          |
|--------|-----------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|
|        |                                                           | Всего            | Теория | Практика |
| 1      | <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>        | 6                | 2      | 4        |
| 2      | <b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>                  | 12               | 3      | 9        |
|        | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения         | 6                | 2      | 4        |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 4                | 1      | 3        |
|        | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц    | 2                | -      | 2        |
| 3      | <b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>   | 3                | 1      | 2        |
| 4      | <b>Игры под музыку</b>                                    | 6                | 2      | 4        |
| 5      | <b>Танцевальные упражнения</b>                            | 7                | 2      | 5        |
|        | <b>Итого</b>                                              | 34               | 10     | 24       |

## 4. Содержание программы

### 1 класс

#### 1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### 2. Ритмико-гимнастические упражнения

*Общеразвивающие упражнения*

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*

Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

*Упражнения на расслабление мышц*

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

#### 3. Координация движений, регулируемых музыкой

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

#### 4. Игры под музыку

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

#### 5. Танцевальные упражнения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

### 2 класс

#### Содержание программы:

#### 1. Упражнения на ориентирование в пространстве



Ходьба вдоль с поворотами. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами.

## **2. Ритмико-гимнастические упражнения**

### *Общеразвивающие упражнения*

Упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы. Наклоны туловища. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук. Повороты туловища с передачей предмета. Движения рук и ног. Упражнения на выработку осанки.

### *Упражнения на координацию движений*

Перекрестные движения. Сопряженные движения рук и ног. Одновременные движения рук и ног. Ускорение и замедление движений. Смена движений.

### *Упражнения на расслабление мышц*

Встряхивание и раскачивание рук. Раскачивание рук поочередно и вместе. Выбрасывание ног.

## **3. Координация движений, регулируемых музыкой**

Круговые движения. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане.

## **4. Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки. Различение изменений в музыке. Передача в движениях игровых образов. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен.

## **5. Танцевальные упражнения**

Тихая ходьба, пружинящий шаг. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки, хлопки, полька. Переменные притопы. Элементы русской пляски. Движения местных народных танцев.

### **3 класс**

### **Содержание программы:**

#### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве**

Ходьба разным шагом. Чередование видов ходьбы. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три круга. Перестроение из одного круга в концентрические круги. Выполнение движений с предметами.

#### **2. Ритмико-гимнастические упражнения**

### *Общеразвивающие упражнения*

Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях. Поднимание на носках и приседание. Упражнения на выработку осанки.

### *Упражнения на координацию движений*

Одновременные движения рук и ног. Круговые движения ног и рук. Упражнения с предметами. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.

### *Упражнения на расслабление мышц*

Напряжение и расслабление мышцы рук, пальцев, плеча. Перенесение тяжести тела.

## **3. Координация движений, регулируемых музыкой**

Упражнение с барабанными палочками. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

## **4. Игры под музыку**

Передача в движениях частей музыкального произведения. Передача в движении динамического нарастания в музыке. Ускорение и замедление темпа движений. Широкий, высокий бег; элементы движений и танца. Передаче игровых образов. Смена ролей в импровизации. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

## **5. Танцевальные упражнения**

Элементы хороводного танца. Шаг на носках. Шаг польки. Сильные поскоки, боковой галоп. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Элементы русской пляски. Основные движения народных танцев.

### **4 класс**

#### **Содержание программы:**

### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве**

Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

### **2. Ритмико-гимнастические упражнения**

#### *Общеразвивающие упражнения*

Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.

#### *Упражнения на координацию движений*

Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы. Упражнения под музыку. Самостоятельное составление ритмических рисунков. Сочетание хлопков и притопов с предметами.

*Упражнения на расслабление мышц*

Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя

3. **Координация движений, регулируемых музыкой** Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.

4. **Игры под музыку**

Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

5. **Танцевальные упражнения**

Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег Поскоки с продвижением. Элементы народных танцев.

1. класс

| № урока                                            | Тема                                                                                  | К-во часов | Дата | Деятельность учащихся                                                                 | Коррекционная работа                                                                                                                  | Ожидаемый результат                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I четверть</b>                                  |                                                                                       |            |      |                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b> |                                                                                       |            |      |                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                   |
| 1                                                  | Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.           | 1          |      | Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, шеренга            | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем                                                                                  | Уметь 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. |
| 2                                                  | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. | 1          |      | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. | Развитие способности словесному выражению пространственных отношений (движений влево, вправо, назад, вперед, руки вверх-вниз и т. д.) | Уметь равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.                                                           |

|                                                                  |                                                                                                                 |   |  |                                                                                  |                                                                                                   |                                                              |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 3                                                                | Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. | 1 |  | Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений. | Развить подвижность плечевого и шейного отдела.              |
| 4                                                                | Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами                                                 | 1 |  | Движения рук в разных направлениях; наклонить, повернуть туловище вправо, влево. | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.                              | Уметь ритмично выполнять несложные движения руками и ногами. |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b> |                                                                                                                 |   |  |                                                                                  |                                                                                                   |                                                              |
| 5                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднятие и опускание рук.                                       | 1 |  | Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно.                               | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.                              | Научиться быстро, точно и ловко управлять движениями рук.    |
| 6                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук                                    | 1 |  | Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед.                                 | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.                                   |                                                              |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>    |                                                                                                                 |   |  |                                                                                  |                                                                                                   |                                                              |
| 7                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.                                             | 1 |  | Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи.                                | Ощущать напряжение и расслабление мышц, развивать координацию движений рук.                       | Научиться ощущать напряжение и расслабление в теле.          |
| 8                                                                | Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).                          |   |  | Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую.                                   | Нормализация мышечного тонуса, выработка чувства равновесия.                                      |                                                              |
| <b>II четверть</b>                                               |                                                                                                                 |   |  |                                                                                  |                                                                                                   |                                                              |
| <b>Координация движений, регулируемых музыкой</b>                |                                                                                                                 |   |  |                                                                                  |                                                                                                   |                                                              |

|                                |                                                                                        |   |  |                                                                                                 |                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9                              | Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях. | 1 |  | Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы. | Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы.      | Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками.                                                                                                                                                      |
| <b>Игры под музыку</b>         |                                                                                        |   |  |                                                                                                 |                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 10                             | Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки                 | 1 |  | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики       | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания. | Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.                                                                                                                                                                               |
| 11                             | Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке | 1 |  | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики       | Развитие слухового восприятия, коррекция эмоциональной сферы.                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Танцевальные упражнения</b> |                                                                                        |   |  |                                                                                                 |                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 12                             | Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями                         | 1 |  | Прямой галоп. Танцевальные движения. Танец «Барыня»,                                            | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.          | Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой. |
| 13                             | Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.                              | 1 |  | Шагать бодро, спокойно, тихо, топя ногами. «Утята»                                              | Развитие мышечного тонуса, координации движений.                              |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 14                             | Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.                                   | 1 |  | Легкий бег на полупальцах, легкий шаг на полупальцах.                                           | Формирование чувства музыкального темпа.                                      |                                                                                                                                                                                                                                                             |

|    |                                                                        |   |  |                                                        |                                       |  |
|----|------------------------------------------------------------------------|---|--|--------------------------------------------------------|---------------------------------------|--|
| 15 | Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. РК | 1 |  | Галоп. Прыжки на двух ногах с разными положениями рук. | Развитие быстроты и точности реакции. |  |
|----|------------------------------------------------------------------------|---|--|--------------------------------------------------------|---------------------------------------|--|

### III четверть

| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>       |                                                                                                           |   |  |                                                                                                 |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево.         | 1 |  | Движения вперед, назад, направо, налево пляски с хлопками.                                      | Развитие пространственной организации собственных движений, оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение. | Знать простейшие пространственные понятия. Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии.     |
| 17                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга.                       | 1 |  | Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга      | Развитие пространственных представлений, способности словесному выражению пространственных отношений.                                |                                                                                                                                                   |
| 18                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. РК | 1 |  | Простые шаги, шаги на носках. Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад. | Коррекция пространственных представлений, согласованности движений.                                                                  | Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения.                                                               |
| <b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b> |                                                                                                           |   |  |                                                                                                 |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                   |
| 19                                                       | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища                            | 1 |  | Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъем вытянуть. Круговые        | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц.                                                                      | Знать правила постановки корпуса. Запомнить и уметь выполнить ритмико-гимнастические упражнения. Хорошо развита гибкость и пластичность движений. |

|    |                                                                                    |   |  |                                                                            |                                                                 |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--|
|    |                                                                                    |   |  | движения стопой.                                                           |                                                                 |  |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры | 1 |  | Приседания с опорой и без опоры, с предметами                              | Преодоление двигательной скованности движений.                  |  |
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами         | 1 |  | Выставлять ногу на носок в разные стороны<br>пляски с кружением, хлопками. | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц. |  |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 |  | Подъем на полупальцы. Выбатывать осанку.                                   | Выработка правильной осанки, чувства равновесия.                |  |

**Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений**

|    |                                                                                                       |   |  |                                                                                                  |                                                                                |                                                                                                                                                                                              |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.          | 1 |  | Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук. | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. | Знать движения на развитие координации, уметь выполнять их. Хорошо выполнять ранее изученные упражнения, позиции, движения. Самостоятельно исполнять танец на развитие координации движений. |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук                          | 1 |  | Провожать движения рук головой, взглядом                                                         | Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу. |                                                                                                                                                                                              |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник» | 1 |  | Прохлопать простой рисунок пляски с притопами                                                    | Развитие произвольности при выполнении движений и действий.                    |                                                                                                                                                                                              |

**IV четверть**

**Координация движений, регулируемых музыкой**

|                                |                                                                            |   |  |                                                                                                         |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 26                             | Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.    | 1 |  | Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой ритмический рисунок. | Коррекция мелкой моторики, согласованности движений.                             | Знать названия музыкальных инструментов, уметь исполнять простейший ритмический рисунок на барабане и детском пианино. Знать слова стихов и считалок, используемых на уроке. Уметь проговаривать их вместе со звучанием музыкального инструмента. |
| 27                             | Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане | 1 |  | Проговаривать слова стихов, попевок, песен                                                              | Формирование чувства музыкального темпа, восприятия ритмического рисунка.        |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Игры под музыку</b>         |                                                                            |   |  |                                                                                                         |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 28                             | Игры под музыку. Имитационные упражнения.                                  | 1 |  | Изменять направление и формы ходьбы                                                                     | Развитие имитационно-подражательных выразительных движений под музыку.           | Знать правила игр. Владеть имитационно-подражательными движениями. Согласовывать движения с речью.                                                                                                                                                |
| 29                             | Игры под музыку. Движения транспорта, людей.                               | 1 |  | Имитационные игры, движения                                                                             | Развитие имитационно-подражательных выразительных движений.                      |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 30                             | Музыкальные игры с предметами. РК                                          | 1 |  | Музыкальные игры с предметами.                                                                          | Согласование движений с пением.                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Танцевальные упражнения</b> |                                                                            |   |  |                                                                                                         |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 31                             | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски                           | 1 |  | Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2                                                    | Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения). | Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.                                                                                    |
| 32                             | Танцевальные упражнения. Движения парами                                   | 1 |  | Элементы русской пляски. положение рук в                                                                | Развитие умения выполнять совместные действия                                    |                                                                                                                                                                                                                                                   |



|    |                            |   |  |                                                                           |                                                             |
|----|----------------------------|---|--|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
|    |                            |   |  | русском танце.                                                            | и коммуникативных навыков.                                  |
| 33 | Танец «Пляска с притопами» | 1 |  | Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. |

2. класс

| № урока                                                  | Тема                                                                                           | К-во часов | Дата | Деятельность учащихся                                                                                                          | Коррекционная работа                                                                                                                                                   | Ожидаемый результат                                                                                   |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I четверть</b>                                        |                                                                                                |            |      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                       |
| <b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>         |                                                                                                |            |      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                       |
| 1                                                        | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами.                     | 1          |      | Совершенствовать навыки ходьбы, бега. Ходить вдоль стен с чётким поворотом в углах зала. Как строиться, ходить, положение рук. | Развитие пространственных представлений, оптико-пространственной ориентировки в зале через движение.                                                                   | Научиться ходить в четко заданном направлении.                                                        |
| 2                                                        | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. | 1          |      | Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, парами. Как строиться в круг.                                                    | Развитие пространственных представлений: понимание вербальных инструкций, отражающих пространственные отношения и выполнение действий на основе вербальной инструкции. | Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в колонны, шеренги, круги, пары. |
| <b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b> |                                                                                                |            |      |                                                                                                                                |                                                                                                                                                                        |                                                                                                       |
| 3                                                        | Ритмико-гимнастические общеразвивающие                                                         | 1          |      | Развести руки в стороны,                                                                                                       | Развитие точности, координации,                                                                                                                                        | Уметь соблюдать правильное положение тела во время выполнения упражнений.                             |

|                                                                  |                                                                                                             |   |  |                                                                                                     |                                                                 |                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | упражнения.<br>Упражнения с лентами<br>РК                                                                   |   |  | раскачивать их перед собой, упражнения с предметами. Как правильно держать мяч.                     | плавности, переключаемости движений.                            | Отличать понятия «наклон» и «поворот», уметь правильно их исполнить.<br>Уметь согласовывать движения разных частей тела, быстро переключаться с одного движения на другое.       |
| 4                                                                | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы                                | 1 |  | Наклонять и поворачивать голову вперед, назад                                                       | Развитие точности, координации, переключаемости движений.       |                                                                                                                                                                                  |
| 5                                                                | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища                                         | 1 |  | Наклонять и поворачивать корпус в сочетании с движениями рук                                        | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц. |                                                                                                                                                                                  |
| 6                                                                | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук | 1 |  | Поворачивать корпус с передачей предмета                                                            | Коррекция согласованности движений.                             |                                                                                                                                                                                  |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b> |                                                                                                             |   |  |                                                                                                     |                                                                 |                                                                                                                                                                                  |
| 7                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения                            | 1 |  | Движение головой и левой рукой в разных направлениях, перекрестное движение. положение пальцев ног. | Коррекция координации, крупной и мелкой моторики.               | Уметь скоординировать движения разных частей тела под словесную инструкцию.<br>Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой. |
| 8                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения рук и ног                   | 1 |  | Отвести ногу в сторону, назад, в сторону, назад вместе с руками. Положение кистей рук.              | Развитие быстроты и точности реакции.                           |                                                                                                                                                                                  |
| <b>II четверть</b>                                               |                                                                                                             |   |  |                                                                                                     |                                                                 |                                                                                                                                                                                  |

| <b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b> |                                                                                       |   |  |                                                                                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9                                                     | Координационные движения, регулируемые музыкой. Круговые движения руками.             | 1 |  | Круговые движения кистью руки: напряженно и свободно                                                                                               | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.               | Уметь правильно и точно выполнять упражнения пальчиковой гимнастики.                                                                                                                                                           |
| 10                                                    | Упражнения на детских музыкальных инструментах.                                       | 1 |  | Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать другой руки в медленном темпе. Отработать положение ног при выполнении этого упражнения | Развитие подвижности пальцев, координации движений рук, слухового восприятия.      | Знать название предложенного музыкального инструмента, знать правила работы с инструментом и положение тела при игре на нем.                                                                                                   |
| <b>Игры под музыку</b>                                |                                                                                       |   |  |                                                                                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                |
| 11                                                    | Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки | 1 |  | Выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Различать темповые, динамические изменения                                    | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания.      | Передавать в игровых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.; Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой. |
| 12                                                    | Игры под музыку. Различение изменений в музыке РК                                     | 1 |  | Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы. Знать передаваемые образы                           | Формирование чувства музыкального темпа, размера, восприятия ритмического рисунка. |                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Танцевальные упражнения</b>                        |                                                                                       |   |  |                                                                                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                |

|                                                          |                                                                                                     |   |  |                                                                                           |                                                                                |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 13                                                       | Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг.                                              | 1 |  | Ходить тихо, настороженно, мягко, пружинисто, танцевально                                 | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. | Выучить пружинящий шаг.                                                                                                                                              |
| 14                                                       | Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Хлопки. Полька.                      | 1 |  | Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки.                                                     | Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу. | Выучить шаги польки, уметь сочетать их с хлопками.                                                                                                                   |
| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>       |                                                                                                     |   |  |                                                                                           |                                                                                |                                                                                                                                                                      |
| 15                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.    | 1 |  | Построиться в колонну по два человека; построиться в колонну по одному из колонны парами. | Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы.       | Соблюдать правильную дистанцию при перестроениях, уметь из двух колонн выстроиться в одну.                                                                           |
| <b>III четверть</b>                                      |                                                                                                     |   |  |                                                                                           |                                                                                |                                                                                                                                                                      |
| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>       |                                                                                                     |   |  |                                                                                           |                                                                                |                                                                                                                                                                      |
| 16                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги                            | 1 |  | Построение круга из шеренги.                                                              | Развитие пространственных представлений.                                       | Знать все этапы построения круга из шеренги, из двух линий.                                                                                                          |
| 17                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами | 1 |  | Построиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.                                  | Развитие произвольности при выполнении движений и действий.                    | Выполнять манипуляции с предметами во время движения.                                                                                                                |
| <b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b> |                                                                                                     |   |  |                                                                                           |                                                                                |                                                                                                                                                                      |
| 18                                                       | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета РК        | 1 |  | Уклонять и поворачивать голову вперед, туловище назад                                     | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.           | Знать исходное положение выполняемых движений, соблюдать постановку корпуса. Уметь плавно и резко выполнять одно и то же движение. Согласовывать движения рук, ног и |

|                                                                  |                                                                                              |   |  |                                                                                                                |                                                                                                               |                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 19                                                               | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног.                       | 1 |  | Опускать, поднимать предметы перед собой                                                                       | Коррекция согласованности движений.                                                                           | корпуса.<br>Манипулировать предметом в движении.                                                  |
| 20                                                               | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки            | 1 |  | Выставлять ноги вперед поочередно<br>Резко поднимать согнутую в колене ногу                                    | Выработка правильной осанки, чувства равновесия.                                                              |                                                                                                   |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b> |                                                                                              |   |  |                                                                                                                |                                                                                                               |                                                                                                   |
| 21                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 |  | Отвести ногу в сторону, назад, вместе с руками                                                                 | Преодоление двигательного автоматизма движений.                                                               | Уметь управлять частями тела независимо от других частей.                                         |
| 22                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Ускорение и замедление движений   | 1 |  | Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя                                                               | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания, коррекция слухового восприятия. | Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой. |
| 23                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена движений.                   | 1 |  | Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя                                                               | Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения).                              |                                                                                                   |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>    |                                                                                              |   |  |                                                                                                                |                                                                                                               |                                                                                                   |
| 24                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук.     | 1 |  | Выполнять свободное падение рук из исходного положения, из положения руки в стороны. Знать исходное положение. | Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы.                                      | Произвольно напрягать и расслаблять мышцы тела, отдельные группы мышц.                            |
| 25                                                               | Ритмико-гимнастические                                                                       | 1 |  | Раскачивать руки в                                                                                             | Развитие словесной                                                                                            |                                                                                                   |

|    |                                                                          |   |  |                                                       |                                                            |  |
|----|--------------------------------------------------------------------------|---|--|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--|
|    | упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе    |   |  | стороны, перед собой и в сочетании с наклоном корпуса | регуляции действий на основе согласования слова и движений |  |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног | 1 |  | Выбрасывать поочередно правую ногу вперед, левую      | Развитие быстроты и точности реакции.                      |  |

#### IV четверть

|                                                       |                                                                                                       |   |  |                                                                                                          |                                                                         |                                                                      |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b> |                                                                                                       |   |  |                                                                                                          |                                                                         |                                                                      |
| 27                                                    | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне    | 1 |  | Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать пальцы другой в медленном темпе, с ускорением | Развитие произвольности при выполнении движений и действий.             | Передавать ритмический рисунок мелодии.                              |
| 28                                                    | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане | 1 |  | Уметь исполнять восходящие гаммы и нисходящие в пределах пяти нот                                        | Развитие всех видов памяти (зрительной, моторной, слуховой).            | Повторять ритм, заданный учителем.                                   |
| <b>Игры под музыку</b>                                |                                                                                                       |   |  |                                                                                                          |                                                                         |                                                                      |
| 29                                                    | Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов.                                                | 1 |  | Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы            | Формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний. | С помощью невербальных средств передать заданный образ.              |
| 30                                                    | Игры под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением.                                              | 1 |  | Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением                                            | Согласование движений с пением.                                         | Знать текст стихов, попевок и считалок. Соотносить движения с речью. |
| 31                                                    | Игры под музыку. Инсценирование                                                                       | 1 |  | Прохлопывание ритмического                                                                               | Развитие способности к созданию                                         | Передавать в игровой ситуации различные образы.                      |

|                                |                                                      |   |  |                                                                                          |                                                                          |                                                                                                                |
|--------------------------------|------------------------------------------------------|---|--|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                | доступных песен.                                     |   |  | рисунка прозвучавшей мелодии.                                                            | выразительного образа с помощью невербальных средств.                    |                                                                                                                |
| <b>Танцевальные упражнения</b> |                                                      |   |  |                                                                                          |                                                                          |                                                                                                                |
| 32                             | Танцевальные упражнения. Переменные притопы.         | 1 |  | Выполнять притопы переменные, прыжки с выбрасыванием ноги вперед                         | Развитие произвольности при выполнении движений и действий.              | Уметь выполнять переменные шаги и притопы.                                                                     |
| 33                             | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски     | 1 |  | Элементы русской пляски<br>Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением | Согласование движений с пением.                                          | Уметь работать в парах и группе.<br>Исполнять танцевальную комбинацию под музыку, сопровождая движения пением. |
| 34                             | Танцевальные упражнения. движения местных танцев. РК | 1 |  | Выполнять основные движения парами по прямой, по кругу                                   | Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных навыков. |                                                                                                                |

### 3. класс

| № урока                                          | Тема                                                            | К-во час | Дата | Деятельность учащихся                                                                             | Коррекционная работа                 | Ожидаемый результат                                                                 |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I четверть</b>                                |                                                                 |          |      |                                                                                                   |                                      |                                                                                     |
| <b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b> |                                                                 |          |      |                                                                                                   |                                      |                                                                                     |
| 1                                                | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом. | 1        |      | Ходить в соответствии с метрической пульсацией.<br>Знать исходное положение, построение в шеренгу | Развитие пространственной ориентации | Занимать исходное положение для каждого упражнения.<br>Уметь построиться в шеренгу. |
| 2                                                | Упражнения на ориентировку                                      | 1        |      | Чередовать                                                                                        | Развитие быстроты и                  | Уметь быстро переключаться с одного                                                 |

|                                                                  |                                                                                                  |   |  |                                                                                                           |                                                                                                   |                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | в пространстве. Чередование видов ходьбы.                                                        |   |  | ходьбу с приседанием                                                                                      | точности реакции.                                                                                 | вида деятельности на другой.                                                                                                                |
| 3                                                                | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три.                          | 1 |  | Ходить на носочках, пятках. Рассчитываться на 1, 2, 3. знать положение рук при выполнении этих упражнений | Развитие пространственной организации собственных движений.                                       | Уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в колонны по три, шеренги.                                         |
| <b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>         |                                                                                                  |   |  |                                                                                                           |                                                                                                   |                                                                                                                                             |
| 4                                                                | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. | 1 |  | Наклоны, повороты, круговые движения головы                                                               | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений. | Знать и отличать понятия «наклон», «поворот». Уметь выполнять движения в заданных направлениях разными частями тела.                        |
| 5                                                                | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях            | 1 |  | Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища. Знать, определять тип музыки                       | Коррекция переключаемости движений.                                                               |                                                                                                                                             |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b> |                                                                                                  |   |  |                                                                                                           |                                                                                                   |                                                                                                                                             |
| 6                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.     | 1 |  | Взмах ногой в разные стороны с одновременным движением рук. Знать, как соединяются ладошки при хлопке.    | Коррекция согласованности движений.                                                               | Координировать движения рук и ног. Уметь выполнять одноименные и разноименные движения руками и ногами. Уметь сочетать движения с хлопками. |
| 7                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию                                                 | 1 |  | Круговые движения ног в                                                                                   | Развитие точности, координации                                                                    |                                                                                                                                             |



|                                                               |                                                                                                                  |   |  |                                                                                                    |                                                                                |                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
|                                                               | движений. Круговые движения ног и рук.                                                                           |   |  | сочетании с круговым движением рук (правой, левой)                                                 | движений.                                                                      |                                                                                   |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b> |                                                                                                                  |   |  |                                                                                                    |                                                                                |                                                                                   |
| 8                                                             | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча.<br>РК | 1 |  | Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус, стоя на полупальцах. Знать положение головы              | Преодоление мышечных зажимов.                                                  | Уметь быстро расслабить мышцы и сбросить напряжение в теле.                       |
| <b>II четверть</b>                                            |                                                                                                                  |   |  |                                                                                                    |                                                                                |                                                                                   |
| <b>Игры под музыку</b>                                        |                                                                                                                  |   |  |                                                                                                    |                                                                                |                                                                                   |
| 9                                                             | Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения                                           | 1 |  | Передавать в движениях частей музыкального произведения                                            | Развитие выразительности движений.                                             | Уметь слушать и слышать музыку, реагировать на изменения в музыке.                |
| 10                                                            | Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке                                           | 1 |  | Передать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта                           | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания   |                                                                                   |
| <b>Танцевальные упражнения</b>                                |                                                                                                                  |   |  |                                                                                                    |                                                                                |                                                                                   |
| 11                                                            | Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца<br>РК                                                        | 1 |  | Элементы танца по программе, выполнять чётко, красиво. Знать положение рук при выполнении движений | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. | Знать что такое «хоровод», уметь согласовывать движение с речевым сопровождением. |
| 12                                                            | Танцевальные упражнения. Шаг на носках                                                                           | 1 |  | Шаг на носках (простой), шаг на носках на счёт три, четыре                                         | Преодоление двигательных зажимов.                                              | Знать особенности выполнения шага на носках, уметь вступить на разный счёт.       |

|                                                          |                                                                                                   |   |  |                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                          |                                                                                                   |   |  | – опуститься.<br>Шаг польки                                                                                 |                                                                                   |                                                                                                           |
| 13                                                       | Танцевальные упражнения.<br>Шаг польки.                                                           | 1 |  | Высокие подскоки, боковой галоп                                                                             | Развитие быстроты и точности реакции.                                             | Научиться исполнять шаг польки с высоким и длинным подскоком.                                             |
| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>       |                                                                                                   |   |  |                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                           |
| 14                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга        | 1 |  | Перестроиться из одного круга в два, три                                                                    | Развитие оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение. | Знать особенности перестроений из линии и колонны в круги.<br>Уметь работать коллективно и слаженно.      |
| 15                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги | 1 |  | Перестроиться в концентрические круги                                                                       | Развитие умения выполнять совместные действия.                                    |                                                                                                           |
| <b>III четверть</b>                                      |                                                                                                   |   |  |                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                           |
| <b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>    |                                                                                                   |   |  |                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                           |
| 16                                                       | Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.                                      | 1 |  | Сгибать, разгибать, встряхивать, поворачивать руки в разных направлениях. Сжимать, разжимать пальцы в кулак | Коррекция мелкой моторики, подвижности пальцев рук.                               | Научиться игре на барабане, уметь управляться с барабанными палочками. Повторять ритм, заданный учителем. |
| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>       |                                                                                                   |   |  |                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                           |
| 17                                                       | Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами                     | 1 |  | Выполнение движений с лентами, обход их при ходьбе, передаче предметов.                                     | Коррекция двигательных навыков, ловкости, точности.                               | Научиться манипулировать предметом при выполнении перестроений.                                           |
| <b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b> |                                                                                                   |   |  |                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                           |
| 18                                                       | Ритмико-гимнастические общеразвивающие                                                            | 1 |  | Приседать, подниматься на                                                                                   | Развитие различных качеств внимания                                               | Уметь держать осанку и корпус во время движения.                                                          |

|                                                                  |                                                                                                                                       |   |  |                                                                                                                       |                                                                                             |                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                  | упражнения. Поднимание на носках и приседание                                                                                         |   |  | носки (движения делать отдельно и слитно)<br>Круговые движения ног (ступни)<br>Выставлять ногу в разных направлениях. | (устойчивости, переключения, распределения).                                                | Уметь подняться высоко на носочки и низко присесть, при этом соблюдая постановку корпуса.                                                        |
| 19                                                               | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.                                                    | 1 |  | Упражнения на выработку осанки<br>Перелезание через сцепленные руки, через палку.                                     | Выработка правильной осанки, чувства равновесия.                                            |                                                                                                                                                  |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b> |                                                                                                                                       |   |  |                                                                                                                       |                                                                                             |                                                                                                                                                  |
| 20                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами                                                    | 1 |  | Выполнять упражнения на координацию движений с предметами                                                             | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений.              | Повторять любой ритм, заданный учителем;<br>Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами). |
| 21                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. | 1 |  | Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами)                   | Формирование чувства ритма, восприятия ритмического рисунка.<br>Развитие всех видов памяти. |                                                                                                                                                  |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>    |                                                                                                                                       |   |  |                                                                                                                       |                                                                                             |                                                                                                                                                  |
| 22                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела                                                      | 1 |  | Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую, из стороны в сторону                                                  | Коррекция восприятия своего тела и отдельных его частей.                                    | Уметь ощущать вес собственного тела, переносить тяжесть тела с ноги на ногу.                                                                     |

| <b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b> |                                                                                                     |   |  |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                  |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| 23                                                    | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах        | 1 |  | Исполнять гаммы в пределах одной октавы обеими руками (отдельно).                          | Коррекция слухового восприятия, мелкой моторики руки.                                 | Знать что такое «гамма», научиться исполнять ее на музыкальном инструменте.      |
| 24                                                    | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. РК | 1 |  | Составить простой ритмический рисунок повторять любой ритм, заданный учителем.             | Развитие произвольности при выполнении движений и действий.                           | Исполнять ритмы различных мелодий на барабане или бубне.                         |
| <b>Игры под музыку</b>                                |                                                                                                     |   |  |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                  |
| 25                                                    | Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений                                              | 1 |  | Прохлопывать несложный ритмический рисунок                                                 | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания.         | Уметь скоординировать свои движения в соответствии с характером и темпом музыки. |
| 26                                                    | Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца                                    | 1 |  | Пружинные движения, плавные, спокойные. Самостоятельно ускорять, замедлять темп упражнений | Развитие произвольности при выполнении движений и действий.                           | Знать понятия «ширина», «высота». Уметь использовать эти понятия в игре.         |
| <b>IV четверть</b>                                    |                                                                                                     |   |  |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                  |
| <b>Игры под музыку</b>                                |                                                                                                     |   |  |                                                                                            |                                                                                       |                                                                                  |
| 27                                                    | Игры под музыку. Передача игровых образов.                                                          | 1 |  | Передавать образ при инсценировке песни                                                    | Развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств. | Передавать в игровых и плясовых движениях различные образы.                      |
| 28                                                    | Игры под музыку. Смена ролей в импровизации.                                                        | 1 |  | Передавать в движении                                                                      | Формирование способности к                                                            | Уметь импровизировать, исполнять разнохарактерные роли.                          |

|                                |                                                                      |   |  |                                                                    |                                                                                         |                                                                                                                                                             |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---|--|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                |                                                                      |   |  | развернутый сюжет                                                  | пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов. |                                                                                                                                                             |
| 29                             | Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами                 | 1 |  | Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их. | Развитие воображения, коррекция психических процессов.                                  | Развить способность воображать предмет и манипулировать воображаемым предметом.                                                                             |
| 30                             | Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением РК | 1 |  |                                                                    | Согласование движений с пением.                                                         | Уметь согласовывать речь с движением и игрой.                                                                                                               |
| <b>Танцевальные упражнения</b> |                                                                      |   |  |                                                                    |                                                                                         |                                                                                                                                                             |
| 31                             | Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп              | 1 |  | Двигаться парами по кругу лицом, боком                             | Развитие умения выполнять совместные действия.                                          | Уметь выполнять одно и то же движение в паре, одинаково и синхронно. Двигаться по кругу, соблюдая дистанцию и одновременно выполнять танцевальные движения. |
| 32                             | Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.     | 1 |  | Двигаться парами по кругу лицом, боком                             | Коррекция коммуникативных навыков.                                                      |                                                                                                                                                             |
| 33                             | Танцевальные упражнения Элементы русской пляски                      | 1 |  | Элементы русской пляски на месте, с передвижениями                 | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.                    | Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка.                                                                                             |
| 34                             | Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев            | 1 |  | Выполнять основные движения народных танцев                        | Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу.          |                                                                                                                                                             |

4 класс

| № | Тема | К-во | Дата | Деятельность | Коррекционная | Ожидаемый результат |
|---|------|------|------|--------------|---------------|---------------------|
|---|------|------|------|--------------|---------------|---------------------|

| урока                                                            |                                                                                                              | часов |  | учащихся                                                      | работа                                                                    |                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I четверть</b>                                                |                                                                                                              |       |  |                                                               |                                                                           |                                                                                                                                                         |
| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>               |                                                                                                              |       |  |                                                               |                                                                           |                                                                                                                                                         |
| 1                                                                | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре                                | 1     |  | Перестроиться из колонны по одному в колонну по четыре        | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем                      | Чётко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки.                                                                              |
| 2                                                                | Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение в шахматном порядке                                  | 1     |  | Перестроиться в шахматном порядке (из колонны)                | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем                      |                                                                                                                                                         |
| 3                                                                | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.                                 | 1     |  | Построиться из нескольких колонн в круги, сужая их и расширяя | Развитие пространственных представлений                                   |                                                                                                                                                         |
| <b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>         |                                                                                                              |       |  |                                                               |                                                                           |                                                                                                                                                         |
| 4                                                                | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища                                | 1     |  | Круговые движения головы (с акцентом). Движения кистями рук.  | Коррекция согласованности движения рук с движением туловища, головы.      | Отмечать в движении акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.                                  |
| 5                                                                | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч                                    | 1     |  | Круговые движения плечами: вверх, вниз, вперед, назад         | Соотнесение темпа и ритма                                                 |                                                                                                                                                         |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b> |                                                                                                              |       |  |                                                               |                                                                           |                                                                                                                                                         |
| 6                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы | 1     |  | Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы             | Коррекция согласованности движения рук с движением ног, туловища, головы. | Уметь координировать свои действия и движения. Выполнять упражнения в разных темпах. Соотносить темп музыки с характером и темпом собственных движений. |
| 7                                                                | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений.                                                   | 1     |  | Выполнять упражнения с ускорением. С                          | Развивать умение соотносить темп и ритм                                   |                                                                                                                                                         |

|                                                               |                                                                                                             |   |  |                                                                                                                                                      |                                                                                                          |                                                                         |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
|                                                               | Упражнения под музыку.<br>РК                                                                                |   |  | замедлением<br>Поднимать голову,<br>корпус с позиции<br>на корточках                                                                                 |                                                                                                          |                                                                         |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b> |                                                                                                             |   |  |                                                                                                                                                      |                                                                                                          |                                                                         |
| 8                                                             | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. | 1 |  | Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.                                                                                                  | Развивать у детей подвижность, ощущать напряжение и расслабление мышц                                    | Научиться прыгать в разных направлениях.                                |
| <b>II четверть</b>                                            |                                                                                                             |   |  |                                                                                                                                                      |                                                                                                          |                                                                         |
| <b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>       |                                                                                                             |   |  |                                                                                                                                                      |                                                                                                          |                                                                         |
| 9                                                             | Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино                               | 1 |  | Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. | Развивать у детей подвижность пальцев, координацию движений рук.                                         | Слышать и распознавать в музыке ритмический рисунок, акцент.            |
| <b>Игры под музыку</b>                                        |                                                                                                             |   |  |                                                                                                                                                      |                                                                                                          |                                                                         |
| 10                                                            | Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка                                                   | 1 |  | Упражнения на передачу ритмических рисунков темповых и динамических изменений в музыке                                                               | Развивать у детей слуховое восприятие, координацию движений рук.                                         | Задавать ритм мелодии одноклассникам и уметь его проверять.             |
| 11                                                            | Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей                                             | 1 |  | Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.                                     | Развивать у детей подвижность пальцев, ощущать напряжение и расслабление мышц, координацию движений рук. | Слышать изменения в музыке и быстро реагировать на них сменой движения. |
| <b>Танцевальные упражнения</b>                                |                                                                                                             |   |  |                                                                                                                                                      |                                                                                                          |                                                                         |

|    |                                                            |   |  |                                                                                      |                                                                                           |                                                                              |
|----|------------------------------------------------------------|---|--|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 12 | Танцевальные упражнения.<br>Галоп                          | 1 |  | Упражнения на различение элементов народных танцев.                                  | Развитие восприятия, памяти, быстроты реакции.                                            | Уметь выполнять галоп в паре и по кругу.                                     |
| 13 | Танцевальные упражнения.<br>Круговой галоп                 | 1 |  | Разучивание народных танцев                                                          | Развитие умения работать сообща, в паре, в группе.                                        |                                                                              |
| 14 | Танцевальные упражнения.<br>Присядка                       | 1 |  | Танцевальный элемент «присядка».                                                     | Развитие координации, подвижности, ловкости.                                              | Исполнять присядку, соблюдая правильную осанку, быстро и ловко выпрямляться. |
| 15 | Танцевальные упражнения.<br>Элементы русской пляски.<br>РК | 1 |  | Пружинящий бег. Простые шаги вперед, назад. Три простых шага, притоп (вперед, назад) | Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца | Уметь исполнить танцевальную комбинацию из шагов, притопов и хлопков.        |

### III четверть

|                                                       |                                                                                            |   |  |                                                                                                                                     |                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b> |                                                                                            |   |  |                                                                                                                                     |                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                        |
| 16                                                    | Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей.              | 1 |  | Вращать кистями рук по кругу, пальцы сжаты в кулак<br>Противопоставлять один палец остальным. Двигать руками в разном направлении   | Развивать у детей подвижность пальцев, ощущать напряжение и расслабление мышц, координацию движений рук.        | Уметь выполнять элементы пальчиковой гимнастики под музыку.                                                                                                                                            |
| <b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>    |                                                                                            |   |  |                                                                                                                                     |                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                        |
| 17                                                    | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели | 1 |  | Перестроиться из простых и концентрированных кругов в «звездочки» и «карусели». Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем, учить перестраиваться с образованием кругов, «звездочек», | Ориентироваться в пространстве зала, владеть пространственными понятиями.<br>Знать фигуры-построения: линия, колонна, круг, карусель, звездочка.<br>Уметь перестраиваться во все перечисленные фигуры. |



|                                                                  |                                                                                                                        |   |  |                                                                                                    |                                                                                                               |                                                                     |
|------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
|                                                                  |                                                                                                                        |   |  | линии из угла в угол.                                                                              | «каруселей».                                                                                                  |                                                                     |
| 18                                                               | Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | 1 |  | Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против                                          | Умение находить центр помещения.                                                                              |                                                                     |
| 19                                                               | Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения                   | 1 |  | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем; развитие ловкости, быстроты реакции, точность движений. |                                                                     |
| <b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>         |                                                                                                                        |   |  |                                                                                                    |                                                                                                               |                                                                     |
| 20                                                               | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук                                                 | 1 |  | Выбрасывать руки вперед, в стороны, вверх                                                          | Коррекция согласованности движений рук.                                                                       | Знать упражнения для рук, ног, корпуса, спины и уметь их выполнять. |
| 21                                                               | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища                               | 1 |  | Поворачивать корпус с передачей предметов                                                          | Коррекция согласованности движения рук с движением туловища.                                                  |                                                                     |
| 22                                                               | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног.                                             | 1 |  | Выставлять ногу во все стороны (начиная вправо)                                                    | Коррекция согласованности движения рук с движением ног.                                                       |                                                                     |
| 23                                                               | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.                                     | 1 |  | Ходить на внутренних краях стопы                                                                   | Развитие мышечного аппарата, правильной осанки.                                                               |                                                                     |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b> |                                                                                                                        |   |  |                                                                                                    |                                                                                                               |                                                                     |
| 24                                                               | Ритмико-гимнастические упражнения на                                                                                   | 1 |  | Поочередные хлопки над                                                                             | Развитие координации,                                                                                         | Уметь без помощи учителя составить ритмический рисунок и            |

|                                                               |                                                                                                          |   |  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                  |                                                                        |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
|                                                               | координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков                                   |   |  | головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельно составить ритмический рисунок, прохлопать его                                                                                                     | слухового восприятия, соотношение темпа и ритма. | продемонстрировать его одноклассникам.                                 |
| 25                                                            | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК | 1 |  | Сочетание хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).                                                                                                                                              | Развитие моторных навыков                        | Уметь согласовывать движения.                                          |
| <b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b> |                                                                                                          |   |  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                  |                                                                        |
| 26                                                            | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя     | 1 |  | С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка). | Ощущать напряжение и расслабление мышц.          | Уметь расслаблять и напрягать мышцы, выполняя имитационные упражнения. |
| <b>IV четверть</b>                                            |                                                                                                          |   |  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                  |                                                                        |
| <b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>         |                                                                                                          |   |  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                  |                                                                        |
| 27                                                            | Координационные движения, регулируемые                                                                   | 1 |  | Выполнять несложные                                                                                                                                                                                                        | Коррекция подвижности пальцев                    | Понимать ритм услышанной мелодии, уметь его повторить.                 |

|                                |                                                                                                   |   |  |                                                                              |                                                                                           |                                                                                   |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
|                                | музыкой. Передача основного ритма знакомой песни.<br>Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике. |   |  | упражнения песни.                                                            | рук, мелкой моторики                                                                      |                                                                                   |
| <b>Игры под музыку</b>         |                                                                                                   |   |  |                                                                              |                                                                                           |                                                                                   |
| 28                             | Игры под музыку. Начало движения.                                                                 | 1 |  | Самостоятельно менять движения в соответствии со сменой музыкальных фраз     | Коррекция концентрического внимания, восприятия.                                          | Начинать движение вместе с началом музыки.                                        |
| 29                             | Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.                                | 1 |  | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии | Совершенствование памяти, внимания, восприятия.                                           | Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки                 |
| 30                             | Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.                                   | 1 |  | Разучивать и придумывать новые варианты игр                                  | Коррекция внимания; совершенствование мышления, памяти.                                   | Самостоятельно составить несложную танцевальную комбинацию из выученных движений. |
| 31                             | Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.                                           | 1 |  | Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка песен, сказки            | Коррекция внимания; совершенствование речевых навыков, развитие дыхательного аппарата.    | Четко и ясно проговаривать игровые считалочки, попевки, песни.                    |
| <b>Танцевальные упражнения</b> |                                                                                                   |   |  |                                                                              |                                                                                           |                                                                                   |
| 32                             | Танцевальные упражнения. Шаг кадрили                                                              | 1 |  | Подскоки с продвижением вперед, назад, на месте                              | Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца | Уметь выполнять шаг кадрили.                                                      |
| 33                             | Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением РК                                 | 1 |  | Разучивание народных танцев                                                  | Развитие координации, подвижности, ловкости, быстроты                                     | Отличать танцевальные шаги друг от друга, правильно их называть и выполнять.      |

|    |                                                       |   |  |                                                                                     |                                                                      |                                                                              |
|----|-------------------------------------------------------|---|--|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                       |   |  |                                                                                     | реакции.                                                             |                                                                              |
| 34 | Танцевальные упражнения.<br>Элементы народных танцев. | 1 |  | Двигаться парами по кругу лицом, боком. Выполнять основные движения народных танцев | Коррекция эмоциональной сферы, развитие точности, четкости движений. | Знать и выполнять движения народных танцев индивидуально, в парах, по кругу. |

### 5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

#### Программно-методические материалы:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой. Подготовительный класс, 1 – 4 класс (автор – А.А. Айдарбекова). - М., «Просвещение», 2009 г.

#### Материально-техническое обеспечение:

- технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),
- детские музыкальные инструменты: флейта, трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
- дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

#### Методическая литература:

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
4. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
5. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затымина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

#### Дополнительная литература для учителя и учащихся:

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика.-СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.
2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.
3. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: 2000.-112 с.
4. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.
5. Петрова Т. И., Сергеева Е. Л., Петрова Е. С. Театрализованные игры в детском саду.- М. : Издательство « Школьная Пресса», 2000.
6. Чурилова Э. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников: Программа и репертуар.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 160 с.

## Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
- Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>

### **6. Приложения**

#### **РИТМИЧЕСКИЕ ИГРЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ НА УРОКАХ**

##### **Бабочки**

**Цель:** развитие наблюдательности, внимания, творчества.

Все играющие имитируют бабочек: легко и красиво двигаются под музыку. Ведущий наблюдает. Музыка прекращается, и все превращаются в застывшие красивые фигуры. Ведущий выбирает лучшую «бабочку», которая становится ведущей в следующей игре.

##### **Мультяшки**

**Цель:** развитие творчества, умение в движении передать особенности мультипликационных героев.

Звучит музыка. Ведущий предлагает героев мультфильма, которого надо изобразить, придумать для него одно характерное движение или несколько танцев. Тот, кто справится с танцем лучше всех, получает очко. В конце игры очки подсчитывается.

##### **Будь внимателен!**

**Цель:** развитие ловкости, внимания.

Играющие становятся перед ведущим. Звучит музыка. Ведущий предлагает участникам поиграть с разными предметами, но под музыку: ведущий мяч, а участник ведущему и т.д. Выигрывает тот, кто точно под музыку производит бросок. Прodelать то же самое с кеглей, платком, кубиком и с другими предметами по усмотрению ведущего.

##### **После дождя**

**Цель:** развитие творчества, пластичности, мимики и пантомимики.

Под звучание музыки различных жанров, играющие должны изобразить:

-идёт дождь (руками)

-прохожие идут по лужам (можно с зонтиками)

-солнышко засияло

-всем весело

-природа ожила (раскрываются цветы, летают птички, пчёлы и бабочки)

Ведущий внимательно наблюдает за играющими, даёт задание и отмечает тех, кто лучше всех выполняет его. Эти лучшие исполнители становятся в центр и ещё раз все вместе показывают, как красиво они выполняют задание.

##### **Передай платочек**

**Цель:** развитие ловкости, творчества, музыкального слуха, чувства такта в процессе группового общения.

Участники выстраиваются в круг. Под музыку играющие передают платочек, приседая на сильную долю такта. Как только музыка заканчивается, передача платка прекращается. Тот, у кого платочек остался в руках, выходит на середину круга, исполняя свой собственный танец, остальные поддерживают его хлопками.

### **Приглашение**

**Цель:** развитие памяти, творчества, культуры поведения в процессе группового общения.

Все играющие становятся в круг. Под музыку водящий ходит внутри круга, останавливаясь перед кем-либо из играющих и сделав поклон, приглашает следовать за собой. Следуя вдвоём, водящий вновь останавливается перед кем-либо и таким образом приглашает несколько человек. Водящий двигается любым(по желанию) танцевальным шагом и все идущие за ним повторяют движения или шаг. Неожиданно музыка заканчивается - все разбегаются и становятся в общий круг(в любом месте). Кто опоздал становится новым водящим.

### **ПЛАСТИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ**

#### **Кактус и ива**

**Цель:** развивать умение владеть мышечным напряжением, ориентироваться в пространстве, координировать движение.

Под музыку дети двигаются по залу. По команде педагога «Кактус», ученики останавливаются и принимают позу «кактуса» (кто как его представляет), с продолжением музыки дети возобновляют движение. По команде «ива»-принимают позу ивы. Движение продолжается, команды чередуются. По окончании игры педагог или сами ученики выделяют лучшего игрока.

#### **Мокрые котята**

**Цель:** умение снимать поочерёдно с мышц рук, шеи, корпуса; двигаться в рассыпную мягким, пружинящим шагом.

Дети двигаются по залу в рассыпную мягким, пружинистым шагом, как котята. По команде «дождь» садятся на корточки и сжимаются в комочек, напрягая все мышцы. По команде «солнце» медленно встают и стряхивают «воду по очереди с каждой из четырёх лап, с головы и хвостика, снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.

#### **В царстве золотой рыбки**

**Цель:** развитие творчества, фантазии, мимики, пластичности, гибкости.

В морском царстве золотой рыбки покой и тишина. Его обитатели занимаются своими делами: плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрываются и закрываются раковины, быстро перемещается по дну краб( можно добавлять любые другие персонажи).

#### **Снегурочка**

**Цель:** развитие творчества, фантазии, мимики.

Наступила весна. Вся природа оживает и расцветает. Грустно лишь одной Снегурочке: солнечные тёплые лучи несут ей гибель; она прощается совсем, что ей дорого и медленно тает...

#### **Вальс бабочек**

**Цель:** развивать умение подражать движениям насекомых, легко и мягко передвигаться по залу, выполнять плавные движения руками.

На летнем лугу летают бабочки. Одни собирают нектар с цветов, другие любят свои пёстрые крылышками. Лёгкие и воздушные, они порхают и кружат в своём вальсе.

#### **Пальма**

**Цель:** напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

«Выросла пальма большая -ребольшая»; руки вытянуть вверх, потянуться за руками, посмотреть на них.

«Завяли листочки»; уронили кисти рук.

«Ветви»; уронили руки от локтя.

«И вся пальма»; уронили руки вниз. Упражнение можно выполнять поочерёдно каждой рукой.