1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993г. (статья 43)
2. Федеральный закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года. Федеральный закон принят Госдумой 21 декабря 2012 года и одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года.
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерацииот07.06.2013 N ИР-535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей»;
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
6. Инструктивное письмо Минобразования и науки РФ от 16.02.2015г. № ВК – 333/07 «Об организации работы по введению ФГОС образования обучающихся с ОВЗ»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 г. № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-1 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
8. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (далее ПрАООП НОО обучающихся с ЗПР) одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)
9. Примерные рабочие программы для 1 дополнительного и 1 классов по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с задержкой психического развития одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (от 04.07.2017. Протокол №3/17)

Курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения, удовлетворяя особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР. В рамках данного курса осуществляется развитие двигательной сферы, способствующее совершенствованию произвольной регуляции деятельности, эстетическому воспитанию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца, решению психокоррекционных задач и формированию здорового образа жизни.

***Общая цель*** занятий ритмикой заключается в развитии двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

В соответствии с обозначенными во ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ особыми образовательными потребностями определяются ***общие задачи коррекционного курса***:

* развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
* развитие выразительности движений и самовыражения;
* развитие мобильности;
* коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
* развитие общей и речевой моторики;
* развитие ориентировки в пространстве;
* формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

***В 1 классе обозначенные задачи конкретизируются следующим образом:***

* развитие восприятия музыки в исполнении педагога и аудиозаписи для формирования умений различать и опознавать музыку по темпу, плавности и силе звучания;
* формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственной ориентировки и координации, четкости и точности движений;
* овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая гимнастика, танец);
* овладение различными формами движения через выполнение их под музыку (ходьба, бег, танцевальные упражнения и др.);
* развитие физической выносливости и силы мышц всего тела;
* развитие чувства ритма и выразительности движений;
* эстетическое и эмоциональное развитие обучающихся с ЗПР через приобщение к музыке и танцам;
* коррекция познавательной сферы обучающихся с ЗПР и совершенствование регуляции поведения и деятельности.

В 1 классе коррекционный курс ритмики включает базовые упражнения, предполагающие скоординированные движения в соответствии с темпом и ритмом музыки. Это позволит в дальнейшем обеспечивать речевое сопровождение движений, согласующихся с музыкой.

Цель программы - приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Задачи:

* формирование необходимых двигательных навыков, развитие музыкального слуха и чувство ритма;
* совершенствование жизненно-важных навыков и умений чувствовать и ощущать музыкальный ритм посредством обучения ритмическим движениям;
* развитие интереса к занятиям ритмикой, формам активного досуга, развитие координации движения, эстетического вкуса, художественно-творческой и танцевальной способности, фантазии, памяти, кругозора;
* развитие двигательных качеств: силы, выносливости, быстроты, гибкости, танцевальных навыков;
* формирование красивой осанки, выразительности пластики движений и жестов в танцах, играх, хороводах, упражнениях;
* улучшение психического состояния, повышение работоспособности и двигательной активности;
* воспитание умений работать в коллективе;

***Во 2-4 классе обозначенные задачи конкретизируются следующим образом:***

* 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

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Ритмика -это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки.  Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку с использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки  удобно использовать при проведении детских утренников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Содержанием работы на уроках  ритмики  является музы­кально –ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают спо­собность переживать содержание музыкального образа.Занятия  ритмикой  эффективны для воспитания положи­тельных качеств личности. Выполняя упражнения на про­странственные построения, разучивая парные танцы и пляс­ки, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки органи­зованных действий, дисциплинированности, учатся вежли­во обращаться друг с другом.

Программа   по   ритмике  состоит из четырёх разделов:

* Ритмика, элементы музыкальной грамоты
* Танцевальная азбука
* Танец
* Творческая деятельность

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занима­ясь конкретным видом музыкально-ритмической деятель­ности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам  программы  в изложенной последовательности. Од­нако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел, различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Основное содержание первого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных на­выков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Задания на координацию движений рук лучше прово­дить после выполнения ритмико-гимнастических упражне­ний, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двига­тельный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зай­чик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошеч­ка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

После того как ученики научатся самостоятельно изоб­ражать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (1-й класс ), в которых надо раскрыть не только образ, но и об­щее содержание. В дальнейшем (2-й,3 класс) предлагается инс­ценирование хорошо известных детям сказок.

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выра­зительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, ос­воение хорового шага связано со спокойной русской мело­дией, а топающего - с озорной плясовой. Почувство­вать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развива­ющий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, го­пак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными дви­жениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, пере­менчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях харак­терные особенности танцев разных национальностей (русский, украинский, кубанский –казачий, адыгский)

1. **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Рабочая программа рассчитана на в 1-ом классе 33 часа в год (1 раз в неделю), во 2-ых, 5- классах, на изучение в каждом классе отведено 34 часа в год (1 час в неделю).

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № раздела | Тема | Количество часов | | | | |
| 1 класс | 2 класс | 3 класс | 4 класс | 5 класс |
| 1 | Раздел «Ритмика, элементы музыкальной грамоты»  Элементы музыкальной грамоты.  Музыкально - ритмические упражнения, гимнастика.  Построения и перестроения.  Слушание музыки.  Гимнастика. | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| 2 | Раздел «Танцевальная азбука»  Элементы Классического танца.  Элементы Народно - сценического танца. | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| 3 | Раздел «Танец»  Детские бальные и народные танцы.  Образные танцы (игровые).  Постановка танцевальной композиции. | 8 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| 4 | Раздел «Творческая деятельность»  Игровые этюды.  Музыкально - танцевальные игры. | 7 | 8 | 8 | 8 | 8 |
| ИТОГО | | 33 | 34 | 34 | 34 | 34 |

**4.ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО КУРСА**

Изучение курса «Ритмика» тесно связано с изучением учебных предметов «Музыка», «Физическая культура», а также курсом «Психокоррекционные занятия». Его реализация может быть связана с выполнением программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, направленной на поддержание физического и психологического здоровья обучающихся.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность определять содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Ритмико-гимнастические упражнения, способствуют выработке у обучающихся с ЗПР необходимых музыкально-двигательных навыков. Необходимы задания на выработку координированных движений, основная цель которых - научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Во время проведения игр под музыку перед педагогом стоит задача научить детей создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен подобрать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (для подпрыгивания), «кошечка» (для мягкого шага), «мячик» (для подпрыгивания и бега) и т. п. Объясняя задание, желательно не подсказывать детям вид движения (надо говорить: «Будете двигаться как…», а не «Бегать», «Прыгать», «Шагать»).

Обучению детей с ЗПР танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего – с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

У обучающихся с ЗПР необходимо формировать связь между музыкой и движениями (ритмико-гимнастические упражнения), движениями и речью (упражнения под проговаривание стихов). Музыка и танец позволяют обобщить умения и навыки, полученные при изучении первых двух разделов.

В зависимости от целей и задач конкретного занятия педагог может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению). Структура занятий предполагается достаточно свободная, позволяющая сформировать необходимые умения и навыки. В начале и в конце каждого занятия должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Каждое занятие предполагает повторение пройденного на предыдущих. Это обязательно для занятий ритмикой, так как основная его часть включает как повторение, так и изучение нового материала. Большинство упражнений выполняется под музыку. Обязательным для каждого занятия является комплекс общеразвивающих упражнений. Он определяется в зависимости от физических особенностей обучающихся с ЗПР.

На занятиях ритмикой особое внимание уделяется не только развитию ритмической, но и эмоционально-действенной связи музыки и танца. Танец решает те же задачи эстетического развития и воспитания что и музыка. В музыке заложены содержание и характер любого танцевального произведения. Не может быть танца без музыки, без ритма. Обучение искусству танца происходит параллельно с музыкальным воспитанием: дети учатся понимать, слушать и слышать музыку, органически сливать в единое целое движение и музыку.

Эта программа является модифицированной, она рассчитана на физическое, эмоциональное и нравственное развитие и совершенствование детей. Программа нацелена на личностное развитие ребенка.

Методические аспекты освоения программы

В курсе обучения хореографии применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова- универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

рассказ,

беседа,

обсуждение,

объяснение,

словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Основным принципом в освоении программы данного курса, являются правила, «от простого к сложному», «от медленного к быстрому», «посмотри и повтори», «осмысли и выполни», «от эмоций к логике», «от логики к ощущению».

Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения, его ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно. Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения.

В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец начинается «от печки», и следует показать и объяснить в последовательности:

* куда идём (как переносим вес);
* как ставим ногу (как работает стопа);
* что делает колено;
* как работают бедра;
* что делает корпус;
* как танцуют руки;
* куда направлен взгляд (что делает голова).

Успешное освоение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству.

На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь - жест - музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание. В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Программа «Ритмика» предназначена для преподавания основ хореографического искусства с первого по пятый класс в режиме учебных занятий. Программа является основой занятий на уроке. Она предусматривает систематическое и последовательное обучение. Однако, учитель, придерживаясь содержания программы, может творчески подходить к проведению занятий.

**5.ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Личностные результаты:

* сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
* любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.
* умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все иг­ровые и плясовые движения.

Метапредметные результаты:

* умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
* учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
* планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
* самовыражение ребенка в движении, танце.

Предметные результаты:

Учащиеся должны уметь:

* понимать и принимать правильное исходное положение в соответ­ствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* самостоятельно определять нужное направление движе­ния по словесной инструкции учителя, по звуковым и му­зыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музы­ку, выполнять общеразвивающие упражнения в определен­ном ритме и темпе;
* правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, подскок».
* учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
* формулировать собственное мнение и позицию;
* договариваться и приходить к общему решению в совме­стной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения инте­ресов;
* умение координировать свои усилия с усилиями других.

**6. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА.**

Задача - через образное восприятие обогатить набор движений, развить их координацию, разработать мышцы стопы, научить ориентироваться в зале, выполнять команды.

Народный танец.

Изучаются основные движения и вариации из них, а также некоторые популярные танцы, которые развивают чувство ритма, координацию движений, умение двигаться под музыку, коммуникабельность. Улучшается память, внимание, внутренняя организация. Обучить отдельным бальным танцам, задача которых - отработка корпусного движения, правильного и полного переноса тела, точной работы стопы.

Знания, умения и навыки к концу обучения.

1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты:

* уметь правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка;
* чувствовать характер музыки и передавать его с концом музыкального произведения;
* уметь тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4;
* отмечать в движении сильную долю такта;
* уметь самостоятельно ускорять и замедлять темп движений;
* отмечать в движении музыкальные фразы, акценты; несложный ритмический рисунок;
* иметь понятия и трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш- песня-танец;
* выразительно двигаться в соответствии с музыкальными образами;
* иметь навыки актёрской выразительности;
* распознать характер танцевальной музыки;
* иметь понятие о детальных оттенках музыки, о звуковысотности;
* иметь понятия об основных танцевальных жанрах: полька, вальс, пляска, диско;
* исполнять движения в характере музыки - четко, сильно, медленно, плавно;
* знать темповые обозначения, слышать темпы применительно к движениям;
* уметь отсчитывать такты, определять на слух музыкальные размеры;
* различать особенности танцевальной музыки: марш, вальс, полька, пляска, хоровод и т. д.;
* уметь анализировать музыку разученных танцев;
* слышать и понимать значение вступительных и заключительных аккордов в упражнении.

2. Танцевальная азбука:

* знать позиции ног и рук классического танца, народно - сценического танца; усвоить правила постановки корпуса;
* уметь исполнять основные упражнения на середине зала;
* знать танцевальные термины: выворотность, координация, название упражнений;
* знать и уметь исполнять танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп, подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковырялочка, моталочка, молоточек, маятник, элементы флотского танца в простой комбинации;
* освоить технику исполненных упражнений в более быстром темпе;
* иметь навык выворотного положения ног, устойчивости, координации движений;
* знать правила исполнения упражнений народного тренажа и их названия; знать положения стопы, колена, бедра - открытое, закрытое;
* уметь исполнять основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) - вращения на месте и в движении, дроби простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопушкой, на полном приседаннии и с прыжком.

3. Танец: (понятия: музыкально, красиво, эмоционально, выразительно, синхронно) В конце 1-го - года обучения дети должны уметь исполнить: веселую польку на подскоках, вальс в три па, свой национальный танец, танцевальную композицию, построенную на изученных танцевальных движениях.

В конце 2- 3 года обучения дети должны уметь исполнять: фигурную польку, вальс, русские танцы с использованием элементов хоровода и перепляса.

В конце 4 го года обучения дети должны уметь исполнять: историко-бытовой танец — полонез, фигурный вальс; русские танцы: хороводные и кадриль, адыгейский танец «Удч», «Зафак», «Исламей». Иметь навык благородного, вежливого обращения к партнеру.

4. Творческая деятельность:

* раскрытие творческих способностей;
* развитие организованности и самостоятельности;
* иметь представления о народных танцах.

1- класс

Задача: научить слушать музыку и понимать команды, разнообразить набор привычных движений, развивать координацию, чувство ритма, память, внимание, заинтересовать. Воспитательные задачи: подготовка к уроку, переключение от одного вида к другому в ходе танца. Общеразвивающие упражнения. Народный танец: «Утушка», «Полька»,   «По - над горочкой», «Удч».

2- 3 класс

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

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

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

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

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

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

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

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

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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

2-3 класс

Задача - еще более развить чувства ритма, музыкальность, пластику, координацию. Развитие памяти, разнообразить набор привычных движений. В ходе урока решаются воспитательные задачи поведения в паре. Общеразвивающие упражнения. Народный танец: «Утушка», «Валенки», Вальс «Школьный»

4- 5 класс

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

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

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

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

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

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

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

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

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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

4- 5 класс

Осваиваются танцы с более сложной координацией, и ведением в паре. Улучшаются позиции в паре, развивается память логическая и мышечная. Отрабатывается техника движений, достигается музыкальность и ритмичность. Общеразвивающие упражнения. Народный танец: «Утушка», «Калинка», «Пчёлочка», «Сибирская плясовая», «Валенки», «Удч», «Лезгинка», Вальс «Школьный».

Народный танец.

Теория. Беседа об основных понятиях и их разъяснение: народный танец, музыкальный размер.

Практика. Изучение ритмически простых линейных и парных народных танцев.

1. Народный танец «Пчёлочка»

Теория. Понятия «музыкальная фраза», «пауза», «целый поворот».

Практика. Изучение и исполнение линейного народного танца «Пчёлочка».

2. Танец «Полька»

Теория. История танца «Полька». Основные направления танцевального движения в зале: лицом и спиной по линии танца, лицом и спиной в центр. Движение вперёд и назад, вправо-влево.

Практика. Изучение и исполнение танца «Полька» в парах.

Итоговое занятие.

Практика. В конце учебного года проводится концерт для родителей. Показ всех изученных танцев.

1. Упражнения для первого этапа обучения.

На первом этапе обучения необходимо научить детей двигать отдельно каждой частью своего тела.

Голова.

Голова должна двигаться так, как будто она подвешена на веревочке за макушку.

Наклоны головой вниз - вверх, не втягивая ее в плечи.

Повороты головой вправо-влево, не заваливая ее назад, при повороте необходимо делать усилие на подбородок (при повороте направо правое ухо выше левого, и левое выше правого при повороте налево). Смещение головы в сторону без ее наклона, за счет мышц шеи. Затем, добавление к смещению головы вправо-влево наклон головы в соответствующую сторону. Должна прослеживаться последовательность при выполнении упражнения: смещение, потом наклон.

Плечи.

Движения плечами вверх-вниз.

Дети должны почувствовать, что при движении плечами вниз голова и шея остаются наверху: макушка как бы привязана за ниточку к потолку. А при движении плечами вверх голова и шея «прячутся» в плечах, а плечи стремятся коснуться ушей. Движения плечами поочередно: то правым вверх-вниз, то так же левым. При этом при движении вверх ребенок пытается достать плечом уха (возможен небольшой наклон головы к плечу для создания ощущения сжатия). При опускании плеча вниз возможно отклонение головы в противоположную сторону для создания ощущения растяжения.

Движения плечами вперед-назад.

Дети должны почувствовать, что при движении плечами вперед, они (плечи) не поднимаются вверх, и, соответственно, голова не втягивается в плечи. При движении плечами назад должно сложиться впечатление, что они (плечи) стремятся встретиться с пятками. При этом лопатки должны повстречаться друг с другом. Шея, при этом, опять же не прячется никуда, т.е. голова не втягивается в плечи.

Корпус.

Движение корпусом вперед-назад.

Для движения корпуса вперед сместить в этом направлении точку груди, которая находится в верхней ее части. При этом должно создаться ощущение, что вы пытаетесь положить грудь на полочку, уровень которой находится немного выше. При этом плечи должны будут сместиться назад для создания равновесия. На следующем этапе для более наполненного движения корпусом, как и любой другой частью тела необходимо выполнять его с небольшим замахом. Это как в жизни: чтобы ударить по мячу, необходимо замахнуться, чтобы бросить мяч рукой, также необходим замах. Так и в нашем случае, чтобы выполнить движение корпусом вперед, необходимо вначале сместить его немного назад на счет «И...» и, затем, на счет «раз» направить его вперед. И наоборот. Чтобы сместить корпус назад, нужно сместить его немного вперед так же на счет «И...». При смещении корпуса назад должно создаться ощущение, что вы пытаетесь взглянуть себе на живот. При этом плечи вместе с головой для создания равновесия должны сместиться вперед. На следующем этапе выполнить это упражнение с замахом на счет «И».

Движение корпуса вверх-вниз (вдох-выдох).

Должно возникнуть ощущение растяжения правой и левой сторон (правого и левого боков). Возможная ошибка: поднятие вместе с грудью плеч. Они (плечи) одновременно с движением корпуса вверх должны устремляться вниз, создавая тем самым натяжение. Движение вверх-вниз отдельно правой и отдельно левой сторон. При этом соответствующие плечи направлены вниз, создавая натяжение. И должно возникнуть ощущение растяжения мышц соответствующей стороны, соответствующего бока.

Движение корпуса из стороны в сторону.

Для правильного выполнения этого упражнения необходимо выполнить предыдущее, но со смещением корпуса в левую или в правую сторону. Это необходимо для того, чтобы избежать движения плечами в сторону.

Общее требование: Все движения корпусом, собственно говоря, не только корпусом, должны заканчиваться не остановкой, а дотягиванием, для создания еще большего растяжения. Именно это позволит ребенку заполнять движением музыку, точнее, промежуток между тактами: 1, 2, 3, 4, т.е. «И»: И-раз, И-два, И-три, И-четыре. Вследствие чего исполнитель не будет торопиться вперед и обгонять музыку, что очень часто можно наблюдать во время выступления начинающих танцоров.

**7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**Тематическое планирование 1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Содержание занятия | Кол-во часов |
|  | Вводное занятие. | Беседа о технике безопасности, правилах поведения на уроке ритмики, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
|  | Что такое ритмика. | Опрос: Значение ритмики для развития личности. | 1 |
| 3-4. | Ритмический рисунок. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 5-6. | Элементы музыкальной грамоты. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 7. | Позиции и поклон. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 8-9 | Позиции, поклон, танцевальный шаг | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 10 | Ходьба с координацией рук, ног, приставным шагом. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 11 | Ходьба с остановкой на пятках, на носках. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 12 | Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 13 | Ходьба с ускорением и замедлением темпа. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 14 | Ходьба с носка на пятку, пружинистым шагом, со сменой направления. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 15 | Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 16-17 | Подскоки с переменным шагом. Прыжки со скакалкой. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 18 | Перекатывание мяча. Удары мячом об пол и ловля его двумя руками. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 19 | Перебрасывание мяча с ударом об пол. Упражнения для рук с прыгалками. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 20-21 | Отработка ритмико-гимнастических упражнений. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 22-23 | Постановка корпуса, рук, головы Позиции и положения рук. | Движение кисти. Позиции ног. Положение стопы и подъема. | 2 |
| 24 | Изучение многоплановых рисунков и фигур:  линейных (плоскостных): | 2 шеренги («в затылок», «в шахматном порядке») | 1 |
| 25 | Шаг польки. Подскоки,галоп. | Шаг с переступанием .Шаг польки с поворотом | 1 |
| 26 | Танец «Полька». | Подскоки, шаг польки лицом - спиной, подскоки в повороте в право – лево. | 1 |
| 27 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | Движение в круг, из круга, вперёд, налево, направо. | 2 |
| 28-29 | Ходьба, бег, кружение на месте. Хороводы в кругу. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 30 | Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, вкруг, из круга | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 31 | Ходьба танцевальными движениями адыгейского танца «Удч» ход по кругу, положение рук. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 32 | Импровизации под музыку. | Актерские упражнения Пластические этюды на наблюдения животных | 1 |
| 33 | Заключительное занятие. Танцевальный праздник. | Опрос: как можно применять полученные навыки в жизни . | 1 |

**Тематическое планирование 2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Формы и виды контроля | Кол-во часов |
| 1 | Вводное занятие. | Беседа о технике безопасности, правилах поведения на уроке ритмики, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
| 2 | Приветствие. | Постановка корпуса, рук, головы Позиции и положения рук. Движение кисти. Позиции ног. Положение стопы и подъема. | 1 |
| 3-4 | Повторение пройденного материала за 1-й год обучения, танцевальные композиции | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 5 | Повторение различного вида шагов изученных за 1-й год обучения. | Изучение шагов на полупальцах с руками, находящимися во II позиции | 1 |
| 6 | Упражнение для развития шеи и плечевого пояса | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 7 | Упражнения на развитие поясничного пояса: | Наклоны корпуса в стороны; наклоны корпуса вперёд | 1 |
| 8 | Перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей» | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 9-10 | Танец «Полька». | Подскоки, шаг польки лицом - спиной, подскоки в повороте в право – лево | 2 |
| 11-12 | Шаг польки. | Подскоки, галоп. Шаг с переступанием .Шаг польки с поворотом | 2 |
| 13 | Передача характерных черт персонажей сказок, песен, частушек, танцев. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 14-15 | Характерные батман тандю. | Припадание на месте, с продвижением в сторону | 2 |
| 16-17 | Русский танец. | Полуприсядка, «Гармошка» простая, танцевальный шаг с носка, переменный шаг | 2 |
| 18 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | Движение в круг, из круга, вперёд, налево, направо. | 1 |
| 19 | Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 20-21 | Элементы движений «Вальса», шаги, вальсовая дорожка. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 22-23 | Танцевальные комбинации «Вальса» | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 24-25 | Ходьба танцевальными движениями адыгейского танца «Удч» ход по кругу, положение рук. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 26-27 | Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, вкруг, из круга. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 28-29 | Музыкальные игры с предметами. | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | 2 |
| 30 | Движение по кругу приставными шагами с приседаниями. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 31 | Русская пляска «Выйду на улицу». | Музыкальные игры с пением и речевым сопровождением. | 1 |
| 32-33 | Ходьба, бег, кружение на месте. Хороводы в кругу. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 34 | Заключительный урок-концерт. | Опрос: как можно применять полученные навыки в жизни | 1 |

**Тематическое планирование 3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Формы и виды контроля | Коли-во часов |
|  | Вводное занятие. | Беседа о технике безопасности, правилах поведения на уроке ритмики, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
|  | Приветствие. | Постановка корпуса, рук, головы Позиции и положения рук. Движение кисти. Позиции ног. Положение стопы и подъема. | 1 |
|  | Повторение пройденного материала за 1-й,2й год обучения танцевальные композиции | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
|  | Изучение многоплановых рисунков и фигур. | линейных (плоскостных) – 2 шеренги («в затылок», «в шахматном порядке») | 1 |
|  | Изучение объёмных фигур. | 2 круга; «круг в круге»; 2«цепочки». | 1 |
|  | Изучение приёмов переcтроения из из линейных в объёмные | Из шеренги в 2 круга; из колонны в 2 круга; из шеренги в 2-е «цепочки»; из колонны в 2-е «цепочки» и т.д | 1 |
|  | Перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей» | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 8-9 | Русский танец. | Полуприсядка, «Гармошка» простая,Танцевальный шаг с носка, переменный шаг.. | 2 |
| 10 | Упражнение для развития шеи и плечевого пояса. | Поднимание и опускание плеч; поочередное поднимание и опускание плеч. | 1 |
| 11-12 | Упражнение для развития шеи и плечевого пояса. | Повороты головы в положении «направо», «прямо», «налево»; наклоны и подъемы головы в положениях «прямо», «направо», «налево»; | 2 |
| 13-14 | Упражнения на развитие поясничного пояса: наклоны корпуса в стороны; наклоны корпуса вперёд. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 15 | Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног: полуприседания и глубокое приседания. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 16 | Импровизации под музыку. | Актерские упражнения Пластические этюды на персонажей сказок. | 1 |
| 17-18 | Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, вкруг, из круга. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 19 | Приседания с опорой и без опоры. | Сгибание и разгибание ног в подъёме без предметов | 1 |
| 20 | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | Приседания с предметами (обруч, скакалка). | 1 |
| 21-22 | Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 23 | Движение по кругу приставными шагами с приседаниями. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 24 | Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 25-27 | Русская пляска «По - над горочкой» | Музыкальные игры с пением и речевым сопровождением. | 3 |
| 28-30 | Изучение элементов движений «Вальса» и танцевальных композиций | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 3 |
| 31 | Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, вкруг, из круга | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 32-33 | Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 34 | Заключительный урок-концерт. | Опрос: как можно применять полученные навыки в жизни | 1 |

**Тематическое планирование 4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Формы и виды контроля | Кол-во часов |
| 1. | Вводное занятие. | Беседа о технике безопасности, правилах поведения на уроке ритмики, при выполнении упражнений, разучивании танцев. | 1 |
| 2. | Приветствие. | Постановка корпуса, рук, головы Позиции и положения рук. Движение кисти. Позиции ног. Положение стопы и подъема. | 1 |
| 3. | Изучение позиций рук. | Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. | 1 |
| 4. | Ориентирование в пространстве зала. | Ходьба цепочкой и в колонне в соответствии с заданными направлениями. | 1 |
| 5. | Подготовка к началу движения – препарасьон | Деми плие - Гранд плие (выворотное) Ронд де жамб | 1 |
| 6. | Выставление ноги на носок вперёд и в стороны. | Вставание на полупальцы. Перекрёстное поднимание и опускание рук | 1 |
| 7-8 | Притопы, прихлопы - танцевальные движения. | Отведение стопы наружу и приведение её внутрь. Лёгкие игривые притопывания | 2 |
| 9-10 | Ходьба, бег, кружение на месте. Хороводы в кругу. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 11-12 | Шаг с притопом на месте и с продвижением. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 13 | Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. | Движение по кругу приставными шагами с приседаниями. | 1 |
| 14-15 | Ориентирование в пространстве зала. | Ходьба с высоким подниманием колен. Наклоны, повороты головы, круговые вращения плечами. | 2 |
| 16 | Ходьба с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. | Шаг бодрый, спокойный, топающий. | 1 |
| 17 | Движения рук в разных направлениях. | Изменения направления и формы ходьбы и бега. | 1 |
| 18 | Припадание на месте, с продвижением в сторону. | Характерные батман тандю. | 1 |
| 19-20 | Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, вкруг, из круга. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 21-22 | Ориентирование в пространстве зала. Движения к определённой цели и между предметами. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 2 |
| 23 | Ориентирование в пространстве зала. | Музыкально-ритмические движения в соответствующем заданию музыке ритме. | 1 |
| 24 | Перестроения с образованием кругов, квадратов, «звёздочек», «каруселей» | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 25 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | Движения рук в разных направлениях с предметами. Бег на полупальцах. | 1 |
| 26 | Притопы, прихлопы - танцевальные движения. | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 27-28 | Переcтроения из линейных в объёмные | Из шеренги в 2 круга; из колонны в 2 круга; из шеренги в 2-е «цепочки»; из колонны в 2-е «цепочки» и т.д. | 2 |
| 29 | Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног: полуприседания | Проверка полученных умений и навыков с учётом индивидуальных особенностей ребёнка. | 1 |
| 30-32 | Русский танец. | Полуприсядка, «Гармошка» простая,Танцевальный шаг с носка, переменный шаг | 3 |
| 33 | Передача характерных черт персонажей сказок, песен, частушек, танцев. | Музыкальные игры с имитацией движений персонажей. | 1 |
| 34 | Заключительный урок-концерт. | Опрос: как можно применять полученные навыки в жизни | 1 |

1. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Материально-технические условия обеспечивают доступ обучающихся с ЗПР к образованию и возможность достижения обучающимися установленным требований к результатам освоения коррекционно-развивающей области. В МОУ ИРМО «Марковская СОШ» созданы условия для функционирования современной информационно-образовательной среды обеспечивающих достижение каждым обучающимся максимально возможных для него результатов освоениякоррекционно-развивающей области. Полное описание материально-технического оснащения регламентировано в ООП НОО МОУ ИРМО «Марковская СОШ».