

Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» относится к области «Коррекционно-развивающие занятия» разработана на основе:

Ритмика относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24 ноября 2022 № 1026;

- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г;

- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями (вариант 1) КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа № 2»;

- учебным планом КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа № 2».

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом ФАООП УО (вариант 1), с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей. Ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в рабочей программе воспитания КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа № 2».

Общая характеристика учебного предмета

Цели обучения: развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

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).

Задачи:

- развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;

- обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;

- расширение кругозора обучающихся через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;

- создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;

формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;

- коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 5 классе определяет следующие задачи:

- совершенствование умения слушать музыку;

- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);

- совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;

- коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;

- развитие координации движений, чувства ритма, темпа;

- выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;

- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
 - развитие мышечной памяти, творческого воображения, мышления;
 - развитие эстетического вкуса, эмоционального и физического благополучия обучающегося;
- совершенствование навыков участия в коллективной творческой деятельности.

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 7 классе определяет следующие задачи:

- развитие умения слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений:
 - общая коррекция речевой и моторной деятельности;
 - овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
 - овладение музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
 - развитие мышечной памяти, творческого воображения, мышления;
 - развитие эстетического вкуса, эмоционального и физического благополучия обучающегося;
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 8-9 классе определяет следующие задачи:

- развитие основ начальных знаний из области сценических движений (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;
 - коррекция имеющихся недостатков в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
 - формирование правильной осанки;
 - совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;
- формирование навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

Сроки реализации коррекционного курса «Ритмика» в 5, 7-9 классах: 2024-2025 учебный год.

Место учебного предмета в учебном плане

Коррекционный курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательной частью учебного плана.

В соответствии с учебным планом рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» в 5 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 час в неделю).

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» в 7 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 час в неделю).

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» в 8 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 час в неделю).

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» в 9 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 час в неделю).

Содержание коррекционного курса «Ритмика» 5, 7-9 классах

Содержание программы коррекционного курса «Ритмика» предусматривает степень нарастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни.

Основные направления работы по ритмике: упражнения на ориентировку в пространстве; ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц); упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку; танцевальные упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве Правильное исходное положение. 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). 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 во время ходьбы., 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. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы 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. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. 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). Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

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

Выполнение различных ролей в группе (лидера, исполнителя, критика), умение договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Различение характера музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Выразительная и эмоциональная передача в движениях

игровых образов (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).

Исполнение игр с пением и речевым сопровождением.

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

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек - движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.

Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

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 элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Содержание разделов

5 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Контрольные работы
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5	-
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	9	-
3.	Упражнения с музыкальными инструментами	3	-
4.	Игры под музыку	6	-
5.	Танцевальные упражнения	11	-
	Всего	34	

**Содержание разделов
7 класс**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Контрольные работы
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5	-
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	10	-
3.	Упражнения с музыкальными инструментами	2	-
4.	Игры под музыку	6	-
5.	Танцевальные упражнения	11	-
	Всего	34	

**Содержание разделов
8 класс**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Контрольные работы
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5	-
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	10	-
3.	Упражнения с музыкальными инструментами	2	-
4.	Игры под музыку	6	-
5.	Танцевальные упражнения	11	-
	Всего	34	

**Содержание разделов
9 класс**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Контрольные работы
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	5	-
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	10	-
3.	Упражнения с музыкальными инструментами	2	-

4.	Игры под музыку	6	-
5.	Танцевальные упражнения	11	-
	Всего	34	

Планируемые результаты освоения рабочей программы по коррекционному курсу «Ритмика»

5 класс

Личностные результаты:

- развитие навыков коммуникации и принятие норм социального взаимодействия;
- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нём;
- освоение социальной роли обучающегося;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; -проявление доброжелательности и взаимопомощи;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие мотивации к учению, работе на результат;
- развитие бережного отношения к природе;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- развитие самостоятельности: выполнение задания без текущего контроля учителя;
- овладеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- осознание себя как гражданина России.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; о организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- 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.;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем; о задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

7 класс

Личностные результаты:

- развитие навыков коммуникации и принятие норм социального взаимодействия;
- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нём;
- освоение социальной роли обучающегося; -развитие навыков сотрудничества со

взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- проявление доброжелательности и взаимопомощи;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие мотивации к учению, работе на результат;
- развитие самостоятельности: выполнение задания без текущего контроля учителя.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- 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 (хлопками или притопами).

Достаточный уровень:

- самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- четко, организованно самостоятельно перестраиваться, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

8 класс

Личностные результаты:

- развитие навыков коммуникации и принятие норм социального взаимодействия;
- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нём;
- освоение социальной роли обучающегося;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- проявление доброжелательности и взаимопомощи;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие мотивации к учению, работе на результат;
- развитие бережного отношения к природе;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- развитие самостоятельности: выполнение задания без текущего контроля учителя;
- овладеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- осознание себя как гражданина России.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.
- уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на музыку, даже во время веселой, задорной пляски;

- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

- выполнение ритмических комбинаций;
- основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;
- знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;
- уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

9 класс

Личностные результаты:

- развитие навыков коммуникации и принятие норм социального взаимодействия;
- формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нём;
- освоение социальной роли обучающегося;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- проявление доброжелательности и взаимопомощи;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- развитие мотивации к учению, работе на результат;
- развитие бережного отношения к природе;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- развитие самостоятельности: выполнение задания без текущего контроля учителя;
- овладеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- осознание себя как гражданина России.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);
- определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.
- уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

- 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;
- знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;

- знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;

- уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

Базовые учебные действия (БУД)

Личностные:

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться успехами и достижениями как собственными, так и своих других обучающихся; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользую социальную деятельность; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные:

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых), 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 временнопространственную 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.

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью планируемых результатов освоения рабочей программы по коррекционному курсу «Ритмика»

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

0 баллов – нет фиксируемой динамики;

1 балл – минимальная динамика;

2 балла - удовлетворительная динамика;

3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	№ п/п раздела	Название раздела и темы	Кол.-во часов
1	1.1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Понятие о ритме движения и музыки. Ритмическая ходьба под счёт (упражнения на ориентировку в пространстве)	1
2	1.2	Упражнения на ориентировку в пространстве: основные танцевальные точки; диагональ, середина.	1
3	1.3	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроения из круга в колонны, в линии, в диагонали	1
4	1.4	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию движений. Понятие о рабочей и опорной ноге	1
5	1.5	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге, выполнении движений.	1
6	1.6	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1
7	1.7	Подготовительные упражнения к танцам.	1
8	1.8	Подготовительные упражнения к танцам.	1
9	1.9	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Если нравится тебе, делай так!».	1
10	1.10	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов.	1
11	1.11	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1
12	1.12	Упражнения ритмической гимнастики с обручем	1
13	1.13	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
14	1.14	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Делай, как я»	1
15	1.15	Танцы. «Полька»	1
16	1.16	Танцы. «Полька»	1
17	1.17	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели	1
18	1.18	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой и координацию. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами.	1
19	1.19	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1
20	1.20	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
21	1.21	Музыкально-ритмические и речевые игры «Музыкальные стаканчики»	1
22	1.22	Элементы танца «Полька»	1
23	1.23	Танцы. «Полька»	1
24	1.24	Танцы. «Полька»	1
25	1.25	Танцы. «Полька»	1

26	1.26	Музыкально-ритмические и речевые игры «Рыбаки и рыбки»	1
27	1.27	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1
28	1.28	Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой	1
29	1.29	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
30	1.30	Подготовительные упражнения к танцам.	1
31	1.31	Танцы. «Полька»	1
32	1.32	Танцы. «Полька»	1
33	1.33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Третий лишний»	1
34	1.34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1
		ИТОГО:	34

Тематическое планирование 7 класс

№ п/п	№ п/п раздела	Название раздела и темы	Кол.-во часов
1.	1.1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве: основные танцевальные точки; Ритмическая ходьба под счёт	1
2	1.2	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроения из круга в колонны, в линии, в диагонали. Перестроения в круг.	1
3	1.3	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию движений. Понятие о рабочей и опорной ноге. Позиции ног.	1
4	1.4	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при выполнении движений.	1
5	1.5	Ритмико-гимнастические упражнения без предметов и с предметами.	1
6	1.6	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
7	1.7	Подготовительные упражнения к танцам: позиций рук	1
8	1.8	Подготовительные упражнения к танцам.	1
9	1.9	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Делай, как я».	1
10	1.10	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из круга.	1
11	1.11	Ритмико-гимнастические упражнения без предметов и с предметами.	1
12	1.12	Ритмико –гимнастические упражнения на координацию движений.	1
13	1.13	Подготовительные движения к танцам: Элементы русской пляски	1
14	1.14	Подготовительные движения к танцам: Элементы русской пляски	1
15	1.15	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Лавата».	1
16	1.16	Танцы. «Плясовая».	1
17	1.17	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки	1

		и карусели	
18	1.18	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой и координацию. Изменение положения головы, туловища, рук с различными интервалами.	1
19	1.19	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнение на связь движений с музыкой.	1
20	1.20	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию и ориентирование в пространстве. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы	1
21	1.21	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
22	1.22	Музыкально-ритмические и речевые игры «Музыкальные стаканчики»	1
23	1.23	Танцы. «Плясовая».	1
24	1.24	Танцы. «Плясовая».	1
25	1.25	Танцы. «Плясовая».	1
26	1.26	Музыкально-ритмические и речевые игры «Пустое место».	1
27	1.27	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из круга.	1
28	1.28	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1
29	1.29	Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом	1
30	1.30	Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски. Переменный шаг с каблука в чередовании с бегом	1
31	1.31	Танцы. «Плясовая».	1
32	1.32	Танцы. «Плясовая».	1
33	1.33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Третий лишний». «Охотники и утки»	1
34	1.34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1
		ИТОГО:	34

Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	№ п/п раздела	Название раздела и темы	Кол.-во часов
1.	1.1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве: основные танцевальные точки; Ритмическая ходьба под счёт (упражнения на ориентировку в пространстве)	1
2	1.2	Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроения из одного большого круга в несколько маленьких.	1
3	1.3	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию движений. Понятие о рабочей и опорной ноге. Позиции ног.	1
4	1.4	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при выполнении движений.	1
5	1.5	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию без предметов и с предметами.	1
6	1.6	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1

7	1.7	Подготовительные упражнения к танцам: позиций рук	1
8	1.8	Подготовительные упражнения к танцам.	1
9	1.9	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Делай, как я».	1
10	1.10	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из круга.	1
11	1.11	Ритмико-гимнастические упражнения без предметов и с предметами.	1
12	1.12	Ритмико –гимнастические упражнения на сложную на координацию движений с предметами	1
13	1.13	Подготовительные движения к танцам: Элементы русской пляски	1
14	1.14	Танцы: Цыганский танец	1
15	1.15	Танцы. «Цыганский танец».	1
16	1.16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Лавата».	1
17	1.17	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели	1
18	1.18	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой и координацию. Изменение положения головы, туловища, рук с различными интервалами.	1
19	1.19	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнение на связь движений с музыкой.	1
20	1.20	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию и ориентирование в пространстве. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы	1
21	1.21	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
22	1.22	Музыкально-ритмические и речевые игры «Музыкальные стаканчики»	1
23	1.23	Танцы. Цыганский танец».	1
24	1.24	Танцы. «Цыганский танец».	1
25	1.25	Танцы. «Цыганский танец».	1
26	1.26	Музыкально-ритмические и речевые игры «Рыбаки и рыбки».	1
27	1.27	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из круга.	1
28	1.28	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1
29	1.29	Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом, обручем	1
30	1.30	Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски. Переменный шаг с каблука в чередовании с бегом, присядки, притопы	1
31	1.31	Танцы. «Цыганский танец».	1
32	1.32	Танцы. «Цыганский танец».	1
33	1.33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Пустое место». «Охотники и утки»	1
34	1.34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1
	1.1	ИТОГО:	34

Тематическое планирование 9класс

№ п/п	№ п/п раздела	Название раздела и темы	Кол.-во часов
1.	1.1	Инструктаж по ОТ и ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве: основные танцевальные точки; Ритмическая ходьба под счёт с предметами	1
2	1.2	Упражнения на ориентировку в пространстве: Выполнение перестроений.	1
3	1.3	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию движений. Понятие о рабочей и опорной ноге. Позиции ног.	1
4	1.4	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при выполнении движений.	1
5	1.5	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию без предметов и с предметами.	1
6	1.6	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
7	1.7	Подготовительные упражнения к танцам: позиций рук	1
8	1.8	Подготовительные упражнения к танцам.	1
9	1.9	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Делай, как я».	1
10	1.10	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из круга.	1
11	1.11	Ритмико-гимнастические упражнения без предметов и с предметами.	1
12	1.12	Ритмико – гимнастические упражнения на сложную на координацию движений с предметами	1
13	1.13	Подготовительные движения к танцам: Элементы русской пляски	1
14	1.14	Танцы: «Вальс»	1
15	1.15	Танцы. «Вальс».	1
16	1.16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Если нравится тебе».	1
17	1.17	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели	1
18	1.18	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на связь движений с музыкой и координацию. Изменение положения головы, туловища, рук с различными интервалами.	1
19	1.19	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнение на связь движений с музыкой.	1
20	1.20	Ритмико-гимнастические упражнения: упражнения на координацию и ориентирование в пространстве. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы	1
21	1.21	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1
22	1.22	Музыкально-ритмические и речевые игры «Музыкальные стаканчики»	1
23	1.23	Танцы. «Вальс».	1

24	1.24	Танцы. «Вальс».	1
25	1.25	Танцы. «Вальс».	1
26	1.26	Музыкально-ритмические и речевые игры «Рыбаки и рыбки».	1
27	1.27	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроения из круга.	1
28	1.28	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1
29	1.29	Специальные ритмические упражнения с гимнастической палкой, с мячом, обручем	1
30	1.30	Подготовительные упражнения к танцам: элементы русской пляски.	1
31	1.31	Танцы. «Вальс».	1
32	1.32	Танцы. «Вальс».	1
33	1.33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Пустое место». «Охотники и утки»	1
34	1.34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1
		ИТОГО:	34

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Оборудование и приборы:

1. Мультимедийный проектор
2. Компьютер
3. Музыкальный центр
4. Гимнастические палки
5. Мячи
6. Гимнастические маты
7. Скакалки
8. Гимнастические обручи
9. Набор музыкальных инструментов
10. Деревянные ложки

Интернет-ресурсы и ЦОР: <https://www.reshe.edu.ru/>, <https://www.yaklass.ru/>
<http://nsportal.ru/>, <https://myschool.edu.ru/>