

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент общего образования Томской области
РОО Тегульдетского района
МКОУ "Берегаевская СОШ" Тегульдетского района

РАССМОТРЕНА

на заседании МО

Шибанькова

Шибанькова Н. А.

Протокол №1
от «26» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНА

зам. директора по УР

Сизова

Сизова Н. Ф.

Протокол №1
от «27» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

директор

Мельничук Н. В.

Протокол №8
от «28» августа 2025 г.

Дополнительная общеразвивающая программа
«Ритмическая гимнастика»
для обучающихся 1-4 классов

Художественно-эстетическое направление

Возраст обучающихся 6-10 лет

Срок реализации 4 года

Автор – составитель: Дергунов Н. В.

Берегаево 2025

Пояснительная записка

Предмет «Ритмика» ориентирован на выработку у учащихся личностных качеств, способствующих освоению в соответствии с программными требованиями учебной информацией; урок ритмики непосредственно связан с уроком музыки, т.к. мы танцуем под музыку и выражаем характер музыки танцем. Учащиеся должны знать, что музыка состоит из тактов и музыкальных фраз, уметь различать вступление и основную мелодию, вступать в танце с началом музыки. Самая тесная взаимосвязь прослеживается между ритмикой и физкультурой: и по строению урока и по насыщенности. Начиная с разминки, имея кульминацию в середине и спад физической и эмоциональной нагрузки к концу, каждый урок имеет конкретную цель – натренировать те или иные группы мышц для выполнения различных движений. Регулярные занятия ритмикой, как и занятия физкультурой создают и укрепляют мышечный корсет, улучшает работу сердца, нервной системы, укрепляют психику.

Ритмика является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. На занятиях по ритмике происходит непосредственное и всестороннее обучение ребенка на основе гармонического сочетания музыкального, двигательного и интеллектуального развития; происходит изучение тех элементов выразительности, которые естественно и логично могут быть отражены в движении.

Цель: всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их ритмической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации. Так же на занятиях происходят:

- формирование музыкальной культуры учащихся как неотъемлемой части их общей духовной культуры;
- развитие музыкально-творческих способностей учащихся. образного и ассоциативного мышления, фантазии. музыкальной памяти. эмоционально-эстетического восприятия действительности к музыке и жизни;
- воспитание слушательской и исполнительской культуры, способности воспринимать образное содержание музыки и воплощать его в разных видах музыкально- творческой деятельности;
- овладение умениями и навыками самостоятельной музыкально-творческой деятельности (музыкально-пластические движения, игра на элементарных музыкальных инструментах, импровизация).

Задачи:

Разнородность состава учащихся звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач для занятий ритмикой:

- корректировать нарушения физического развития;
- формировать знания о музыке с помощью изучения произведений различных жанров, а также в процессе собственной музыкально-исполнительской деятельности;
- формировать музыкально-эстетический словарь;
- формировать ориентировки в средствах музыкальной выразительности;
- совершенствовать певческие навыки;
- развивать чувства ритма, речевой активности, звуковысотного слуха, музыкальной памяти и способности реагировать на музыку, музыкально-исполнительские навыки.

- преодолевать неадекватные формы поведения, снятие эмоционального напряжения;
 - формировать устойчивый интереса к занятиям ритмики;
 - формировать познавательные интересы, сообщение доступных теоретических сведений по предмету;
 - поддерживать устойчивую физическую работоспособность на достигнутом уровне;
 - воспитывать нравственные ,морально-волевые качества (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;
- Корректировать недостатки психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:
- обогащать чувственный опыт;
 - корректировать и развивать сенсомоторную сферу;
 - формировать навыки общения предметно-практической и познавательной деятельности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

1 класс

Предметные результаты отражают:

Минимальные достижения:

1) умениестроиться в колонну по одному, находить свое место в строю. Приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, колонне; 2) развитие навыков ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу; 3) развитие навыков ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его дистанции; 4) формирование навыков ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; 5) соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;6) выполнять простейшие игровые и плясовые движения; 7) формирование навыков выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; 8)начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточные достижения:

1) умениестроиться в колонну по одному, находить свое место в строю. Приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, колонне; 2) развитие навыков ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу; 3) развитие навыков ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его дистанции; 4) развитие навыков выполнять несложные движения руками и ногами; 5) развитие навыков выполнять простейшие игровые и плясовые движения; 6) развитие навыков выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя; 7) развитие навыков начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

2 класс

Предметные результаты отражают:

Минимальные достижения:

1) умение организованно строиться (быстро и точно); принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и с особенностями музыки и движения;

2) формирование умений сохранять правильную дистанцию в колонне по одному, в паре;

3) самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

4) соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

- 5) развитие навыков легко, естественно и непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- 6) умение ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными перестроениями.

Достаточные достижения:

- 1) умение организовано строиться; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и с особенностями музыки и движения;
- 2) формирование навыков сохранять правильную дистанцию в колонне по одному, в паре;
- 3) определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя;
- 4) развитие навыков соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- 5) развитие навыков выполнять игровые и плясовые движения;
- 6) ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными перестроениями.

3 класс

Предметные результаты отражают:

Минимальные достижения:

- 1) умение соблюдать правильную дистанцию в колонне и в концентрических кругах; самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой и словесной инструкцией;
- 2) формирование навыков ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме и малоконтрастными настроениями;
- 3) умение передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.);
- 4) формирование развития навыков передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем или одноклассниками; задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточные достижения:

- 1) умение соблюдать правильную дистанцию в колонне и в концентрических кругах; самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой и словесной инструкцией;
- 2) формирование навыков ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме и контрастными настроениями;
- 3) развитие навыков в передаче игровых и плясовых движениях различные средства музыкальной выразительности: тихо –громко, медленно –быстро, напевно –отрывисто и т.д.);
- 4) умение передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем или одноклассниками; задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

4 класс

Предметные результатыотражают:

Минимальные достижения:

- 1) умение правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- 2) умение различать двухчастную и трехчастную форму в музыке с контрастными частями;
- 3) отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- 4) формирование четкости и организованности в перестроениях, быстро реагировать на смену музыки;

- 5) самостоятельно строить круг и соблюдать расстояние между парами, сужать и расширять круг. Строиться парами и расходиться из пар в разные стороны и в круг;
- 6) развитие навыков в умении различать основные характерные движения знакомых танцев.

Достаточные достижения:

- 1) умение правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; 2) различать двухчастную и трехчастную форму в музыке с контрастными частями; 3) умение слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- 4) самостоятельно строить круг и соблюдать расстояние между парами, сужать и расширять круг. Строиться парами и расходиться из пар в разные стороны и в круг;
- 5) различать основные характерные движения знакомых танцев.

Личностные результаты отражают:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Воспитательный потенциал отражает:

- 1) побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения,

правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Методы и приемы: обсуждение правил общения со старшими (учителями) и сверстниками(школьниками),принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

2) привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через: обращение внимания на нравственные аспекты творческих открытий, которые изучаются в данный момент на уроке; на представителей деятелей искусств, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков. Методы и приемы: организация работы с получаемой на уроке социально - значимой информацией, инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения, выработки своего отношения;

3) использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей. Методы и приемы: демонстрация детям примера ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для пения, музыкальных произведений для слушания, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

4) включение в урок игровых моментов, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

5) применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.

6) применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.

7) выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;

8) инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий и задач, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения. Методы и приемы: реализация индивидуальных и групповых исследовательских проектов, установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

Содержание учебного предмета «Ритмика».

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

специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

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

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Танцевально-ритмическая гимнастика закладывает надежный фундамент для дальнейшего физического совершенствования ребенка. укреплению здоровья, умению контролировать свое тело, правильно дышать, двигаться отдыхать от нагрузки У ребенка формируется правильная осанка, сколиоз и плоскостопие. Ребенок становится более гибким, сильным и уверенным в себе. Программа по ритмике состоит из пяти разделов. В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объема, так же указаны знания и умения. Которыми должны учащиеся занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

Тематическое планирование рабочей программы по курсу Ритмика 1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем уроков	Количество часов, отводимых на освоение темы	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<i>Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве 9</i>				
1	Ходьба и бег стайкой за учителем	1	03.09	http://teremoc.ru/Детский портал \"Теремок Музыка и движение
2	Ходьба и бег стайкой за ведущим	1	10.09	http://school-collection.iv-edu.ru /
3	Марш	1	17.09	http://eor-np.ru/sites/default/files/
4	Ходьба и бег в колонне по одному	1	24.09	
5	Ходьба и бег с остановками	1	01.10	http://school-collection.iv-edu.ru /
6	Ходьба и бег на носочках	1	08.10	
7	Ходьба и бег с хлопками	1	15.10	http://pedsovet.su/load/244
8	Ходьба спиной вперед	1	22.10	http://school-collection.iv-edu.ru /

9	Смена направления	1	05.11	
---	-------------------	---	-------	--

Раздел 2. Ритмико –гимнастические упражнения 7

[Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет | ВКонтакте \(vk.com\)](#)

10	Быстро - медленно	1	12.11	http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
11	Ускорение	1	19.11	
12	Замедление	1	26.11	
13	Упражнения с паузами	1	03.12	http://school-collection.iv-edu.ru /
14	Поскоки и прыжки	1	10.12	
15	Топающий шаг	1	17.12	
16	Смена темпа	1	24.12	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/

Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами 10

17	Хороводный шаг	1	14.01	http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
18	Шаг на всей ступне	1	21.01	
19	Шаг с притопом на месте	1	28.01	
20	Переменный шаг	1	04.02	http://pedsovet.su/load/244
21	Полуприседание с выставлением ноги на пятку	1	11.02	http://school-collection.iv-edu.ru /
22	Пружинка	1	18.02	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
23	Хлопки с полуприседанием	1	25.02	
24	Кружение в парах и по одному	1	04.03	http://school-collection.iv-edu.ru /
25	Элементы русской пляски	1	11.03	Главная страница (kindermusic.ru)
26	Составление хоровода	1	18.03	

Раздел 3. Танцевальные упражнения 8

[Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет | ВКонтакте \(vk.com\)](#)

27	Громко-тихо	1	01.04	http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
28	Громче - тише	1	08.04	
29	Громко- тише –очень тихо	1	15.04	
30	Тихо –громче- очень громко	1	22.04	http://eor-np.ru/sites/default/files /
31	Высоко -низко	1	29.04	http://pedsovet.su/load/244
32	Выше -ниже	1	06.05	
33	Вверх -вниз	1	13.05	

34	Смена динамики и регистров	1	20.05	http://school-collection.iv-edu.ru /
----	----------------------------	---	-------	--

Тематическое планирование рабочей программы по курсу
Ритмика 2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем уроков	Количество часов, отводимых на освоение темы	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<i>Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве 9</i> Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет ВКонтакте (vk.com)				
1	Совершенствование навыков ходьбы и бега под музыку	1	03.09	http://eor-np.ru/sites/default/files /
2	Ходьба и бег стайкой за ведущим	1	10.09	http://school-collection.iv-edu.ru /
3	Упражнение на координацию	1	17.09	http://teremoc.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
4	Элементы русского народного танца	1	24.09	
5	Танец «Зеркало»	1	01.10	
6	Движения с предметами. Игра «Передай платочек»	1	08.10	http://pedsovet.su/load/244
7	Импровизация движений под музыку	1	15.10	http://school-collection.iv-edu.ru /
8	Игра «Медведь и зайцы»	1	22.10	
9	Ритмико-гимнастические упражнения	1	05.11	http://eor-np.ru/sites/default/files /
<i>Раздел 2. Ритмико – гимнастические упражнения 7</i> Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет ВКонтакте (vk.com)				
10	Упражнения для развития мелкой моторики: «Пальчики», «Веселый оркестр»	1	12.11	http://school-collection.iv-edu.ru /
11	Упражнение на выработку осанки	1	19.11	http://teremoc.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
12	Поскоки в направлении вперед	1	26.11	
13	Игра «Эхо»	1	03.12	
14	Полька «Хлопки»	1	10.12	http://pedsovet.su/load/244
15	Имитация движений под музыку	1	17.12	
16	Обобщение пройденного материала	1	24.12	
<i>Раздел 3. Танцевальные упражнения 10</i>				
17	Упражнения для развития мелкой	1	14.01	http://school-collection.iv-edu.ru /

	моторики: «Пальчики»			
18	Упражнения с предметами	1	21.01	
19	Упражнения на выработку осанки	1	28.01	
20	Упражнения на координацию движений	1	04.02	http://teremoc.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение
21	Разновидности шага	1	11.02	
22	Хоровод «Красный сарафан»	1	18.02	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
23	Элементы пляски	1	25.02	
24	«Парная пляска»	1	04.03	http://pedsovet.su/load/244
25	Упражнения на расслабление мышц	1	11.03	
26	Упражнения на детских музыкальных инструментах	1	18.03	http://school-collectioniv-edu.ru /
<i>Раздел 4 Упражнения с детскими музыкальными инструментами 8.</i> Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет ВКонтакте (vk.com)				
27	Движения парами	1	01.04	
28	Разновидности хороводного шага	1	08.04	http://teremoc.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение
29	Движения с предметами	1	15.04	
30	Элементы русского хоровода	1	22.04	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
31	Хоровод «Лебедушка»	1	29.04	
32	Игры под музыку	1	06.05	http://school-collection.iv-edu.ru /
33	«Веселый хоровод»	1	13.05	
34	Обобщение пройденного материала	1	20.05	http://eor-np.ru/sites/default/ files /

Тематическое планирование рабочей программы по курсу
Ритмика 3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем и уроков	Количество часов, отводимых на освоение темы	Дата прове- дения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<i>Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве 9</i>				
1	Совершенствование навыков ходьбы и бега под музыку	1	04.09	http://eor-np.ru/sites/default/files/
2	Движения руками	1	11.09	http://school-collection.iv-edu.ru/
3	Упражнения на координацию	1	18.09	
4	Импровизация движений под музыку	1	25.09	http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение
5	Элементы русского народного танца	1	02.10	
6	Танец «Зеркало»	1	09.10	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
7	Упражнения с платочками	1	16.10	http://eor-np.ru/sites/default/files/
8	Танец «Дружные пары»	1	23.10	
9	Музыкальная игра	1	06.11	http://pedsovet.su/load/244
<i>Раздел 2. Ритмико - гимнастические упражнения 7</i>				
10	Ритмико-гимнастические упражнения	1	13.11	http://school-collection.iv-edu.ru/
11	Упражнение на развитие плавности движений	1	20.11	
12	Чередование резких и плавных движений	1	27.11	http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение
13	«Игра с бубном»	1	04.12	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
14	Элементы украинской пляски	1	11.12	
15	Украинская пляска «Коло»	1	18.12	
16	Обобщение пройденного материала	1	25.12	http://school-collection.iv-edu.ru/
<i>Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами 10</i>				
17	Упражнения на осанку	1	15.01	http://eor-np.ru/sites/default/files/
18	Упражнения на развитие мелкой моторики: «Скакалка», «Кот – царапка»	1	22.01	http://school-collection.iv-edu.ru/

19	Поскоки с продвижением вперед, назад	1	29.01	http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
20	Хороводные движения	1	02.02	
21	Упражнения с предметами	1	12.02	http://pedsovet.su/load/244
22	Упражнения на координацию движений	1	19.02	
23	Игры на развитие чувства ритма	1	26.02	
24	Элементы русской пляски	1	05.03	http://eor-np.ru/sites/default/files/
25	Русская пляска	1	12.03	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
26	Инсценирование песни «Почему медведь зимой спит»	1	19.03	

Раздел 4. Танцевальные упражнения

8

[Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет | ВКонтакте \(vk.com\)](#)

27	Разновидности положения рук	1	02.04	
28	Танец «Разноцветная игра»	1	09.04	
29	Упражнения на развитие мелкой моторики	1	16.04	http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
30	Прямой и боковой галоп	1	23.04	
31	Упражнения на внимание	1	30.04	http://pedsovet.su/load/244
32	Танец с хлопками	1	07.05	
33	Игры под музыку	1	14.05	Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
34	Обобщение пройденного материала	1	21.05	http://school-collection.iv-edu.ru/

Тематическое планирование рабочей программы по курсу
Ритмика 4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем уроков	Количество часов, отводимых на освоение темы	Дата прове- дения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<i>Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве 9</i> <u>Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет ВКонтакте (vk.com)</u>				
1	Совершенствование навыков ходьбы и бега под музыку	1		http://school-collection.iv-edu.ru /
2	Сужение и расширение круга	1		http://pedsovet.su/load/244
3	Разучивание элементов танца	1		
4	Разновидности шага	1		http://eor-np.ru/sites/default/files /
5	Упражнения на координацию движений	1		http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
6	Упражнения на осанку	1		
7	Выбрасывание рук вперед, в стороны	1		http://school-collection.iv-edu.ru /
8	Импровизация движений	1		
9	Круговой галоп	1		Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
<i>Раздел 2. Ритмико – гимнастические упражнения 7</i> <u>Игровая ритмика и танцы для детей от 1 до 6 лет ВКонтакте (vk.com)</u>				
10	Круговые движения плечами	1		
11	Плавные и резкие движения	1		
12	Упражнение на развитие мелкой моторики	1		http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
13	Движения ног. Шаг кадрили	1		
14	Ритмическая игра «Эхо»	1		
15	Кадриль	1		http://pedsovet.su/load/244
16	Обобщение пройденного материала	1		http://eor-np.ru/sites/default/files /
<i>Раздел 3. . Упражнения с детскими музыкальными инструментами 10</i>				
17	Маховые движения ног	1		
18	Движения танца «Танцуйте сидя»	1		http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение"
19	Движения танца «Танцуйте сидя»	1		http://school-collection.iv-edu.ru /

20	Танец «Танцуйте сидя»	1		
21	Песня –игра «Буги –вуги»	1		
22	Упражнения на развитие чувств ритма	1		http://pedsovet.su/load/244
23	Поскоки с продвижением вперед, назад	1		Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/
24	Элементы танца «Кукла»	1		
25	Танец «Кукла»	1		
26	Музыкальные игры			
<i>Раздел 4 Танцевальные упражнения 8</i>				
27	Игры на развитие чувства ритма	1		http://teremos.ru/Детскийпортал "Теремок Музыка и движение
28	«Танец утят»	1		
29	Разновидности шага: топающий шаг	1		http://school-collection.iv-edu. ru /
30	Движения рук	1		http://pedsovet.su/load/244
31	Элементы танца в стиле диско	1		
32	Танец «Стирка»	1		http://eor-np.ru/sites/default/files /
33	Игры под музыку	1		
34	Обобщение пройденного материала	1		Главная страница (kindermusic.ru) http://www.kindermusic.ru/