

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №11»

**Рассмотрено на заседании МО**  
учителей политехнического цикла  
Протокол № 1\_  
«30» августа 2021 г.  
Руководитель МО  
Лаас Л.Ф. \_\_\_\_\_

**Согласовано**  
зам.директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Когер Н.В.  
«31» августа 2021 г.

**Рабочая программа коррекционно-развивающего курса**  
**«Ритмика»**  
**Для обучающихся с ЛУО (ИН)**  
Для 6-8 классов  
срок реализации программы: 3 года

**Утверждаю**  
директор МБОУ "СОШ №11"  
\_\_\_\_\_

Демидова Т.А. \_  
«01» сентября 2021 г.

Составитель:  
Волкова В.К.  
Учитель начальных классов  
высшей квалификационной категории  
МБОУ « СОШ №11»;

### Пояснительная записка

Программа коррекционного курса «Ритмика» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта раздела Программы отдельных учебных предметов, (курсов) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), адаптированной основной общеобразовательной программы (далее–АООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Преподавание «Ритмики» обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) средствами музыкально-ритмической деятельности.

Основная цель преподавания ритмики детям с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) неразрывно связана с целью реализации АООП и заключается в создании условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих задач:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально-ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения;
- выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие коррекционные задачи:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;
- развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие мелкой моторики;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тел - развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

Специфические средства воздействия на учащихся, 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.

### **Общая характеристика коррекционного курса «Ритмика»**

"Ритмика"- это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных физических и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движений, развиваются важные для школьной готовности такие личностные качества, как саморегуляция и произвольность движений и поведения. Занятия по«Ритмике» построены на сочетании музыки, движения, речи.

Содержанием работы на занятиях 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, лентам 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 детей с ОВЗ 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 тоже 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. Упражнения на духовой гармонике, 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.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

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

На каждом занятии осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач занятия 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.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений — научить детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

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).

Обучению детей 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.

### Описание места коррекционного курса в учебном плане

В учебном плане данный предмет входит в «Коррекционно-развивающую область»

| класс                       | 6 класс | 7класс | 8класс |
|-----------------------------|---------|--------|--------|
| Количество занятий в неделю | 2 ч     |        |        |

### Личностные и предметные результаты освоения курса «Ритмика»

Личностные результаты — осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга; способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; целостный, социально-ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей; самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей; понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

В процессе освоения курса ритмики у учащихся формируется позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Активное освоение данной деятельности позволяет совершенствовать физические качества, осваивать физические и двигательные действия, успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и элементарную самостоятельность.

**Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциям:**

- Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель– ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель –класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.
- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

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

### **Предметные результаты освоения учебного курса «Ритмика»**

Обучающиеся должны уметь:

#### **Минимальный уровень**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- 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 круги не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- предавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость ит.д.;
- предавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

#### **Достаточный уровень**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться);
- рассчитываться на первый, второй, третий;
- ориентироваться в пространстве зала (центр, правая сторона, левая сторона);
- самостоятельно выполнять перестроения из шеренги в круг и обратно (быстро находить свое место);
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- начинать и заканчивать движение в соответствии со звучанием музыки;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;

- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- с помощью учителя выполнять хлопками несложный ритмический рисунок;
- выполнять игровые и простые плясовые движения под контролем учителя;
- выполнять с помощью учителя движения в соответствии со звучанием музыки.

### **Содержание учебного предмета**

6 класс (68 ч. - 2 часа в неделю)

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

#### **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.

#### **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 пояс. 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).

## 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.

## 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

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.

### **Содержание учебного предмета**

7 класс (68 ч.- 2 часа в неделю)

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

## 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.

## 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 пояс. 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).

## 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.

## 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

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.

### Содержание учебного предмета

8 класс (68 ч. -2 часа в неделю)

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

## 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 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.

## 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 пояс. 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).

## 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.

## 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

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.

## Тематическое планирование 6 класс

| №   | Тема урока                                                                                                           | Количество часов |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 1.  | Вводное занятие                                                                                                      | 1                |
| 2.  | Планирование и безопасное выполнение простых двигательных навыков демонстрация способов контроля при их объединении. | 2                |
| 3.  | Совершенствование движений посредством отработки двигательных навыков детьми индивидуально и в парах                 | 3                |
| 4.  | Основные элементы тувинского танца.                                                                                  | 2                |
| 5.  | Тувинский танец «Наездники».                                                                                         | 2                |
| 6.  | Обучение способам передвижения, прыжкам                                                                              | 2                |
| 7.  | Основные движения танца с хадаками «Приветственный»                                                                  | 2                |
| 8.  | Тувинский танец «Приветственный».                                                                                    | 2                |
| 9.  | Связь музыки и движения.                                                                                             | 2                |
| 10. | Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях                                               | 2                |
| 11. | Изучения основных движений танца «Цыганочка».                                                                        | 2                |
| 12. | Танец «Цыганочка».                                                                                                   | 2                |
| 13. | Изучение образных танцев                                                                                             | 2                |
| 14. | Изучение основных движений танца «Пингвины».                                                                         | 2                |
| 15. | Танец «Пингвины».                                                                                                    | 2                |
| 16. | Изучение основных движений танца «Ча-ча-ча».                                                                         | 2                |
| 17. | Танец «Ча-ча-ча».                                                                                                    | 2                |
| 18. | Изучение основных движений танца «Вальс».                                                                            | 2                |
| 19. | Танец «Фигурный вальс».                                                                                              | 2                |
| 20. | Танцы - игры на развитие творческих способностей.                                                                    | 2                |
| 21. | Подвижные игры с элементами спорта.                                                                                  | 2                |
| 22. | Изучение движений танца «Берлинская полька».                                                                         | 2                |
| 23. | Танец «Берлинская полька».                                                                                           | 2                |
| 24. | Изучения танцев в современных ритмах.                                                                                | 2                |
| 25. | Изучения основных движений танца «Самбарينو».                                                                        | 2                |
| 26. | Современный танец «Самбарينو».                                                                                       | 2                |
| 27. | Диско-танцы «Паровозик».                                                                                             | 2                |
| 28. | Изучение массовых композиций: «Вальс шаров»                                                                          | 2                |
| 29. | Классические композиции «Музыкальная шкатулка».                                                                      | 2                |
| 30. | Изучение основных движений Испанского танца..                                                                        | 2                |
| 31. | Изучение классических балльных танцев.                                                                               | 2                |
| 32. | Изучение основных движений танца «Веснянка».                                                                         | 2                |
| 33. | Украинский народный танец «Веснянка».                                                                                | 2                |

|     |                         |   |
|-----|-------------------------|---|
| 34. | Русский народный танец. | 2 |
|-----|-------------------------|---|

7 класс

| №   | Тема урока                                                                                                           | Количество часов |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 35. | Вводное занятие                                                                                                      | 1                |
| 36. | Планирование и безопасное выполнение простых двигательных навыков демонстрация способов контроля при их объединении. | 2                |
| 37. | Совершенствование движений посредством отработки двигательных навыков детьми индивидуально и в парах                 | 3                |
| 38. | Дополнительные элементы тувинского танца.                                                                            | 2                |
| 39. | Тувинский танец «Наездники» в парах.                                                                                 | 2                |
| 40. | Обучение способам передвижения, прыжкам , подпрыгиваниям                                                             | 2                |
| 41. | Дополнительные движения танца с хадаками «Приветственный»                                                            | 2                |
| 42. | Тувинский танец «Приветственный».                                                                                    | 2                |
| 43. | Связь музыки и движения. Этюд.                                                                                       | 2                |
| 44. | Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях                                               | 2                |
| 45. | Изучения дополнительных движений танца «Цыганочка».                                                                  | 2                |
| 46. | Танец «Цыганочка».                                                                                                   | 2                |
| 47. | Изучение образных танцев, характеристики танца.                                                                      | 2                |
| 48. | Изучение дополнительных движений танца «Пингвины».                                                                   | 2                |
| 49. | Танец «Пингвины».                                                                                                    | 2                |
| 50. | Изучение дополнительных движений танца «Ча-ча-ча».                                                                   | 2                |
| 51. | Танец «Ча-ча-ча».                                                                                                    | 2                |
| 52. | Изучение дополнительных движений танца «Вальс».                                                                      | 2                |
| 53. | Танец «Фигурный вальс».                                                                                              | 2                |
| 54. | Танцы - игры на развитие творческих способностей. Координации                                                        | 2                |
| 55. | Подвижные игры с элементами спорта , этюд                                                                            | 2                |
| 56. | Изучение дополнительных движений танца «Берлинская полька».                                                          | 2                |
| 57. | Танец «Берлинская полька».                                                                                           | 2                |
| 58. | Изучения танцев в современных ритмах, убыстренный темп                                                               | 2                |
| 59. | Изучения дополнительных движений танца «Самбарينو».                                                                  | 2                |
| 60. | Современный танец «Самбарينو».                                                                                       | 2                |
| 61. | Диско-танцы «Паровозик», Буратино».                                                                                  | 2                |
| 62. | Изучение массовых композиций: «Вальс шаров», «Цирковые лошади»                                                       | 2                |
| 63. | Классические композиции «Музыкальная шкатулка».                                                                      | 2                |
| 64. | Изучение дополнительных движений Испанского танца..                                                                  | 2                |
| 65. | Изучение классических балльных танцев.                                                                               | 2                |
| 66. | Изучение дополнительных движений танца «Веснянка».                                                                   | 2                |

|     |                                       |   |
|-----|---------------------------------------|---|
| 67. | Украинский народный танец «Веснянка». | 2 |
| 68. | Русский народный танец.               | 2 |

8 класс

| №   | Тема урока                                                                                                           | Количество часов |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| 69. | Вводное занятие                                                                                                      | 1                |
| 70. | Планирование и безопасное выполнение простых двигательных навыков демонстрация способов контроля при их объединении. | 2                |
| 71. | Совершенствование движений посредством отработки двигательных навыков детьми индивидуально и в парах                 | 3                |
| 72. | Дополнительные элементы тувинского танца.                                                                            | 2                |
| 73. | Тувинский танец «Наездники» в парах, массовый танец                                                                  | 2                |
| 74. | Обучение способам передвижения, прыжкам , подпрыгиваниям                                                             | 2                |
| 75. | Дополнительные движения танца с хадаками «Приветственный»                                                            | 2                |
| 76. | Тувинский танец «Приветственный».                                                                                    | 2                |
| 77. | Связь музыки и движения. Этюд. Композиция.                                                                           | 2                |
| 78. | Динамика и характер музыкального произведения в танцевальных движениях                                               | 2                |
| 79. | Изучения дополнительных движений танца «Цыганочка».                                                                  | 2                |
| 80. | Танец «Цыганочка».                                                                                                   | 2                |
| 81. | Изучение образных танцев, характеристики танца.                                                                      | 2                |
| 82. | Изучение дополнительных движений танца «Пингвины».                                                                   | 2                |
| 83. | Танец «Пингвины».                                                                                                    | 2                |
| 84. | Изучение дополнительных движений танца «Ча-ча-ча».                                                                   | 2                |
| 85. | Танец «Ча-ча-ча».                                                                                                    | 2                |
| 86. | Изучение дополнительных движений танца «Вальс».                                                                      | 2                |
| 87. | Танец «Фигурный вальс».                                                                                              | 2                |
| 88. | Танцы - игры на развитие творческих способностей. Координации                                                        | 2                |
| 89. | Подвижные игры с элементами спорта , этюд, композиция                                                                | 2                |
| 90. | Изучение дополнительных движений танца «Берлинская полька».                                                          | 2                |
| 91. | Танец «Берлинская полька».                                                                                           | 2                |
| 92. | Изучения танцев в современных ритмах, убыстренный темп                                                               | 2                |
| 93. | Изучения дополнительных движений танца «Самбарينو».                                                                  | 2                |
| 94. | Современный танец «Самбарينو».                                                                                       | 2                |
| 95. | Диско-танцы «Паровозик», «Буратино», «Карусель».                                                                     | 2                |
| 96. | Изучение массовых композиций: «Вальс шаров», «Цирковые лошади»                                                       | 2                |
| 97. | Классические композиции «Музыкальная шкатулка».                                                                      | 2                |
| 98. | Изучение дополнительных движений Испанского танца..                                                                  | 2                |
| 99. | Изучение классических балльных танцев.                                                                               | 2                |

|      |                                                    |   |
|------|----------------------------------------------------|---|
| 100. | Изучение дополнительных движений танца «Веснянка». | 2 |
| 101. | Украинский народный танец «Веснянка».              | 2 |
| 102. | Русский народный танец.                            | 2 |
| 103. |                                                    |   |

**г. Ангарск -2021**