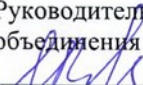
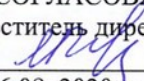



Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Толпинская средняя общеобразовательная школа»
Кореневского района Курской области

РАССМОТРЕНА
на заседании методического
объединения классных руководителей
Протокол от 26.08.2020 года
№ 1
Руководитель методического
объединения
 М.Г. Ляхова

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по
УВР  М. Г. Ляхова
от 26.08.2020 года

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА
на заседании педагогического
совета МКОУ «Толпинская
средняя общеобразовательная
школа»
Протокол от 27.08.2020 г., №1
Председатель педагогического совета
 Е. В. Шкодина

УТВЕРЖДЕНА И ВВЕДЕНА
В ДЕЙСТВИЕ приказом МКОУ
«Толпинская средняя
общеобразовательная школа»
от 28.08.2020 г., № 1-174
Директор школы
В. Г. Гоготов



Адаптированная рабочая программа
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Ритмика и танец»

(наименование курса, направление)

(Спортивно-оздоровительное)

(направление курса)

4 года

(срок реализации программы)

6-11 лет

(возраст учащихся)

Составитель: Бейсова Марина Васильевна,
учитель начальных классов

с. Толпино
2020 год

Пояснительная записка

Статус документа

Рабочая программа внеурочной деятельности «Ритмика и танец» составлена и реализуется на основе следующих документов:

- Федерального образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (пр. МО РФ от 19.12.2014г № 1598);
- Примерной программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / В.А. Горский, А. А. Тимофеев, Д. В. Смирнов и др.; под ред. В.А. Горского. – 2 изд. – М.: Просвещение, 2010 (Стандарты второго поколения). -М.: Просвещение, 2011
- авторской программы «Ритмика и бальные танцы» под редакцией Е.И. Мошковой.
- является приложением к Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования учащихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) МКОУ «Толпинская средняя общеобразовательная школа».

Программа отражает содержание внеурочной деятельности «Ритмика и танец», учет особых образовательных потребностей учащихся с задержкой психического развития (ЗПР). Сущность специфических для варианта 7.2 образовательных потребностей в приложении к изучению предмета раскрывается в соответствующих разделах пояснительной записки, учитывается в распределении учебного содержания по годам обучения и в тематическом планировании.

Направление - спортивно-оздоровительное.

В рамках данного курса осуществляется коррекция моторной сферы младших школьников с ЗПР, что может способствовать как их познавательному развитию (в первую очередь совершенствованию регуляции деятельности), так и эстетическому развитию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца.

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

Общие коррекционно-развивающие задачи:

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

Общая характеристика и коррекционно-развивающее значение

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика и танец» является необходимым, потому что типичная для детей эмоциональная незрелость, недостатки регуляции, незначительные двигательные расстройства, проявляющиеся как моторная неловкость, достаточно легко корректируются в ходе занятий ритмикой. Дети на занятиях приобщаются к музыке, учатся воспринимать на слух средства музыкальной выразительности (различать веселые и спокойные мелодии), усваивают метроритм и пр. Благодаря этому развивается не только чувство ритма, музыкальный слух и память, эстетический вкус, но и создаются предпосылки для прогресса в общем психологическом развитии.

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании системы произвольной регуляции: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений, а также постепенно автоматизируют сложные двигательные акты (последовательность движений). Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень - ориентировки в схеме

тела. Овладевая разнообразными движениями, дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков. Музыкальные произведения подбираются таким образом, чтобы оказывать дисциплинирующее и организующее воздействие. Характер произведений подбирается в зависимости от состава учащихся в конкретном классе, доминирующего эмоционального состояния детей.

К основным направлениям работы относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа; различение и опознавание на слух двухдольного, трехдольного, четырехдольного метра (полька, марш, вальс); плавной и отрывистой музыки);
- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения (в одну или две линии, в колонну, в цепочку, в одну или две шеренги друг напротив друга, в круг, сужение и расширение круга, свободное размещение в зале, различные положения в парах и т.д.); ходьба в шеренге (вперед, назад), по кругу, в заданном направлении, разными видами шага; повороты);
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
- игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально-двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);
- танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и пляски, несложных композиций народных, бальных и современных танцев);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
- декламация песен под музыку (выразительная декламация песен под музыкальное сопровождение и управление педагога, воспроизведение ритмического рисунка мелодии, ее темпа, динамических оттенков, характера звуковедения (плавно, отрывисто), соответствующей манере исполнения (легко, более твердо и др.).

Место курса «Ритмика и танец» в общей системе коррекционно-развивающей работы

Изучение курса «Ритмика и танец» тесно связано с изучением учебных предметов «Музыка», «Физическая культура».

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

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

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

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

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

Место курса «Ритмика и танец» в учебном плане

Согласно учебного плана на изучение учебного курса «Ритмика и танец»

- в 1 и 1 дополнительном классе отводится по 33 часа в год, 1 час в неделю (33 учебные недели)
- во 2 - 4 классах отводится по 34 часа в год, 1 час в неделю (34 учебные недели)

Планируемые результаты изучения учебного курса «Ритмика и танец»

Личностные результаты

Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;

- накопление представлений о ритме, синхронном движении;

- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной и внеурочной деятельности;

- решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- умение координировать свои усилия с усилиями других;

- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций;

- научатся управлять своими эмоциями, взаимодействовать со сверстниками, владеть культурой общения, быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

Предметные результаты

- умение 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;

- умение ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;

- оценивать адекватно собственные физические и творческие возможности;

- технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в организации собственного досуга (моделировать танцевальные рисунки).

Планируемые результаты изучения коррекционного курса «Ритмика и танец»

В общей системе коррекционно-развивающей работы курс «Ритмика и танец» позволяет проконтролировать наличие позитивных изменений по следующим параметрам: совершенствование двигательных умений и навыков, развитие эмоционально-волевой и познавательной сфер.

В области формирования двигательных умений и навыков:

- умение различать музыку по темпу, плавности и силе звучания для выполнения разнообразных ритмико- гимнастических и танцевальных упражнений;

- умение соблюдать темп движений и выполнять общеразвивающие упражнения в определённом ритме и темпе;

- совершенствование координационных движений (быстрота и точность реагирования на словесные и звуковые сигналы, согласованность действий рук, ног, туловища и др.);

- умение выполнять простейшие построения и перестроения;

- умение ходить в шеренге и разными видами шага;

- овладение простейшими элементами танца;
- умение выразительно передавать различные игровые образы, придумывать варианты образных движений в играх;
- появление возможности выполнять танцевальные движения под музыку с одновременным использованием музыкальных инструментов или декламацией стихов и песен (появление «тройных» связей);
- владение техникой элементарной мышечной релаксации.

В области развития эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков:

- проявление волевых и нравственных качеств при подготовке и участии в публичных выступлениях (концерты и праздники);
- умение выполнять задания взрослого и не подводить своих одноклассников, действовать в группе слаженно и сообща;
- умение управлять своими эмоциями в процессе взаимодействия со сверстниками;
- умение быть дисциплинированными, проявлять инициативность, ответственность.

В области коррекции недостатков развития познавательной сферы и формирования высших психических функций:

- расширение сферы жизненной компетенции за счет совершенствования ориентировки в пространстве, расширение знаний о танцах и танцевальных шагах, умении регулировать свое поведение на занятиях, концертах и праздниках;
- умение действовать по показу и по речевой инструкции при выполнении упражнений;
- умение контролировать технику выполнения движений, исправлять ошибки после указания на них;
- умение анализировать и творчески применять полученные знания во внеурочное время под руководством взрослого и самостоятельно;
- умение адекватно оценивать собственные физические и творческие возможности;
- овладение индивидуальными комплексами упражнений лечебной и корригирующей гимнастики;
- умение оценивать и распределять физическую и эмоциональную нагрузку в соответствии со своими возможностями.

Содержание учебного курса «Ритмика и танец»

Ритмико-гимнастические упражнения

Ритмико-гимнастические упражнения проводятся обычно в начале урока, являясь организующим моментом. Они включают гимнастическую ходьбу, бег, подскоки с хлопками и без них, переноску предметов и служат для укрепления мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, для выработки осанки, исправления таких недостатков, как косолапость, шаркающая походка и т. п. В этот же раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации. К ним относятся шаги и прыжки через обруч, палку или качающийся канат, повороты на пальцах, бег между кеглями. Упражнения на развитие статической координации, которые можно выполнять, стоя на обеих или на одной ноге, с открытыми, а затем с закрытыми глазами, используют в заключительной фазе урока, так как они содействуют успокоению, развивают способность управлять своим телом, ориентироваться в пространстве, закалять волю. Упражнения и сопровождающие их музыкальные ритмы используются в порядке постепенного усложнения, так что дети постепенно осваивают их, испытывая радость от достижения успеха.

Упражнения строятся на чередовании различных музыкальных сигналов, например: громкое и тихое звучание (громкое топанье и мягкий «кошачий шаг»); чередование темпа (быстрое и медленное хлопанье или подскоки); различение по высоте тона (движения в противоположных направлениях) и т. п. В таких упражнениях у детей вместе с воспитанием наблюдательности и внимания развиваются быстрота реакции, совершенствуются способности дифференцировок.

В этом разделе работы полезно использовать мячи, шары, флажки и тому подобные предметы, а также гимнастическую скамью (широкую и узкую), шведскую стенку и др. Детей надо приучать к организованному и бережному обращению со снарядами, добиваясь дисциплинированности при использовании названных выше предметов, предохранять детей от переутомления при возрастающей нагрузке, в случае необходимости (например, при соскоках со шведской стенки) обеспечивать страховку.

Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами

Для этого раздела работы используются детские музыкальные инструменты: металлофоны, барабаны, бубны и др., а также любые другие звучащие предметы: погремушки, дудки, колокольчики, треугольники, ложки, хлопушки, самодельные коробки с горохом и т. п. Игрушечные пианино, гармошки не рекомендуются из-за их различной звуковысотной настройки и невозможности в связи с этим использования их в детском оркестре. Большинство упражнений со звучащими инструментами проводится в сопровождении фортепиано.

Упражнения на детских звучащих инструментах развивают чувство ритма, повышают внимание детей, скорость реакции, развивают способность дифференцировок на слух. Вначале дети знакомятся с каждым инструментом в отдельности и с его возможностями, учатся обращению с ним. Их упражняют в реакции на музыку (совместное начало и окончание звучания, передача динамических оттенков, чередование длительности звучания и пауз, чередование темпов и т. п.). Такие упражнения многократно 3 повторяются, их сложность постепенно нарастает, развивается навык обращения с инструментами и чувство ритма. Упражнения с инструментами можно выполнять сидя на полу или на стуле, стоя, в движении — поодиночке, парами, группами, целым классом. Сначала все упражняются на одном и том же инструменте, воспроизводят ритмы хорошо знакомых музыкальных произведений, при этом должны обнаружить понимание сильной доли такта, слабых долей, простых мелких долей.

Пониманию сильных долей способствует освоение такого, например, инструмента, как барабан. Дети учатся правильно держать палочки, мягко ударять ими по звучащей поверхности. С палочками выполняют различные упражнения: ударяют их друг о друга, об пол, о другой предмет, вслушиваясь в звучание. Барабан используют и для развития мелкой моторики путем таких упражнений, как щелчки разными пальцами, удары кончиками или косточками пальцев, свободные удары тыльной стороной ладони. Все упражнения надо учиться выполнять и правой и левой рукой.

Возможны такие упражнения, когда при исполнении одного произведения каждый ученик использует несколько инструментов. Темп исполнения в таких случаях сначала должен быть замедлен, при смене инструментов возможны остановки. Постепенно дети привыкают к тому, в какой последовательности включаются в исполнение инструменты, как они расположены вокруг них на полу, какой рукой и как их надо вовремя взять. Тогда произведение может звучать в нормальном темпе. Трудности возрастают, если затем использовать инструменты в другой последовательности.

В некоторых упражнениях дети повторяют на инструменте ритмический рисунок, воспроизведенный учителем или одноклассниками, сами создают ритмические рисунки. Совместное прослушивание и передача ритма повышает внимание учащихся и чувство ответственности перед товарищами за свое участие в общем исполнении.

В упражнениях со звучащими инструментами дети активно приобщаются к искусству, учатся выражать себя в нем, участвуют в совместном исполнении произведений. Это является мощным средством эстетического воспитания школьников и формирования способности активной творческой совместной деятельности.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

В этот раздел входят разнообразные упражнения, включающие движения подражательного характера, либо раскрывающие содержание музыкальной пьесы или песни. Сюда же относятся

свободные формы движения, самостоятельно выбранные детьми, чтобы передать собственное эмоциональное восприятие музыкального образа.

Прежде чем дети начинают двигаться, учитель знакомит их с музыкой, в краткой беседе помогает понять содержание песни, характер произведения в целом и отдельных его частей, тем, т. е. направляет воображение детей, оживляет их эмоциональную память, однако движения им не подсказывает. В противном случае у детей вырабатываются двигательные шаблоны, они теряют возможность двигаться, как хотят. При необходимости учитель может оказать помощь в такой примерно форме: «Двигаться так, чтобы было видно, что ты маршируешь, как солдат», или: «..., что ты тренируешься на спортплощадке», или: «..., что ты играешь роль клоуна». Подобные упражнения повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность, прилагать совместные усилия к решению задачи и доставляют им особую радость. В этих упражнениях преодолевается скованность учащихся, повышается способность приспособлять свои действия к имеющимся условиям и ситуациям, возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами.

Музыка, используемая в данном разделе работы, должна быть доступна детям, ярко ритмична, мелодична. Целесообразно для этого привлекать песни и произведения, указанные в программе по музыке для пения и слушания, полезно чаще прослушивать одни и те же пьесы, тогда глубже понимается их содержание. Тексты песен должны быть хорошо знакомы ученикам, чтобы их можно было при желании напевать или петь хором, сопровождая движения. Это способствует созданию радостной атмосферы на уроке. Для успешной работы чрезвычайно важно тщательно подбирать музыку, чтобы дети смогли выполнять такие подражательные движения, как, например, «маятник», «деревья под ветерком и ветром», «полет птиц» и т. п.; или участвовать в играх «Колыбельная кукле», «За работу, лесорубы» и т. п.; или свободно изображать действия на темы «Мы бегаем по лужам», «Мы собираем цветы для букета», «Игра в снежки», «На параде» и т. п. Ученики могут полнее воплотить свои замыслы с помощью мимики и жестов.

С возрастом дети приобретают способность к сценическому действию под музыку. Сначала учитель делит их на 2—3 группы, знакомит их с произведениями двух-трех частной формы или с произведением, содержащим несколько контрастных, разнохарактерных тем, и выясняет, как они понимают характер каждой части, каждой темы. Как правило, учитель выслушивает мнение двух или трех учеников о том, как они представляют себе темы, предлагает остальным высказать свои критические замечания, следя за тем, чтобы фантазия детей содержала доступные для воплощения образы. После этого каждая группа учащихся выполняет под музыку различные действия, раскрывающие ту или иную сценическую ситуацию (например, «Гуси и волки»). Наследующем этапе можно распределить роли среди учеников. Исполнение той или иной роли заставляет ребенка вживаться в образ, управлять своим поведением, подчинять себя правилам игры, что чрезвычайно важно в воспитательном отношении. В качестве примера можно назвать инсценирование песни Л.Книппера (сл. А. Коваленкова) «Почему медведь зимой спит». Дети, исполняющие роли главных действующих лиц: медведя, лисы, дятла, и все остальные ученики, изображающие деревья в лесу, поют известную школьникам песню и своими движениями стараются передать ее содержание. Учитель объединяет усилия учеников, разбирает с ними ролевое участие каждого в отдельности и всех вместе. Так же обстоит дело и со сценическим изображением хорошо знакомых детям сказок в сопровождении подобранной учителем музыки.

Отработанные сценические музыкальные постановки можно исполнять на детских утренниках с использованием элементов костюма и реквизита.

В этот же раздел входит исполнение отсроченных движений (аналогичное понятие в музыке — каноны). Несколько групп учеников выполняют одни и те же простые движения (например, ходьба вдоль стен, змейкой, по кругу и т. п.), однако группы вступают в действие через определенные интервалы и строго ведут свою «партию». Исполнение отсроченных движений

повышает чувствительность к ритму, способность своевременно включиться в деятельность, развивает внимание. Дети легче овладевают этими упражнениями, если вместе с движением поют.

Народные пляски и современные танцевальные движения

Подготовка к работе по этому разделу проводится в любой части урока. В занятия включаются и отрабатываются отдельные танцевальные движения (не более четырех-пяти наименований за учебный год). Народные пляски и танцы приобщают детей к народной культуре, заражают их оптимизмом, порождают положительные эмоции. Работа по этому разделу программы всегда вызывает радость у детей, помогает развитию у них эстетического чувства, способствует формированию коллективистских начал во взаимоотношениях, повышает культуру поведения. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В работе используют хороводы, общие (массовые) пляски, парные танцы. В них дети учатся внимательно относиться к партнеру, находить с ним общий ритм движения, терпеливо обращаться при смене и передвижке партнеров к тем ученикам, у которых имеются какие-либо индивидуальные затруднения.

Овладевая простыми танцевальными движениями, воспроизводя их, дети приучаются различать разнохарактерные части музыкального произведения, передавать пластикой их содержание, точно начинать и заканчивать движение. Следует добиваться, чтобы дети так овладевали движениями, что могли двигаться в танце свободно и непринужденно. Вместе с двигательными навыками они должны усвоить термины: шаг польки, шаг галопа и др. Использование грамзаписи возможно лишь на некоторых этапах урока — при сопровождении отработанного танца, разученных игр и инсценировок. В остальных случаях учитель должен иметь возможность произвольно изменять темп, динамические оттенки, продолжительность звучания музыки и т. п. в соответствии с задачами и целями, педагогической целесообразностью каждого этапа урока.

Формы подведения итогов реализации программы:

- подготовка танцевальных номеров к школьным праздникам,
- отчётный концерт.

Тематическое планирование 1 класса

№	Название разделов и тем	Количество часов
	Вводное занятие	1
1	Азбука музыкального движения	3
1.1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности	1
1.2	Развитие музыкальности	1
1.3	Паузы в движении и их использование	1
	Игры и танец под музыку	16
1-4	Разучивание осеннего танца	4
5	Выполнение ритмичных движений	1
6-7	Изменение направления и формы	2
8-11	Разучивание новогоднего танца	4
12-13	Музыкальные игры с предметами.	2
14-16	Игры с пением, речевым сопровождением «У речки»	3
	Развитие пластики тела	3
1-2	Упражнения на формирование правильной осанки	2
3	Ритмико- гимнастические упражнения	1

	Танцевальные упражнения	2
1-2	Хороводы в кругу	2
	Танцевально-ритмическая гимнастика	2
1	Общеразвивающие упражнения	1
2	Виды шага, бега, прыжков	1
	Диско-танцы	7
1-2	Разучивание современного танца	2
3-4	Танец «Стирка»	2
5-6	Танец «Утята»	2
7	Итоговое занятие Урок-смотр знаний	1
	Всего	33

Тематическое планирование 2 класса

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	11
1.1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятии, при выполнении упражнений.	1
1.2	Развитие ритмического восприятия	1
1.3	Развитие музыкальности	1
1.4	Паузы в движении и их использование	1
1.5-1.8	Разучивание осеннего танца	4
1.9	Виды шага, бега, прыжков	1
1.10-1.11	Упражнения на формирование правильной осанки	2
2	Игры под музыку	12
2.1	Выполнение ритмичных движений	1
2.2-2.5	Разучивание новогоднего танца	4
2.6-2.7	Изменение направления и формы (ходьбы, бега...) движений	2
2.8-2.9	Музыкальные игры с предметами.	2
2.10-2.12	Игры с пением, речевым сопровождением	3
3	Танцевальные упражнения	6
3.1-3.2	Хороводы в кругу	2
3.3-3.4	Разучивание современного танца	2

3.5	Разучивание современного танца	2
4	Ритмико- гимнастические упражнения	5
4.1	Общеразвивающие упражнения	1
4.2	Упражнения на координацию движений.	1
4.3-4.4	Упражнение на расслабление мышц.	2
4.5	Урок-смотр знаний.	1
	Итого	34

Тематическое планирование 3 и 4 классов

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	8
1.1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятии, при выполнении упражнений.	1
1.2	Упражнения, игры и характер музыкального произведения.	1
1.3	Паузы в движении и их использование	1
1.4-1.7	Разучивание осеннего танца	4
1.8	Виды шага, бега, прыжков	1
2	Ритмико- гимнастические упражнения	4
2.1	Общеразвивающие упражнения	1
2.2	Упражнения на формирование правильной осанки	1
2.3	Упражнения на координацию движений.	1
2.4	Упражнение на расслабление мышц.	1
3	Игры под музыку	12
3.1-3.4	Разучивание новогоднего танца	4
3.5	Выполнение ритмичных движений	1
3.6-3.7	Танец. Движение. Здоровье.	2
3.8-3.9	Музыкальные игры с предметами.	2
3.10-3.12	Игры с пением, речевым сопровождением	3
4		10

Танцевальные упражнения		
4.1- 4.3	Разучивание танца «Вальс»	3
4.4- 4.5	Разучивание современного танца	2
4.6- 4.7	Игра «Страна Танцев»	2
4.8- 4.9	Хороводы в кругу	2
4.10	Урок-смотр знаний.	1
	Итого	34

Методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

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

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

рассказ, беседа, обсуждение, объяснение, словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

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

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод.

Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Однако, использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Названные методы обучения на практике могут быть дополнены различными приёмами педагогического воздействия на учащихся.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

В качестве учебно-методического обеспечения работы с детьми рекомендуется использовать следующие *методические разработки и пособия*:

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. - 288 с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
3. Зими́на А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.-мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 104 с.
5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 223 с.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.
7. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика; уч. пособие / Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 224 с.
8. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание. - М.: КАРО; СПб, 2011. - 77с.
9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. - М.: Дрофа, 1998. - 104 с.

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий по ритмике нужен достаточно большой, просторный зал, желательно с зеркалами на одной стене и хорошим освещением. Кроме того, необходим магнитофон для воспроизведения музыкальных произведений или музыкальные инструменты (фортепиано, баян), под аккомпанемент которых будут выполняться ритмические упражнения. Для проведения общеразвивающих упражнений могут быть нужны гимнастические палки, обручи, мячи; комплект детских музыкальных инструментов (трещотки, колокольчик, треугольник, бубен; свистульки, деревянные ложки); технические средства обучения; экранно-звуковые пособия.