

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» составлена на основе:

- Федерального Закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно–эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 года № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 1, (5 – 9 классы) ГКОУ школы №9 г. Туапсе
- и иных нормативно-правовых документов и инструктивно-методических актов, регламентирующих образовательную деятельность.

Цели и задачи обучения

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

Задачи:

1. Формирование общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности учащегося (нравственно-эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое), в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями;
2. Увеличение периода двигательной активности в учебном процессе, развитие потребности в двигательной активности, как основы здорового образа жизни;
3. Расширение рамок культурного образования детей, гармонизация развития учащихся.
4. Воспитание нравственности, дисциплинированности, коллективизма;
5. Формирование умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
6. Обеспечение творческого развития, эмоциональной разгрузки учащихся;
7. Формирование и сохранение правильной осанки ребенка, укрепление мышечного корсета.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению

здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения)
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

2. Общая характеристика учебного предмета с учетом особенностей его освоения обучающимися.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития учащихся средствами музыкально-ритмической деятельности. Специфические средства воздействия на детей, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

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 представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у учащихся часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать 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 ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

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.

Технологии обучения:

- технологии моделирующего обучения (учебные игры);
- коммуникативно-диалоговые;
- технологии группового обучения (работа в парах, в малых группах);
- здоровьесберегающие технологии.

3. Описание места коррекционного курса в учебном плане.

В соответствии с учебным планом школы коррекционный курс «Ритмика» относится к «Коррекционно-развивающей области».

Рабочая программа рассчитана на 4 года обучения 5 – 8 класс (136 учебных часов, 1 час в неделю). Занятия по данной рабочей программе проводятся в форме занятия (40 мин).

Распределение учебных часов по годам обучения

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год
5	1	34
6	1	34
7	1	34
8	1	34
Итого:		136

4. Планируемые личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

К личностным результатам освоения АООП в рамках коррекционного курса «Ритмика» на начальном этапе обучения относятся:

1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;

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

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) способность к осмыслению картины мира, её временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

В программе коррекционного курса «Ритмика» выделены два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

5 класс	
Минимальный уровень	Достаточный уровень.
<ul style="list-style-type: none">• готовиться к занятиям, входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение;• ходить свободным естественным шагом;• ходить и бегать по кругу;• ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;• выполнять игровые и плясовые движения после показа учителя;• начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	<ul style="list-style-type: none">• слушать учителя, занимать правильное исходное положение равняться в шеренге, в колонне;• ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;• ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;• ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;• соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;

	<ul style="list-style-type: none"> • выполнять игровые и плясовые движения.
6 класс	
<ul style="list-style-type: none"> • слушать учителя, занимать правильное исходное положение равняться в шеренге, в колонне; • ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу; • ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии; • ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; • соотносить темп движений с темпом музыкального произведения; • выполнять игровые и плясовые движения. 	<ul style="list-style-type: none"> • ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу; • ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии; • ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; • соотносить темп движений с темпом музыкального произведения; • выполнять игровые и плясовые движения; • выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; • начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
7 класс	
<ul style="list-style-type: none"> • ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу; • ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии; • ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; • соотносить темп движений с темпом музыкального произведения; • выполнять игровые и плясовые движения; • выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием 	<ul style="list-style-type: none"> • выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне; • развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки); • развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение; • согласовывать музыку и движение; • самостоятельное выполнение комплексов упражнений; • владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; • выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя (бег, ходьба, прыжки и др.); • самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и

	<p>темпа движений, руководствуясь музыкой;</p> <ul style="list-style-type: none"> • ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями; • передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки (напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.); • передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; • повторять любой ритм, заданный учителем, задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения.
8 класс	
<ul style="list-style-type: none"> • выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне; • развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки); • развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение; • согласовывать музыку и движение; • самостоятельное выполнение комплексов упражнений; • владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; • выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя (бег, ходьба, прыжки и др.); • самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; • ощущать смену частей музыкального произведения в 	<ul style="list-style-type: none"> • различать темп, ритмический рисунок, мелодии, название упражнений комплекса ОРУ; • самостоятельное составление несложных ритмических рисунков с прохлопыванием и протопыванием, с предметами и музыкальными инструментами; • различать названия движений и песен, используемых на уроках; • знать элементы танца и движения; • знать все изученные термины и названия; • самостоятельно передавать в движении метро-ритм и темпо-динамические изменения в музыке; • придумывать и комбинировать новые варианты игр и движений; • уметь инсценировать музыкальное произведение; • легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

<p>двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p> <ul style="list-style-type: none">• передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки (напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.);• передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; <p>повторять любой ритм, заданный учителем, задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения.</p>	
---	--

Отметка на занятиях коррекционного курса «Ритмика» не выставляется, т.к. данный курс не относится к предметным, а является обязательной коррекционной составляющей внеурочной деятельности в части коррекционной подготовки обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Формирование БУД происходит не только в процессе реализации программы учебных предметов, но и в процессе реализации коррекционного курса «Ритмика». Состав БУД соответствует ключевым целям и задачам рабочей программы коррекционного курса:

Личностные:

- испытывать чувство гордости за свою страну;
- гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
- адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
- уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные:

- вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные:

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;

- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные:

- дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

5. Содержание коррекционного курса:

Содержание занятий направлено на обеспечение разносторонней подготовки учащихся. Основное содержание учебного материала составляют упражнения для развития двигательных качеств и здоровьесберегающие упражнения.

Программа по ритмике состоит из пяти направлений: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения». На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти направлениям программы.

Занятия носят комплексный характер и включают базовые и большое количество подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений, в структуру программы включены следующие разделы:

- упражнения на сочетание правильной исходной позы, дальнейшего движения и его прекращения по окончании музыки. Построения;
- совместные координированные движения руками и ногами в заданном темпе-ритме;
- образно-игровые композиции, раскрывающие настроение и характер образов;
- музыкально-ритмический театр;
- танцевальные движения. Выполнение совместных действий в заданном темпе-ритме.

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.

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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот. «Осень-раскрасавица», игра «Покажи правильно», «Аисты», «Кто скорее?», «Повтори за мной», «Ветерок», «Осень», «Баян», «Веточка», «Негаданная радость», «Займи своё место», «Звери и птицы спят», «Смени пару».

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнения 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 поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка); то же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

(«Силачи», «Ковырялочка», «Чижи в клетке», «Кот и мыши», «Модники и модницы», «Ёжик-Ёж», «Весёлый тренаж», «Найди свой цвет», «Прогулка в лес», «Заводная кукла», «Солнышко лучистое», «Дождик», «Лесные сценки», «Рукавицы», «Новоселье», «Зеркало», «Волшебная шляпа», «Капризный фотограф», «Стирка», «Журавлиный клин», «Охотники и утки»).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением

темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. («Репка», «Теремок», «Бубен», «Весёлые музыканты», Сказка «Теремок», «Коробейники», «По клавишам», «Оркестр»).

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. Игры под музыку «Салки», «В тёмном лесу», «Гуси-лебеди», «Два мороза», «Теремок», «Пустое место», «Отбивай мяч», «Воробьи и вороны», «Игры с бубнами», «Весёлые картинки», «Космонавты», «Дирижёр-замри», «Драконы и принцесса», «Лиса и куры».

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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.

(«Весёлые хлопушки», «Правильное зеркало», «Осень-раскрасавица», «Наездники», «Круговой галоп», «Лесная зверобика», «Сударушка», «Полька-Бабочка», «Травушка-муравушка», «Ёлочная», «Снежинки», «Русский танец с гармонистом», «Отрываются пуговицы».)

6 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 concentрических кругов в звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

«Ты-супер!», «Игра с флажками», «Гармошка», «Канарейки», «Спортивный тренаж», «Тропинка», «Марш-парад», «Пустое место», «Чардаш».

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем. 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). Упражнения 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 поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

«Часики», «Ожившие звери», «Повтори за мной», «Ракеты», «Человек-паук», «Раз, два, три», «Мяч в воздухе», «Отбивай мяч», «Качели», муз. В. Золотарева, «Вечера», муз. П. Маккартни, «Ходьба с хлопками».

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. «Улыбка», «Колобок на новый лад», «По сказочной дорожке».

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, малокоонтрастных 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.

«Игра с покрывалом в двух кругах», «Жмурки с колокольчиком», «Кот и мыши», «Вместе мы похлопаем», «Матрёшки», «Если нравится тебе», «Прилипаем-отлипаем», «Шляпа мысли», «Дворники и листочки», «Упражнение с шарфиком», «Игра с мячиком», «Игра с попугаем», «Вороны и воробьи», «По планетам», «Лиса и куры».

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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, малокоонтрастных 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.

«Танцуем сидя», «Осеннее танго», «А я по лугу...», «Танец на канате с зонтиком», «Двигайся-замри», «Волшебный обруч», «Дрессированные медведи», «Самбарита», «Осенняя сюита», «Танец с цветными шарфами», «Приокская кадрили», «Ожившие игрушки», «Танец с султанчиками», «Варенька», «Буги-вуги», «Танец с ложками», «Танец гусаров и кукол», «Белоснежка и семь гномов», «Танец с птичками», «Цвета радуги», Полька «Тик-так», «Танец с цветными шарами», «Огоньки», «Танец с гирляндами», «Танец черных котов и белых кошечек», «Полька», «Чунга-Чанга», «Женитьба Бальзамина».

7 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 звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение наметать 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. Ходьба с отображением длительности нот.

«Звонящий ручей», «Ленивая кошечка», «Воздушные шарики», «Выйду на улицу», Марш «33 Коровы», Любопытная Варвара», «Эстрадный марш», «Парад-Алле» муз. В. Косма, «Улитка», «Замири», «Делай, как я», Марш из к/ф «Формула любви» Г. Гладкова, «Сова», «Скоморохи», «Прыг-скок».

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнения 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 поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

«Слух и ритм», «Руки вверх», «Задуй свечу», «Облака», «Спящий котёнок», «Стоп, хлоп, раз», «Сосулька», «Лимон», «Качели», «Лётчики», «Палуба», «Солнышко-тучка», «В уши попала вода», «Большие крылья», «Сара-Барабу», Бик-квартет «Секрет», «У оленя дом большой».

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

«Оркестр», «Порхание бабочки», «Лошадки», «Маленькие путешественники», «Вот какие пальчики».

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.

«Холодно-горячо», «Два листика», «Праздничный пирог», «Дворники и листья», «Ищи игрушку», «Робот», «Маленькая Фея», «Хата», «Зоренька-заря», «Колечко», «Сова», «Весёлые ребята», «Почему медведь зимой спит?», «Бабка-Ёжка» Т. Морозова, «Игра с барабаном», «Пчёлки», игра-эстафета «Танкисты», «Черепашки Ниндзя», «Мы-солдаты», «Белки с орешками», «Займи место в

обруче», «Тортик с Машей», «Дедушка Сысой», «Три кота», «Стань капитаном», «Игра с посохом», «На золотом крыльце сидели», «Садовник», «Мышеловка», «Догадайся! Что это?», «Картошка», «Игра с рукавичками», «Совушка-сова», «Прогулка со светофором», «Ёжики».

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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.

«Танец с зонтиками», «Скрюченный чарльстон», «Вежливый танец», «Калинка», «Казачок», «Танец с мячом», «Кот и мыши», «Сударушка», «Лирический вальс», «Модница», «Поцелуй», «Мышки с сыром», «Танец с цветами», «Россия-Родина моя» муз. В. Мурадели, «Отрываются пуговицы», «Ягода-малинка», Полька «Анна», «Чебурашка», «Французский вальс с шарфиками».

8 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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

«Улыбка», «Солнечный зайчик»; «На берегу моря», «Полька тройками», «Конькобежцы», «Колыбельная медведицы», «Канон», «Расставь посты», «Пингвины, Тренаж «Раз, два, три», «Разведчики», «Пёрышки», «Марш с флажками», «Сигнальщики», «Катюша».

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. 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 вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнения 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 поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

«Покажи жестами», «Сиртаки»; «Рок-н-рол» Э. Пресли, «Пружинка», «Деревья», Смешарики, «Сюрприз», «Сон на берегу моря», «Лицо загорает», «Палуба», «Солнечный круг», «Битва», «Хендс-ап», «Ритмическое эхо», «Метелица», Этюд «Бабушки-дедушки», «Горячая сковородка», «На заре ты её не буди», «Большие и маленькие домики», «В мире животных».

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. «Гармонист Тимошка», «Цыганочка», «Займи обруч», «Весёлая грядка».

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, малокоонтрастных 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.

«Аквариум», «Игра с разноцветными лучиками», «Лавата», «Море волнуется», «Ищи игрушку», «Музыкальный стульчик», «Я знаю пять названий», «Пожалуйста», «Козочки и волк», «Секретное задание», «Апанас», «Мяч в воздухе», «Мороз», «Кошки-мышки», «Солнечный круг», «Бойцы молодцы», «Пустое место», «Собери военную технику», «Мяч в воздухе», «Два мороза», «Соловей-пташечка», «Отбивай мяч», «Кто скорее?», «Бабка-Ёжка».

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

5 класс

№	Раздел, количество часов	№	Название темы занятия	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Упражнения на сочетание правильной исходной позы, дальнейшего движения и его прекращения по окончании музыки. Построения. (7 ч.)	1.	Построение. Правильное исходное положение. Ритмическое упражнение «Осень-раскрасавица».	Ориентировка в пространстве. Работа над качеством выполнения упражнений. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Участие в совместных играх. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. Изменение направления движения. Музыкальная импровизация.
2.		2.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	
3.		3.	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге. Игра «Покажи правильно».	
4.		4.	Упражнения ритмической гимнастики без предметов «Аисты»; с короткой скакалкой «Кто скорее?».	
5.		5.	Упражнения ритмической гимнастики с короткой скакалкой «Повтори за мной»; с гимнастической палкой «Силачи».	
6.		6.	Подготовительные упражнения к танцам. Полуприседания, приседания. Упражнения для ступни «Ковырялочка».	
7.		7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Чижи в клетке». «Кот и мыши».	
8.	Совместные координированные	1.	Упражнения ритмической гимнастики «Модники и модницы».	Выполнение общеразвивающих упражнений,

9.	движения руками и ногами в заданном темпе-ритме (6 ч.)	2.	Специальные ритмические упражнения «Ёжик-Ёж». Ходьба с проговариванием слов и с хлопками «Весёлые хлопучки».	упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Работа над качеством выполнения упражнений. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Передача ритмического рисунка (хлопками, на металлофоне, голосом). Выполнение движений с предметами.
10.		3.	Упражнения ритмической гимнастики «Весёлый тренаж»; с обручем «Найди свой цвет».	
11.		4.	Ритмическое упражнение «Прогулка в лесу». Упражнения ритмической гимнастики «Заводная кукла»; с маленькими мячами «Солнышко лучистое».	
12.		5.	Ритмическое упражнение «Дождик»; подготовительные упражнения к танцам «Правильное зеркало». Танец «Осень-раскрасавица».	
13.		6.	Упражнение на дыхание «Ветерок». Ритмическое упражнение «Осень». Элементы танцев «Наездники» прямой галоп, «Осень-раскрасавица».	
14.	Образно-игровые композиции, раскрывающие настроение и характер образов (8 ч.)	1.	Дыхательное упражнение «Баян». Ритмическое упражнение «Лесные сценки». Танцы «Круговой галоп», «Наездники».	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Выполнение имитационных упражнений и игр.
15.		2.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Салки», «В тёмном лесу», «Гуси-лебеди».	
16.		3.	Дыхательное упражнение «Веточка». Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Два Мороза», «Теремок».	
17.		4.	Дыхательное упражнение «Негаданная радость». Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Репка», «Теремок».	
18.		5.	Пальчиковая гимнастика «Рукавицы». Упражнения ритмической гимнастики	

			«Новоселье», «Зеркало».	Игры с пением или речевым сопровождением. Участие в совместных играх. Участие в совместной творческой деятельности. Определение разнообразных по содержанию и характеру музыкальных произведений (веселые, грустные и спокойные). Знакомство с основными элементами музыкальной грамоты.
19.		6.	Ритмическое упражнение «Вот такие звери». Ритмическое упражнение «Займи своё место в колонне». Упражнения ритмической гимнастики «Волшебная шляпа».	
20.		7.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке. Танец-превращение «Лесная зверобика». Игра «Весёлые картинки».	
21.		8.	Упражнение на связь движений с музыкой. Игра «Капризный фотограф». Упражнение на релаксацию «Звери и птицы спят».	
22.	Музыкально-ритмический театр (5 ч.)	1.	Ритмическая игра «Бубен». Элементы танцев. Хороводный шаг. Шаг польки. «Сударушка», полька «Бабочка».	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Игры с пением или речевым сопровождением. Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке.
23.		2.	Танцы «Травушка-муравушка», полька «Бабочка». Динамическое упражнение «Весёлые музыканты».	
24.		3.	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. «Пустое место», «Отбивай мяч», «Вороны и воробьи».	
25.		4.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок. Инсценирование сказки «Теремок».	
26.		5.	Специальные ритмические упражнения. Тренаж «Стирка». Игра «Смени пару».	
27.		Танцевальные движения. Выполнение совместных действий в	1.	
28.	2.		Упражнения ритмической гимнастики «Карусель» без	

	заданном темпе-ритме (8 ч.)		предметов «Журавлиный клин».	Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Определение разнообразных по содержанию и характеру музыкальных произведений (веселые, грустные и спокойные). Различение разнообразных по характеру и звучанию песен, маршей, танцев; Исполнение элементов танца.
29.		3.	Подготовительные упражнения к танцам «Ёлочная». Вставание на «носочек» «Снежинки».	
30.		4.	Подготовительные упражнения к танцам «Русский танец с гармонистом». Повторные три притопа «Игра с бубнами».	
31.		5.	Пальчиковая игра «По клавишам». Танцы «Полька», «Круговой галоп».	
32.		6.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Космонавты», «Дирижёр-замри», «Драконы и принцесса».	
33.		7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Лиса и куры», «Охотники и утки», «Оркестр».	
34.	8.	Ритмическое упражнение «Птички», игра Дирижёр». Флэшмоб «Отрываются пуговицы».		

6 класс

№	Раздел, количество часов	№	Название темы занятия	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Упражнения на сочетание правильной исходной позы, дальнейшего движения и его прекращения по окончании музыки. Построения. (6 ч.)	1.	Вводное занятие. Правильное исходное положение. Разминка «Часики». Передача в движении ритмического рисунка «Ты-супер!».	Ориентировка в пространстве. Работа над качеством выполнения упражнений.
2.		2.	Упражнения ритмической гимнастики с короткой скакалкой. Перестроение из колонны парами в колонну по одному «Игра с флажком».	Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Построение в колонну по два.
3.		3.	Специальные ритмические упражнения «Танцуем сидя». Изменение положения рук с различными интервалами.	Перестроение из колонны парами в колонну по одному.

4.		4.	Дыхательное упражнение «Гармошка». Танцы «Осеннее танго», «А я по лугу...».	Построение круга из шеренги и из движения врассыпную.
5.		5.	Пантомимический этюд «Ожившие звери». Ритмический танец», «Канарейки».	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.
6.		6.	Ритмическое упражнение «Повтори за мной». Подготовительные упражнения к танцам «Танец на канате с зонтиком», «Двигайся-замри».	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.
7.	Совместные координированные движения руками и ногами в заданном темпе-ритме. (7 ч)	1.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Жмурки с колокольчиком», «Чижи в клетке», «Кот и мыши».	Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц; Участие в совместной творческой деятельности; Работа над качеством выполнения упражнений; Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения; Различение вступления, запева, припева, проигрыша, окончания песни; Передача ритмического рисунка (хлопками, на металлофоне, голосом);
8.		2.	Упражнения ритмической гимнастики «Ракеты», «Человек-паук».	
9.		3.	Специальные ритмические упражнения «Раз, два, три». Ходьба с проговариванием слов и с хлопками «Вместе мы похлопаем».	
10.		4.	Упражнения ритмической гимнастики «Матрёшки», игра «Волшебный обруч».	
11.		5.	Упражнения ритмической гимнастики «Спортивный танец», «Дрессированные медведи».	
12.		6.	Подготовительные упражнения к танцам «Самбарита». Выставление ноги на носок «Осенняя сюита».	
13.		7.	Элементы танцев. Выворачивание круга «Танец с цветными шарфами», инсценирование песни «Улыбка» муз. В. Шаинского».	
14.	Образно-игровые	1.	Ритмическое упражнение «Тропинка». Танцы «Приокская	Выполнение движений в соответствии с

	композиции, раскрывающие настроение и характер образов. (7 ч.)		кадриль», «Если нравится тебе».	разнообразным характером музыки, динамикой, регистрами, темпом. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях. Круговые движения кистью. Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков;
15.		2.	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамики «Ожившие игрушки», «Танец с султанчиками».	
16.		3.	Танцевальные упражнения. «Марш-парад», элементы народных танцев «Варенька».	
17.		4.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «Прилипаем-отлипаем», «Шляпа мысли».	
18.		5.	Упражнения ритмической гимнастики «Буги-вуги», «Дворники и листочки».	
19.		6.	Упражнения ритмической гимнастики «Упражнение с шарфиком», «Танец с ложками».	
20.		7.	Знакомство с танцевальными движениями: лодочка, звёздочка, карусель. «Танец гусаров и кукол».	
21.	Музыкально-ритмический театр. (5 ч.)	1.	Упражнение на связь движений с музыкой «Игра с мячиком». Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы «Игра с попугаем».	Выполнение имитационных упражнений и игр, Определение разнообразных по содержанию и характеру музыкальных произведений (веселые, грустные и спокойные). Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Игры с пением и речевым сопровождением.
22.		2.	Упражнения ритмической гимнастики «Белоснежка и семь гномов», «Танец с птичками».	
23.		3.	Элементы танцев. Хороводный шаг «Цвета радуги», шаг польки «Полька «Тик-так».	
24.		4.	Музыкально-ритмическая сказка «Колобок на новый лад».	
25.		5.	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры «Пустое место», «Мяч в воздухе», «Отбивай мяч», «Вороны и воробьи».	
26.		1.	Игра в оркестр «Валенки».	

27.	Танцевальные движения. Выполнение совместных действий в заданном темпе-ритме. (9 ч.)	2.	Специальные ритмические упражнения «Чардаш». Ритмическая ходьба с движениями рук. Танец с цветными шарами».	Знакомство с танцевальными движениями. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг. Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Работа над качеством выполнения упражнений.
28.		3.	Упражнения ритмической гимнастики «Спортивный тренаж», «По сказочной дорожке».	
29.		4.	Упражнение на регуляцию мышечного тонуса рук «Качели», «Вечера».	
30.		5.	Подготовительные упражнения к танцам «Огоньки», «Танец с гирляндами».	
31.		6.	Подготовительные упражнения к танцам «Танец черных котов и белых кошечек».	
32.		7.	Дыхательная разминка «Ходьба с хлопками». Танцы «Полька», «Чунга-Чанга».	
33.		8.	Танцевальные упражнения. Шаг кадрили «Женитьба Бальзамина».	
34.		9.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры «По планетам», «Лиса и куры».	

7 класс

№	Раздел, количество часов	№	Название темы занятия	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Упражнения на сочетание правильной исходной позы, дальнейшего движения и его прекращения по окончании музыки. Построения.	1.	Дыхательные и релаксирующие упражнения. Релаксация «Звенящий ручей», «Ленивая кошечка», «Воздушные шарики».	Хдьба и бег. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Работа над качеством выполнения упражнений.
2.		2.	Упражнение «Выйду на улицу». Марш «33 Коровы». Игры «Холодно-горячо», «Два листика».	
3.		3.	Упражнения с мячом «Слух и ритм», игра «Праздничный пирог».	

4.	(7 ч.)	4.	Музыкально-ритмические движения «Любопытная Варвара», «Танец с зонтиками».	Перестроение из общего круга в круги по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Слушание объяснений учителя. Участие в совместных играх. Исполнение танца. Участие в совместной творческой деятельности.
5.		5.	Марш по периметру зала «Эстрадный марш». Этюд «Оркестр».	
6.		6.	Ритмическое упражнение «Скрюченный чарльстон». Игра «Дворник и листья», «Ищи игрушку».	
7.		7.	Маршировка «Парад-Алле». Игра «Робот», «Маленькая Фея».	
8.	Совместные координированные движения руками и ногами в заданном темпе-ритме. (5 ч)	1.	Ритмическое упражнение «Руки вверх», «Вежливый танец». Казачья игра с платками «Хата».	Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц. Упражнения на выработку осанки. Участие в совместной творческой деятельности.
9.		2.	Упражнение «Улитка». Релаксирующие упражнения «Задуй свечу», «Облака», «Спящий котёнок».	
10.		3.	Ритмическое упражнение «Замири». Элементы народных танцев «Калинка».	
11.		4.	Ритмическое упражнение «Стоп, хлоп, раз». Элементы народных танцев «Казачок».	
12.		5.	Игры под музыку «Зоренька-заря», «Колечко». Передача в движении ритмического рисунка «Порхание бабочки», «Лошадки».	
13.	Образно-игровые композиции, раскрывающие настроение и характер образов. (6 ч.)	1.	Ритмические упражнения с мячом «Танец с мячом». Подвижная игра «Сова».	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.
14.		2.	Танец «Кот и мыши». Упражнения на расслабление мышц «Сосулька», «Лимон», «Качели».	
15.		3.	Танец- игра «Весёлые ребята». Музыкальная игра «Лётчики».	
16.		4.	Парад оркестров. Релаксирующие упражнения. «Палуба», «Солнышко-тучка», «В уши попала вода».	
17.		5.	Ритмическое упражнение	

			«Большие крылья». Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев. «Сударушка».	Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Выполнение имитационных упражнений и игр. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Работа над качеством выполнения упражнений. Участие в совместной творческой деятельности. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Музыкальная импровизация.
18.		6.	Ритмическое упражнение «Делай, как я». Инсценировка песни «Почему медведь зимой спит?».	
19.	Музыкально-ритмический театр. (7 ч.)	1.	Отработка маршевого шага. Марш из к/ф «Формула любви» Г. Гладкова). Танец-игра «Бабка-Ёжка».	
20.		2.	Упражнения на координацию движений «Игра с барабаном», «Пчёлки», игра-эстафета «Танкисты».	
21.		3.	Имитационные упражнения и игры, построенные на подражательных образах. Игра «Черепашки Ниндзя», «Мы-солдаты», «Белки с орешками».	
22.		4.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Займи место в обруче», «Тортик с Машей», «Дедушка Сысой».	
23.		5.	Танцевальная ритмика Лирический вальс». Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Три кота», «Стань капитаном», «Игра с посохом».	
24.		6.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «На золотом крыльце сидели», «Садовник», «Мышеловка».	
25.		7.	Дыхательное упражнение «Сова». Танец-игра «Модница». Игра «Догадайся! Что это?».	
26.	Танцевальные движения. Выполнение совместных действий в заданном	1.	Подготовительные упражнения к танцам полька «Поцелуй», «Мышки с сыром».	Знакомство с танцевальными движениями. Работа над качеством выполнения упражнений.
27.		2.	Подготовительные упражнения к танцам «Танец с цветами», «Россия-Родина моя».	

28.	темпе-ритме. (9 ч.)	3.	Музыкально-ритмические движения «Отрываются пуговицы», «Ягода- малинка».	Определение разнообразных по содержанию и характеру музыкальных произведений (веселые, грустные и спокойные). Повторение основных элементов музыкальной грамоты. Разучивание народных танцев. Участие в совместной творческой деятельности;
29.		4.	Упражнения ритмической гимнастики полька «Анна». Игра «Маленькие путешественники».	
30.		5.	Специальные ритмические упражнения «Сара-Барабу». Бик-квартет «Секрет». Ритмическая ходьба с движениями рук «Скоморохи».	
31.		6.	Музыкальна игра «Вот какие пальчики».	
32.		7.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Картошка», «Игра с рукавичками», «Прыг-скок».	
33.		8.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Совушка-сова», «Прогулка со светофором», «Ёжики».	
34.		9.	Упражнение «У оленя дом большой». Танцы: «Чебурашка», «Французский вальс с шарфиками».	

8 класс

№	Раздел, количество часов	№	Название темы занятия	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1.	Упражнения на сочетание правильной исходной позы, дальнейшего движения и его прекращения по окончании	1.	Дыхательные и релаксирующие упражнения «Улыбка», «Солнечный зайчик», «На берегу моря». Игра превращение «Аквариум».	Ходьба и бег. Работа над качеством выполнения упражнений. Повторение построений и перестроений. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений. Слушание объяснений учителя. Участие в совместных играх.
2.		2.	Марш «Сигнальщики. Построение тройками «Полька тройками».	
3.		3.	Марш по периметру зала «Улыбка». «Игра с разноцветными лучиками».	
4.		4.	Музыкально-ритмические движения «Покажи жестами».	

	музыки. Построения (8 ч.)		Игра «Лавата», «Море волнуется».	Выполнение упражнений с предметами. Повторение деления музыкального произведения на части. Ходьба по центру зала, выработка умения намечать диагональные линии из угла в угол.
5.		5.	Ритмическое упражнение «Сиртаки», «Рок-н-рол Э. Пресли.	
6.		6.	Музыкально-ритмическая игра «Гармонист Тимошка». Игра «Ищи игрушку».	
7.		7.	Ритмико-гимнастические упражнения «Конькобежцы», «Чарльстон». Игра «Музыкальный стульчик».	
8.		8.	Упражнение «Колыбельная медведицы». Игра «Я знаю пять названий».	
9.	Образно-игровые композиции, раскрывающие настроение и характер образов. (9 ч.)	1.	Ритмическое упражнение «Канон». Игра «Пожалуйста».	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки. Выполнение имитационных упражнений и игр. 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. Определение разнообразных по содержанию и характеру музыкальных произведений (веселые, грустные и спокойные). Повторение основных элементов музыкальной грамоты.
10.		2.	Подвижные игры с мячом «Козочки и волк».	
11.		3.	Динамическое упражнение «Пограничники». Игра «Секретное задание».	
12.		4.	Перестроение в круг из шеренги в цепочки «Пружинка».	
13.		5.	Дыхательное упражнение «Деревья». Ритмические упражнения с мячом «Смешарика».	
14.		6.	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы, хоровод «Калинка».	
15.		7.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой «Сюрприз», танец «Танцпол».	
16.		8.	Релаксирующие упражнения. «Сон на берегу моря», «Лицо загорает», «Палуба». Танец «Цыганский».	
17.		9.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Апанас», «Мяч в воздухе», «Едем в соседнее село».	

18.	Музыкальн о- ритмическ ий театр. (9 ч.)	1.	Инсценировка песни «Солнечный круг», подвижная игра «Мороз».	Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование песен и сказок. Выполнение несложных упражнений на детских музыкальных инструментах. Самостоятельное исполнение на детских музыкальных инструментах разученных детских песен. Повторение названий и звучаний музыкальных инструментов.
19.		2.	Ритмическое упражнение «Расставь посты». Игры на внимание «Будь внимателен». Пантомимический этюд «Битва».	
20.		3.	Ритмическое упражнение «Хендс-ап». Игра «Кошки- мышки».	
21.		4.	Ритмическая ходьба с движениями рук «Пингвины». Тренаж «Раз, два, три».	
22.		5.	Подвижная, музыкально- ритмическая и речевая игра «Бойцы молодцы», «Пустое место», «Собери военную технику».	
23.		6.	Подвижная, музыкально- ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе», «Два мороза», «Соловей-пташечка».	
24.		7.	Ритмическое упражнение «Разведчики». Ритмическая игра «Ритмическое эхо», «Метелица». Этюд «Бабушки-дедушки».	
25.		8.	Ритмическое упражнение «Горячая сковородка». Игра «Догадайся! Что это?». Танец «Только ты».	
26.		9.	Подготовительные упражнения к танцам «Па-де-грас». Игра с музыкальными инструментами «Займи обруч».	
27.	Танцеваль ные движения. Выполнени е совместных действий в заданном	1.	Подготовительные упражнения к танцам «На заре ты её не буди». Спортивный танец «Флик-фляк».	Определение разнообразных по содержанию и характеру музыкальных произведений (веселые, грустные и спокойные). Различение разнообразных по
28.		2.	Музыкально-ритмические движения «Большие и маленькие домики». Танец «Мани-Вани».	
29.		3.	Упражнения ритмической	

	темпе- ритме. (8 ч.)		гимнастики «Чешский галоп». Спортивный танец «Обручи и мячи».	характеру и звучанию песен, маршей, танцев. Составление несложных танцевальных композиций. Повторение основных элементов музыкальной грамоты. Разучивание и исполнение движений танца. Участие в совместной творческой деятельности.
30.		4.	Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями «Чарльстон».	
31.		5.	Метроритмика «Весёлая грядка». Танец «Школьная полька» муз. М. Глинки.	
32.		6.	Дыхательное упражнение «Пёрышки». Ритмическая гимнастика «В мире животных».	
33.		7.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Отбивай мяч», «Кто скорее?», «Бабка-Ёжка».	
34.		8.	Маршировка и пение. Марш с флажками «Сигнальщики», «Катюша».	

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Материально-техническое обеспечение:

- учебный кабинет (музыкальная студия), актовый зал;
- музыкальные инструменты (фортепиано, детские музыкальные инструменты: бубен, барабан, трещетка, маракас, ксилофон, колокольчик и т.п.);
- технические средства обучения (компьютер, музыкальный центр, мультимедийная доска, проектор);
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, компакт-диски, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры);
- фонотека (записи детских песен, классической музыки, релаксационной музыки и музыки для игр).
- ноутбук;
- колонки;
- гимнастические маты;
- мячи, гимнастические палки, обручи, гантели

Учебно-методические средства обучения.

- Барышникова, Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова. – М.: Айрис-пресс, 2000.– 266 с.
- Бекина, С. И. Музыка и движение: упражнения, игры и пляски для детей 6-7 лет /Бекина С. И., Ломова Т. П., Соковнина Е. Н. – М.: Просвещение, 1983. - 207с.
- Ваганова, А. Я. Основы классического танца / А. Я. Ваганова. –С.-Пб.: Лань, 2000. – 158с.

- Ковалько, В. И. Школа физкультминуток: 1-4 классы / В.И.Ковалько. – М.: ВАКО, 2009. – 272с.
- Пуртова, Т.В. Учите детей танцевать / Т.В. Пуртова, А.Н. Беликова, О.В. Кветная: учеб. пособ. для студ. учреждений сред. проф. обр.– М.: ВЛАДОС, 2008. – 256 с.
- Пустовойтова, М.Б. Ритмика для детей: учебно-методическое пособие / М.Б. Пустовойтова. – М.: ВЛАДОС, 2008. – 184с.
- Франио, Г. Пособие по ритмике: для 2 класса музыкальной школы / Г. Франио. – М.: Музыка, 2005. – 152с.
- 11.Михайлова Э.И., Иванова Ю.И. «Ритмическая гимнастика» - справочник - «Московская правда», 2009г.
- 12.Казакевич Н.В. СайкинаЕ.Г., Фирилева Ж.Е. Ритмическая гимнастика. Методическое пособие. - СПб , 2001.
- 20.Королева Е. А. «Азбука музыки в сказках, стихах и картинках» М. 2001 г.
- 21.Суворова Т.И. «Танцевальная ритмика» Санкт-Петербург-2014 г.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания МО учителей
гуманитарно - политехнического
цикла ГКОУ школы № 9 г. Туапсе
от 23 августа 2023 г. №1
Руководитель МО
_____ Л.Г. Присяжная

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по КР
_____ Е.Н. Вербицкая
«30» августа 2023 г