

Тамбовское областное государственное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»

Рассмотрена и рекомендована  
к утверждению Педагогическим советом  
Протокол от 27.08.2024 № 1

Утверждена  
приказом от 02.09.2024 № 209-о

**Рабочая программа  
по предмету  
«Ритмика»  
для обучающихся 2 класса  
с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
1 вариант**

**Составитель:**  
учитель Арсенина М.Н.

## Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Ритмика» составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – Стандарт) и адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – обучающихся с УО АООП) Тамбовского областного государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения».

Предмет «Ритмика» входит в коррекционно-развивающую область учебного плана.

Преподавание ритмики для детей с нарушением интеллекта обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Ритмика, являясь синтетическим, интегративным видом деятельности, позволяет решать целый спектр разнообразных образовательных, воспитательных, развивающих и коррекционных задач, лежащих во многих плоскостях, - от задач укрепления здоровья умственно отсталых учащихся, развития их психомоторики, до задач формирования и развития у них творческих и созидательных способностей, коммуникативных умений и навыков.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

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

Преподавание ритмики помогает осуществлению коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно-развивающего обучения данному предмету является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

**Цель предмета:** исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

***Задачи образовательные:***

- формировать знания о музыке с помощью изучения произведений различных жанров, а также в процессе собственной музыкально-исполнительской деятельности;
- формировать музыкально-эстетический словарь;
- формировать ориентировку в средствах музыкальной выразительности;
- развивать чувство ритма, речевую активность, звуковысотный слух, музыкальную память и способность реагировать на музыку, музыкально-исполнительские навыки.

***Задачи развивающие:***

- развивать чувство ритма, речевую активность, музыкальную память, способность реагировать на музыку, музыкально-исполнительские навыки;
- развивать двигательную активность, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей;
- развивать общую и речевую моторику;

***Задачи коррекционные:***

- корректировать отклонения в интеллектуальном развитии;
- корректировать нарушения звукопроизводительной стороны речи;
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения.

***Задачи воспитательные:***

- помочь самовыражению учеников через занятия музыкально-ритмической деятельностью;
- содействовать приобретению навыков общения с окружающими, развивать эмоциональную отзывчивость;
- способствовать формированию культуры поведения.
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения;
- активизировать творческие способности.

Целевая установка достигается путем введения ребенка в многообразный мир музыки, с учётом его психофизических и интеллектуальных возможностей.

Во время проведения занятий по ритмике используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока, рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока, интерес к теме или уроку, распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корректируют нагрузку на эмоции и двигательную

активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

### **Нормативная база**

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599;

3. Учебным планом;

4. Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);

5. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21 сентября 2022г. №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников»

6. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Минпросвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. №1026.

### **Сведения о примерной программе**

Рабочая программа составлена на основе примерной программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1—4 классы / [А. А. Айдарбекова, В. М. Белов, В. В. Воронкова и др.]. — 8-е изд. — М. : Просвещение, 2013.

## **Обоснование выбора программы**

Программа выбрана в соответствии с федеральным компонентом государственного образовательного стандарта, примерной программы начального общего образования по музыке, рекомендована Департаментом образовательных программ и стандартов общего образования Министерства образования РФ в полном объеме соответствует образовательным целям школы-интерната. Программа построена с учётом принципов системности, научности, доступности и преемственности; способствует формированию ключевых компетенций обучающихся; обеспечивает условия для реализации практической направленности, учитывает возрастную психологию обучающихся, имеющих задержку психического развития

## **Внесённые изменения**

Программа учитывает особые образовательные потребности детей с умственной отсталостью:

- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности;
- стимулирование развития учебной мотивации, познавательной активности;
- обеспечение непрерывного контроля над становлением учебно-познавательной деятельности ребёнка до достижения уровня, позволяющего сформировать умение принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, умение планировать и контролировать свою деятельность, стремиться к самостоятельному выполнению учебных заданий;
- стимуляция осмысления ребёнком приобретаемых в ходе обучения знаний как пригодных для применения в привычной повседневной жизни;
- включение в содержание программы разделов, содержащих специальный коррекционный компонент;
- организация процесса обучения с учётом специфики усвоения знаний, умений и навыков детьми с нарушением интеллекта («пошаговое» предъявление материала, дозированная помощь взрослого, использование специальных методов, приёмов и средств, способствующих как общему развитию ребёнка, так и компенсации индивидуальных недостатков развития).

Возможно уменьшение количества часов, в зависимости от изменения календарного учебного графика, сроков каникул, выпадения уроков на праздничные дни и дни здоровья. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, которое может меняться (увеличиваться или уменьшаться) в зависимости от уровня усвоения темы обучающимися. Поэтому важен не только дифференцированный подход в обучении, но и неоднократное повторение, закрепление пройденного материала.

В программу включены музыкальные произведения современных авторов Ю.Верижникова, А.Варламова, М.Протасова; танцевальная музыка разных народов, пальчиковые упражнения и музыка для релаксации.

## **Место и роль учебного предмета**

Связи музыки и ритмики с жизнью человека, роль искусства в повседневном его бытии, роль искусства в жизни общества — главный смысловой стержень рабочей программы для 1-4 классов. Программа строится так, чтобы дать школьникам представления о значении искусства в их личностном становлении.

Предмет «Ритмика» входит в коррекционно-развивающую область учебного плана и изучается в 1-4 классах.

## **Информация о количестве учебных часов**

Рабочая программа по музыке составлена в соответствии с количеством часов, указанных в учебном плане общеобразовательного учреждения. Предмет «Ритмика» изучается во 2 классе в объеме 34 часов.

## **Формы организации учебного процесса:**

индивидуальные, групповые, индивидуально-групповые, фронтальные, классные и внеклассные.

Основной формой учебного процесса является урок. В практике используются следующие типы урока:

- урок объяснения нового материала (урок первоначального изучения материала);
- урок закрепления знаний, умений, навыков (практический урок);
- урок обобщения и систематизации знаний (повторительно- обобщающий урок);
- комбинированный урок;
- нестандартные уроки (урок-викторина, урок-игра и др.).

## **Технологии обучения:**

- традиционное обучение;
- личностно – ориентированное обучение;
- дифференцированное обучение;
- групповая (коллективная) учебно-познавательная деятельность;
- интерактивное обучение;
- дидактические игры;
- ритмопластика и ритмическая гимнастика;
- логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
- корректирующие игры с пением;
- коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
- коммуникативные танцы;
- хореографические этюды с предметами и без предметов;
- элементы музицирования;
- ритмический диктант;

## **Механизмы формирования ключевых компетенций обучающихся:**

- ценностно-смысловые;
- общекультурные;
- учебно-познавательные;
- информационные;
- коммуникативные;
- социально-трудовые.

## **Виды и формы контроля**

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

- оценка творческой продукции ребенка – исполнение им комплексов упражнений по ритмической гимнастике, танцев, песен;
- игра на простых музыкальных инструментах, участие в различных сценических представлениях;
- повышение уровня общей и физической культуры;
- введение речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
- отношение в коллективе.

## **Планируемый уровень подготовки обучающихся**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования федерального государственного образовательного стандарта обучение на уроках по предмету «Ритмика» направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит личностным результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Личностные результаты освоения обучающимися с УО АООП образования включают

индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

Планируемые результаты изучения предмета «Ритмика» разработаны в соответствии с особенностями структуры и содержания данного курса.

### **Личностные результаты**

- развитие музыкально-эстетического чувства, проявляющегося в эмоционально-ценностном отношении к искусству;

- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) музицирования при воплощении музыкальных образов;
- позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей.

### **Предметные результаты:**

#### Минимальный уровень:

- уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движения, обращая внимание на музыку;
- выполнять упражнения в определенном ритме и темпе;
- выполнять игровые и плясовые движения.

#### Достаточный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями;
  - передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыка: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и др.;
  - самостоятельно передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
  - повторять любой ритм, заданный учителем.

### **Информация об используемом учебнике**

Учебными пособиями данный курс не обеспечен.

### **Содержание рабочей программы**

Программа содержит 5 разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.
4. Игры под музыку.
5. Танцевальные упражнения.

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 умственно отсталых 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.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ.

Обучению умственно отсталых 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. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с предметом в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

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

### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве – 7 часов.**

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

### **2. Ритмико-гимнастические упражнения – 7 часов.**

#### *Общеразвивающие упражнения*

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

#### *Упражнения на координацию движений*

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

#### *Упражнения на расслабление мышц*

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

### **3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 7 часов.**

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

#### 4. Игры под музыку – 6 часов.

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

#### 5. Танцевальные упражнения – 7 часов.

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

#### Учебно-тематический план

Наименование разделов	Количество часов
Упражнения на ориентировку в пространстве.	7
Ритмико-гимнастические упражнения	7
Упражнения с детскими музыкальными инструментами	7
Игры под музыку	6
Танцевальные упражнения	7
<b>Итого:</b>	<b>34</b>

#### Требования к уровню подготовки обучающихся

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования федерального государственного образовательного стандарта обучение на уроках по предмету «Ритмика» направлено на достижение обучающимися личностных и предметных результатов.

#### Личностные результаты

- развитие музыкально-эстетического чувства, проявляющегося в эмоционально-ценностном отношении к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (или индивидуального) музицирования при воплощении музыкальных образов;
- позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей.

#### **Предметные результаты:**

##### Минимальный уровень:

##### *Обучающиеся должны **знать**:*

- понятие «исходное положение»;
- названия некоторых движений и упражнений;
- понятия «музыкальный акцент», «темп»;
- ощущать смену частей музыкального произведения;
- знать нюансы в музыке.

##### *Обучающиеся должны **уметь**:*

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- выполнять игровые и плясовые движения.

Достаточный уровень:

*Обучающиеся должны **знать:***

- понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения;
- названия танцевальных элементов и комбинаций.

*Обучающиеся должны **уметь:***

- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения;
- перестраиваться в три колонны, шеренги;
- выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- самостоятельно передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем.

## Литература и средства обучения

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

### Дополнительная литература для учителя и учащихся:

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

### Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>

### **Материально-техническое обеспечение**

**Дидактический материал:** изображения (картинки, фото, пиктограммы) музыкальных инструментов, оркестров; портреты композиторов;

альбомы с демонстрационным материалом, составленным в соответствии с тематическими линиями учебной программы;

таблицы с обозначением выразительных возможностей различных музыкальных средств для различения высотности, громкости звуков, темпа, характера музыкального произведения;

платки, флажки, ленты, а также игрушки-куклы, игрушки-животные куклы-бибабо, ростовые куклы и др.;

**Музыкальные инструменты:** бубны, бубенцы, ложки, блок-флейты, палочки, металлофоны, детские гусли, колокольчики, маракасы, кастаньеты.

**Оборудование:** аккордеон, синтезатор, музыкальный центр, компьютер.

Аудиозаписи, видеофильмы, презентации (записи со звучанием музыкальных инструментов и музыкантов, играющих на различных инструментах, оркестровых коллективов;

фрагментов из оперных спектаклей, мюзиклов, балетов, концертов разной по жанру музыки), тексты песен.

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту	Деятельность обучающихся	Коррекционная работа	Ожидаемый результат
<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>							
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом. Варианты притопов.				Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Знать исходное положение, построение в шеренгу	Развитие пространственной ориентации	Занимать исходное положение для каждого упражнения. Уметь построиться в шеренгу.
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы.				Чередовать ходьбу с приседанием	Развитие быстроты и точности реакции.	Уметь быстро переключаться с одного вида деятельности на другой.
3	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три. Музыкальная игра «Репка».				Ходить на носочках, пятках. Рассчитываться на 1, 2, 3. знать положение рук при выполнении этих упражнений	Развитие пространственной организации собственных движений	Уметь рассчитывать себя на первый, второй, третий для последующего построения в колонны по три, шеренги.
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>							
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Музыкальные образы героев «Репки». Наклоны, повороты и круговые движения головы.				Наклоны, повороты, круговые движения головы	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений	Знать и отличать понятия «наклон», «поворот». Уметь выполнять движения в заданных направлениях разными частями тела.

5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях. Игра на металлофоне. Песня-игра «В траве сидел кузнечик»				Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища. Знать, определять тип музыки	Коррекция переключаемости движений	
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>							
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. Присядка в парах, полуприседания.				Взмах ногой в разные стороны с одновременным движением рук. Знать, как соединяются ладошки при хлопке.	Коррекция согласованности движений	Координировать движения рук и ног. Уметь выполнять одноименные и разноименные движения руками и ногами.
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Круговые движения ног и рук. Танцевальные движения с ленточками.				Круговые движения ног в сочетании с круговым движением рук (правой, левой)	Развитие точности, координации движений	Уметь сочетать движения с хлопками.
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>							
8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча. Музыка для релаксации «В лесу».				Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус, стоя на полупальцах. Знать положение головы	Преодоление мышечных зажимов.	Уметь быстро расслабить мышцы и сбросить напряжение в теле.
<b>Игры под музыку</b>							
9	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения				Передавать в движениях частей музыкального произведения	Развитие выразительности движений	Уметь слушать и слышать музыку, реагировать

10	Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке.				Передать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта	Изменени е характера движений в соответст вии с изменени ем контрасто в звучания	на изменения в музыке.
----	--	--	--	--	--	---	---------------------------

### Танцевальные упражнения

11	Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца. Упражнения с ленточками.				Элементы танца по программе, выполнять чётко, красиво. Знать положение рук при выполнении движений	Развитие словесной регуляци и действий на основе согласования слова и движений	Знать что такое «хоровод», уметь согласовывать движение с речевым сопровождением.
12	Танцевальные упражнения. Шаг на носках Логоритмика «Гуси»				Шаг на носках (простой), шаг на носках на счёт три, четыре – опуститься. Шаг польки	Преодоление двигательных зажимов.	Знать особенности выполнения шага на носках, уметь вступить на разный счет.
13	Танцевальные упражнения. Шаг польки. Игра на бубне.				Высокие подскоки, боковой галоп	Развитие быстроты и точности реакции.	Научиться исполнять шаг польки с высоким и длинным подскоком.

### Упражнения на ориентирование в пространстве

14	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга				Перестроиться из одного круга в два, три	Развитие оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение	Знать особенности перестроений из линии и колонны в круги. Уметь работать коллективно и слаженно.
----	---	--	--	--	--	--	--

15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги				Перестроиться в концентрические круги	Развитие умения выполнять совместные действия.	
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>							
16	Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.  Логоритмика «Барабан»				Сгибать, разгибать, встряхивать, поворачивать руки в разных направлениях. Сжимать, разжимать пальцы в кулак	Коррекция мелкой моторики, подвижности пальцев рук.	Научиться игре на барабанах, уметь управляться с барабанными палочками. Повторять ритм, заданный учителем.
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>							
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами. Передача бубна над головой.				Выполнение движений с лентами, обход их при ходьбе, передаче предметов.	Коррекция двигательных навыков, ловкости, точности.	Научиться манипулировать предметом при выполнении перестроений.
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>							
18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание				Приседать, подниматься на носки (движения делать отдельно и слитно) Круговые движения ног (ступни) Выставлять ногу в разных направлениях.	Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения).	Уметь держать осанку и корпус во время движения. Уметь подняться высоко на носочки и низко присесть, при этом

19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.				Упражнения на выработку осанки Перелезание через сцепленные руки, через палку.	Выработка правильной осанки, чувства равновесия.	соблюдая постановку корпуса.
----	--	--	--	--	---	--	------------------------------

**Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений**

20	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами				Выполнять упражнения на координацию движений с предметами	Развитие словесной регуляции и действий на основе согласования слова и движений.	Повторять любой ритм, заданный учителем; Задать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. Игра на ложках.				Задать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами)	Формирование чувства ритма, восприимчивости ритмического рисунка. Развитие всех видов памяти.	

**Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц**

22	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела. Упражнение «Маятник».				Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую, из стороны в сторону	Коррекция восприимчивости своего тела и отдельных его частей.	Уметь ощущать вес собственного тела, переносить тяжесть тела с ноги на ногу.
----	---	--	--	--	--	---	--

### Координационные движения, регулируемые музыкой

23	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах				Исполнять гаммы в пределах одной октавы обеими руками (отдельно).	Коррекция слухового восприятия, мелкой моторики руки.	Знать что такое «гамма», научиться исполнять ее на музыкальном инструменте.
24	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.				Составить простой ритмический рисунок повторять любой ритм, заданный учителем.	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	Исполнять ритмы различных мелодий на барабане или бубне.

### Игры под музыку

25	Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений. Игра «Угадайка».				Прохлопывать несложный ритмический рисунок	Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания.	Уметь скоординировать свои движения в соответствии с характером и темпом музыки.
26	Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца.				Пружинные движения, плавные, спокойные. Самостоятельно ускорять, замедлять темп упражнений	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	Знать понятия «ширина», «высота». Уметь использовать эти понятия в игре.

### Игры под музыку

27	Игры под музыку. Передача игровых образов. «Инсценировка песни «В траве сидел кузнечик».				Передавать образ при инсценировке песни	Развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств.	Передавать в игровых и плясовых движениях различные образы.
28	Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. Танец-игра «Ходим кругом».				Передавать в движении развернутый сюжет	Формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов.	Уметь импровизировать, исполнять разнохарактерные роли.
29	Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами. Упражнение на дыхание «Аромат цветов».				Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их.	Развитие воображения, коррекция психических процессов.	Развить способность воображать предмет и манипулировать воображаемым предметом.
30	Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Я бегу и в бубен бью»					Согласование движений с пением.	Уметь согласовывать речь с движением и игрой.
<b>Танцевальные упражнения</b>							
31	Танцевальные упражнения. Танец «Маленькие утята». Сильные поскоки, боковой галоп				Двигаться парами по кругу лицом, боком	Развитие умения выполнять совместные действия.	Уметь выполнять одно и то же движение в паре, одинаково и синхронно.

32	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.				Двигаться парами по кругу лицом, боком	Коррекция коммуникативных навыков.	Двигаться по кругу, соблюдая дистанцию и одновременно выполнять танцевальные движения.
33	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски. «Светит месяц».				Элементы русской пляски на месте, с передвижениями	Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка.
34	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев				Выполнять основные движения народных танцев	Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу.	