

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 им. Г.В. Кравченко» г.
Вуктыл**

РАССМОТРЕНО
ШМО учителей
начальных классов
Протокол № 6
от «06» июня 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 194
от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЛЯ 2-4 КЛАССОВ
«РИТМИКА»**

Составитель: Бухвалова С.Ф.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

| | |
|--|-----|
| Пояснительная записка..... | 3 |
| Планируемые результаты освоения курса..... | 4-6 |
| Содержание программы..... | 6-8 |
| Тематическое планирование..... | 9 |

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» для учащихся 2-4 классов составлена на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 (ред. от 08.11.2022) и основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «СОШ №2 им.Г.В.Кравченко» г.Вуктыл, а также ориентирована на целевые приоритеты рабочей программы воспитания МБОУ «СОШ №2 им.Г.В.Кравченко» г.Вуктыл.

Программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» составлена на основе программы для общеобразовательных учреждений «Коррекционно-развивающее обучение». Н.А. Цыпина Ритмика 2-4 классы с учётом физических и психологических особенностей обучающихся.

Цель программы: коррекция и развитие психомоторных способностей обучающихся с задержкой психического развития средствами музыкальной, двигательной и игровой деятельности, преодоление отклонений в психическом и физическом развитии.

Задачи программы:

- формирование общих представлений о ритмике, её значении в жизни человека, обучение учащихся воспринимать на слух, различать и понимать специфические музыкальные средства, овладение разнообразными движениями, совершенствование двигательных навыков и умений, формирование и сохранение правильной осанки учащегося;
- развитие чувства ритма, музыкального слуха, темпа, памяти и устойчивого внимания, общей и речевой моторики, основных физических качеств (ловкость, гибкость, сила, выносливость), музыкально-эстетических чувств, творческих способностей, потребности двигательной активности как основы здорового образа жизни;
- воспитание художественного вкуса, эмоционально-ценностного отношения к искусству, нравственности, дисциплинированности, патриотизма, коллективизма, организованности, социально-значимых качеств личности, культуры поведения и общения, культуры движения, эмоций.

Коррекционная направленность

Коррекционная работа на занятиях ритмикой базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. На занятиях осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся.

Педагогические средства, принципы и методы носят коррекционно-развивающий характер и направлены на максимальное преодоление (или ослабление) недостатков познавательной, эмоционально-волевой и двигательной сфер с ориентацией на положительные возможности учащегося.

Базовым результатом образования в области ритмики в начальной школе является освоение учащимися основной музыкально-ритмической деятельностью. Кроме того, курс «Ритмика» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных учебных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в личностных и метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности, выходящих за рамки курса «Ритмика».

На изучение ритмики во 2-4 классах выделяется **102 ч.:** 1 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе.

2.ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Программа обеспечивает достижение обучающихся начальной школы определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

1. Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
2. Стремление к совершенствованию своих танцевальных способностей.
3. Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений.
4. Сформированность самооценки.
5. Развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности.
6. Развитие эстетического вкуса, высоких нравственных качеств.
7. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
8. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Метапредметные результаты

1. Учёт выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале.
2. Умение планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.
3. Самовыражение в движении, танце.
4. Умение выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
5. Умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении.
6. Участие в музыкально-концертной жизни класса, школы, города и др.;
7. Умение работать в паре, в группе, координировать свои усилия с усилиями других.
8. Преобразование практической задачи в познавательную.
9. Определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.
10. Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

Предметные результаты

1. Понимать и принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения.
2. Организованно строиться (быстро, точно); сохранять правильную дистанцию в колонне парами.
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. Правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, поскок».

6. Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги.

7. Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой.

8. Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.

9. Передавать хлопками ритмический рисунок мелодии.

10. Повторять любой ритм, заданный учителем.

11. Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

12. Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

13. 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;

14. Различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

Программа состоит из следующих разделов:

- ритмико-гимнастические упражнения, построения и перестроения.
- ритмические упражнения;
- танцевальные движения, танцы;
- импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку.

Тема занятия состоит из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает в себя объяснение педагога необходимых теоретических понятий, показ изучаемых элементов танца, объяснение принципа движения, беседу с учащимися, просмотр видеоматериалов.

В данной программе не предусматривается проведение специальных теоретических занятий. Изучение теории входит в содержание каждого учебного занятия. Практическая часть включает разминку, отработку движений учащимися, составление вариаций из изученных движений и их исполнение. В конце занятия учащиеся под руководством педагога анализируют свою работу, используя метод взаимооценки.

2 класс

Ритмико-гимнастические упражнения

Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку преимущественно на 2\4 и 4\4 – ходьбы, бега, прыжков, поскоков. Движения и упражнения, требующие внимания и координации движения ног и рук. Ходьба и бег в колонне по одному, парами, по четыре – с соблюдением дистанции, врассыпную. Перестроение на ходу в колонне, изменение направления движения с изменением движения мелодии, нахождение определенного места в помещении. Четкое и ритмичное выполнение под музыку общеразвивающих упражнений (основная стойка; стойка ноги на ширине плеч; положения рук вниз, вверх, в стороны; движения пальцев и кистей рук; наклоны туловища вперед, вправо, влево; повороты туловища направо, налево; приседания).

Ритмические упражнения

Включение в движение одновременно с началом звучания музыки и прекращение движения с окончанием музыки. Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа или характера музыкального сопровождения. Передача

сильной и слабых долей такта притопами, хлопками и другими формами движения. Повторение заданного ритмического рисунка.

Танцевальные движения, танцы

Танцевальные движения, отработанные в предыдущем учебном году. Знакомство с новыми элементами танца и движениями: мягкий бег, перекатный, острый, с высоким подниманием бедра, пружинные шаг и бег, полуприседание, шаг с носка на пятку, скользящий шаг, поскок. Поочередное выставление ноги на пятку вперед и в сторону. Повороты кистей, плавное поднимание и опускание рук вперед, вверх, в стороны. Шаг польки вперед. Кружение по одному и парами. Танцевальные композиции русского танца, круговые танцы, движения под современные ритмы. Основные шаги местных народных танцев.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

Подбор свободных движений под музыку разного характера после объяснения темы («Прогулка» на основе 2 мелодий, «Времена года»). Подражательные движения «Не теряй пушинку», «Полет птиц», «Игры зимой» и т.п. Музыкальные игры на внимание, ловкость. Инсценировка песен и сказок.

3 класс

Ритмико-гимнастические упражнения

Совершенствование навыков правильного выполнения основных движений под музыку преимущественно 2\4 и 4\4 – ходьбы, прыжков, бега, поскоков. Движения и упражнения, требующие внимания и координации движений рук и ног. Упражнения на расслабление мышц. Ходьба и бег в колонне по одному, парами, по четыре – с соблюдением дистанции, враспынную. Перестроения на ходу в колонне, изменение направления движения с изменением движения мелодии, нахождение определенного места в помещении. Четкое и ритмичное выполнение под музыку общеразвивающих упражнений.

Ритмические упражнения

Сохранение и быстрое изменение темпа и характера движения с изменением темпа или характера музыкального сопровождения. Включение в движение одновременно с началом звучания музыки и прекращение движения с окончанием музыки. Передача сильных и слабых долей в музыкальных произведениях. Знакомство музыкальными размерами 2\4, 3\4, 4\4; определение их характера. Составление простых ритмических рисунков.

Танцевальные движения, танцы

Совершенствование танцевальных движений, отработанных в предыдущем году: поскоки, галоп, полька, различные виды ходьбы и бега. Сочетание движений между собой. Знакомство с новыми элементами танца и движениями: поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед и в сторону, на носок вперед, в сторону, назад; «гармошка», присядка и полуприсядка, различные движения рук, эстрадные движения. Танцевальные композиции русского танца. Изучение таких детских бальных танцев. Основные шаги местных народных танцев.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

Подбор с помощью учителя свободных движений под музыку разного характера после объяснения темы. Подражательные движения «Зоопарк», «Кем быть?». Музыкальные игры на основе 2-3-х мелодий «Паровоз», «Цветы и бабочки» и другие. Инсценировка известных песен и сказок «Репка» и т.п.

4 класс

Ритмико-гимнастические упражнения

Исполнение общеразвивающих упражнений на выработку красивой осанки, на развитие ловкости, равновесия – с подниманием на полупальцы, с подниманием ноги, с закрытыми глазами. Расслабление определенной группы мышц. Наклоны туловища вперед с

различными положениями рук вправо, влево, со скольжением рук вдоль туловища. Упражнения на разные сложности перестроения.

Ритмические упражнения

Определение на слух двух-, трех- и четырехдольных размеров. Совершенствование движений под музыку со сменой метроритма, узнавание чередования размеров в музыкальных произведениях. Ходьба и бег под музыку с изменением темпа, с переходом от умеренного к быстрому или медленному темпу. Отражение хлопками, притопами, различными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. Составление простых ритмических рисунков. Определение регистра звучания и подбор движения соответственно нижнему, среднему и высокому регистру. Дирижирование.

Танцевальные движения, танцы

Совершенствование движений, отработанных ранее. Знакомство с новыми элементами танца и движениями: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, "ковырялочка". Разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопками. Шаг вальса прямой и с поворотом. Различные композиции движений из русских и местных народных танцев, танцев других народов («Сиртаки»), современных массовых танцев. Хороводы и парные танцы. Исполнение разученных танцев.

Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку

Самостоятельный подбор свободных естественных движений под музыку разного характера на определенную тему. Подражательные движения, инсценировка русских сказок, игры под музыку на развитие пространственной ориентировки, памяти, внимания.

Виды контроля

- Педагогическое наблюдение.
- Индивидуальные и групповые беседы с учащимися.
- Итоговые занятия, концерты.

4. Тематическое планирование

| № п/п | Наименование разделов, тем | Количество часов | Этнокультурный компонент | Цифровые образовательные ресурсы |
|-------|--|------------------|--------------------------|--|
| | 2 класс | | | |
| 1. | Ритмико-гимнастические упражнения | 3 4 6 | 6 | http://horeograf.ucoz.ru/blog/ http://www.balletmusic.ru/ |
| 2. | Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами | | | |
| 3. | Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку | | | |
| 4. | Народные пляски современные танцевальные движения | | | |
| | Итого | 3 4 | 6 | |

| | | | | |
|----|--|-------------|--|--|
| | 3 класс | | | |
| 1 | Ритмико-гимнастические упражнения | 3 4 6 | | http://horeograf.ucoz.ru/blog/ http://www.balletmusic.ru/ |
| 2 | Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами | | | |
| 3 | Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку | | | |
| 4 | Народные пляски современные танцевальные движения | | | |
| | Итого | 34 | | |
| | | 6 | | |
| | 4 класс | | | |
| 1. | Ритмико-гимнастические упражнения | 3 4 5 | | http://horeograf.ucoz.ru/blog/ http://www.balletmusic.ru/ |
| 2. | Ритмические упражнения с детскими звучащими инструментами | | | |
| 3. | Импровизация движений на музыкальные темы, игры под музыку | | | |
| 4. | Народные пляски современные танцевальные движения | | | |
| | Итого | 35 | | |
| | | 4 | | |

Приложение
ПОУРОЧНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
2 КЛАСС – 34 ч

| № урока | Поурочное содержание программы | Характеристика деятельности обучающихся |
|------------|--|--|
| 1 | Элементы танца и простые танцевальные движения: простой шаг, мягкий, перекатный, острый, с высоким поднятием бедра. | Основные движения под музыку преимущественно на 2/4и4/4 ходьба, бег, прыжки. Знакомство с барабаном. Свободное, естественное движение под четко ритмически организованную музыку. |
| 2 | Элементы танца и простые танцевальные движения: простой шаг, мягкий, перекатный, острый с высоким поднятием бедра. | Основные движения под музыку преимущественно на 2/4и4/4 ходьба, бег, прыжки. Использование барабана, погремушек (каждый в отдельности). Свободное естественное движение под четко ритмически организованную музыку. |
| 3 | Использование погремушек, бубна для передачи сильных долей в музыке. | Начало и окончание движения одновременно с началом музыкальной фразы. Совершенствование ходьбы под музыку. Игра «У медведя во бору». Простой шаг - топающий на всю ступню. |
| 4 | Коми музыкальный инструмент- трещотки. Элементы коми пляски. | Выполнение движения в соответствии с характером музыки. Начало и окончание движения одновременно с началом музыкальной фразы. Игра «У медведя во бору». |
| 5 | Свободное естественное движение под ритмичную музыку. Игра «Кегли» | Передача в движении шагом различного характера музыки (бодрый, задумчивый и т.п.) Коми музыкальные инструменты-трещотки. Элементы коми пляски. |
| 6 | Передача в движении шагом различного характера музыки, различной силы звучания (громко, тихо) марш, колыбельная. | Использование погремушек, трещоток для передачи сильных долей в музыкальных произведениях. Ходьба с поворотами. Построение. Перестроение. Игра «У медведя во бору» |
| 7 | Передача в движении шагом различного характера музыки, различной силы звучания (громко, тихо) марш, колыбельная. | Построение круга из шеренги. Игра на музыкальных инструментах (бубен) музыкального произведения «Два веселых гуся» Притопы одной ногой с хлопками. |
| 8 | Передача в движении шагом различного характера музыки, различного темпа (умеренно, быстро, медленно) <i>марш, колыбельная</i> . Построение круга из шеренги. | Игра на музыкальных инструментах (барабан) музыкального произведения «Два веселых гуся». Притопы одной ногой с хлопками. Построение круга из движения в рассыпную. Игра «Кегли» |
| 9 | Передача в движении шагом различного характера музыки, различного темпа (выполнение во время занятий движения рук) | Игра на музыкальных инструментах (барабан) музыкального произведения «Два веселых гуся». Притопы одной ногой с хлопками. Игра «Кегли» |
| 10 | Строевой и мягкий шаг. Выполнение во время ходьбы заданий (повороты). Знакомство с металлофоном. Определение сильных и слабых долей такта. | Изучение элементов танца хоровод (плавные движения). Игра «Фрукты-овощи» |

| | | |
|----|--|---|
| 11 | Выполнение во время ходьбы заданий (повороты туловища, хлопки, притопывания). Элементы коми пляски (притопы). | Коми песни. Эмоциональное выражение песен. Игра на металлофоне (передача сильных и слабых долей). Исполнение элементов коми пляски (притопы). |
| 12 | Ходьба на пятках и носках. Игра на металлофоне знакомой мелодии «В лесу родилась елочка». Элементы коми пляски (притопы). | Элементы коми пляски (притопы, повороты, «плетень»). Игра «Эстафета» |
| 13 | Ходьба на пятках и носках. Задания с мячом (прыжки, передача мяча через голову). Основной шаг коми пляски (притопы, повороты) | Игра на металлофоне знакомой мелодии «В лесу родилась елочка». Основной шаг коми пляски (притопы, повороты). Игра «Эстафета». |
| 14 | Ходьба друг за другом в линию и по кругу. Упражнения для рук. | Игра на металлофоне изученных мелодий. Игра «Третий лишний». Кружение через правое и левое плечо. |
| 15 | Ходьба друг за другом в линию и по кругу. Упражнения для рук (плавные движения). Хоровод. | Игра на металлофоне изученных мелодий, передача слабых долей. Игра «Эстафеты». Кружение через правое плечо и левое плечо. |
| 16 | Выполнение во время бега заданий с предметами. Кружение через правое и левое плечо. | Повторение ритмического рисунка на металлофоне (по заданию учителя). Определение сильных и слабых долей такта в музыке. Игра «Эстафеты». |
| 17 | Бег в рассыпную и с использованием всего пространства помещения с последующим построением в колонны. Знакомство с музыкальным инструментом треугольник. | Изменения направления и формы движения с соответствующим изменением темпа музыки. Игра «Пантомима». |
| 18 | Бег в рассыпную с использованием всего пространства помещения с последующим построением в шеренгу, круг. Исполнение музыкального произведения на музыкальном инструменте треугольник «Антошка» | Кружение через правое и левое плечо с поднятыми руками. Игра «Пантомима» |
| 19 | Исполнение музыкального произведения «Антошка» на музыкальных инструментах (трещотка, треугольник). | Повороты туловища с передачей мяча. Кружение через левое и правое плечо с поднятыми руками. Игра «Пантомима». |
| 20 | Повороты туловища с передачей мяча. Выполнение во время бега заданий с предметами (передача мяча). Определение сильных и слабых долей такта при помощи притопов. Кружение парами на месте и на ходу. | Исполнение изученных музыкальных произведений на барабане, треугольнике, трещотках. Игра «Цветы». |
| 21 | Кружение парами на месте и на ходу. Упражнения на выработку осанки. | Игры – заклички. Инсценировка песни «Антошка» под музыкальное сопровождение. |
| 22 | Кружение парами на месте и на ходу. Упражнения на выработку осанки. | Игры – заклички. Инсценировка песни «Антошка» под музыкальное сопровождение. |
| 23 | Упражнения на координацию движения. Прохлопывание ритма известных песен (по заданию учителя) | Игра «Пантомима». Кружение парами на ходу «Вальс». |
| 24 | Отражение в движении различного характера и динамики музыки. Кружение парами на ходу «Вальс» | Упражнения на координацию движения. Исполнение на барабане различных музыкальных ритмов. |
| 25 | Упражнение на расслабление мышц пальцев рук. Освоение танцевальных движений (шаг «веревочка», поскоки). | Исполнение на барабане различных музыкальных ритмов. Инсценировка песни «Гуси мои гуси» под музыку. |

| | | |
|----|--|--|
| 26 | Упражнения на расслабление мышц пальцев, рук и ног. Приставной и переменный шаги: вперёд, в сторону, назад. | Инсценировка песни «Гуси мои гуси» с пением. Исполнение музыки песни на барабане и треугольнике. |
| 27 | Приставной переменный шаги: вперед, в сторону, назад. Исполнение песен на металлофоне. | Бросание, подбрасывание, ловля, катание мяча. Игра «Хоккеисты». |
| 28 | Передача сильной и слабой доли в знакомых (изученных) музыкальных произведений. Приставной шаг: боковой галоп | Прыжки через скакалку. Игра «Ловля оленей» |
| 29 | Исполнение музыкальных песен на металлофоне (по заданию учителя). Коми песни. Эмоциональное выражение песен. Шаги галопа: прямой, приставной. | Прыжки через скакалку. Игра «Ловля оленей» |
| 30 | Ходьба с приседанием. Выполнение подражательных движений животных под музыку. | Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Повторение ритмического рисунка (бубен). Игра «Цветы». |
| 31 | Присядка, полуприсядка на месте и с продвижением. Элементы русской пляски. («дроботушки», присядка, «ковырялочка»). | Повторение ритмического рисунка и темпа музыки (барабан). Игра под музыку «Встаньте в круг». |
| 32 | Самостоятельное составление ритмического рисунка и темпа на барабане, бубне. Элементы русской пляски («дроботушки», присядка, «ковырялочка»). Элементы коми пляски (притопы). | Бросание, перекачивание обруча под музыку. Игра под музыку «Встаньте в круг». |
| 33 | Самостоятельное составление ритмического рисунка и темпа на барабане, бубне, трещотке, треугольнике. Хоровод. Пластическое интонирование. | Бросание, подбрасывание и ловля, перекачивание обруча под музыку. Игра под музыку «Встаньте в круг». |
| 34 | Самостоятельное составление ритмического рисунка и темпа на барабане, бубне, трещотке, треугольнике. Хоровод. Пластическое интонирование. Итоговая контрольная работа. | Бросание, подбрасывание и ловля, перекачивание обруча под музыку. Игра «Ловля оленей». |

3 класс (34ч ч)

| № урока | Поурочное содержание программы | Характеристика деятельности обучающихся |
|---------|---|---|
| 1 | Обучение ритмики в 3 классе: цели и задачи. Основные понятия. Ходьба. Виды ходьбы. Беседа: ОГБ при разучивании. | Знакомство с понятиями «ритмика», «темп», «ритм», «Импровизация», «ритмический рисунок», «линия танца». Ходьба друг за другом по одному, врассыпную с последующим построением в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Ходьба под музыку на 2/4 и 4/4. |
| 2 | Элементы ассиметричной гимнастики. | Основные движения под музыку преимущественно на 2/4и4/4 ходьба, бег, прыжки. Использование барабана, погремушек (каждый в отдельности). Свободное естественное движение под четко ритмически организованную |

| | | |
|----|---|--|
| | | музыку. Выполнение простейших упражнений асимметричной гимнастики в медленном темпе. |
| 3 | Разучивание разминки. | Выполнение гимнастической ходьбы, бега, поскоков с хлопками и без них. Упражнения на выработку осанки, укрепления мышц шеи, плеч |
| 4 | Упражнение на развитие координации. | Ходьба прямо и боком по начерченным линиям с различным положением рук, ходьба с остановкой по сигналу, ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук. Подвижные игры «Стоп», «Переправа». Свободное естественное движение под четко ритмически организованную музыку. |
| 5 | Перестроения для танца. Рисунок танца. Элементы коми танца. | Повторение изученных танцевальных движений. Ходьба с поворотами. Построение. Перестроение. Перестроение для танца. Приставной и переменный шаг вперед, назад, в сторону. Основной шаг коми танца. |
| 6 | Позиции рук. Основные правила. | Изучение элементов танца. Повороты кистей, плавное поднятие и опускание рук вперед, вверх, в стороны. Движение по линии танцев, перестроение, диагональ класса. |
| 7 | Позиции ног. Основные правила. | Изучение элементов танца. Шаг с носка на пятку, скользящий шаг, поскок. Поочередное выставление и выбрасывание ноги на пятку вперед и в сторону, на носок вперед, в сторону, назад. |
| 8 | Закрепление. Танец полька. Позиции в паре. | Закрепление отработанных танцевальных движений. Исполнение танца. |
| 9 | Основные правила. Прослушивание музыкального произведения. Партерный эскиз. | Прослушивание различных по характеру мелодий. Повторение ритмического рисунка на металлофоне (по заданию учителя). Определение сильных и слабых долей такта в музыке. Игра «Эстафеты». |
| 10 | Просмотр видеозаписи танцев. Партерный эскиз. | Выполнение упражнений на полу в положении сидя, лёжа, на боку. Подражательные движения по видеозаписям танцев. |
| 11 | Конкурс шумовых инструментов. Закрепление. | Исполнение ритмического рисунка различных мелодий с использованием барабана, металлофона, погремушек. |
| 12 | Музыкальные ритмические игры. Коршун и курица. Магазин игрушек. | Чёткое и ритмическое выполнение под музыку упражнений с использованием мячей разной величины, обручей, кеглей, скакалок. Игры «Коршун и курица», «Магазин игрушек». |
| 13 | Я герой сказки. Любимый персонаж сказки. Имитация под музыку. | Прослушивание различных по характеру мелодий. Определение характеристики героя, средств музыкальной выразительности. Подбор подходящих движений. |
| 14 | Народный хореографический танец. Позиции ног, рук. Упражнение на выстукивание. Элементы коми танца. | Повторение изученных танцевальных движений. Пружинный шаг, полуприседание. Повороты кистей, плавное поднятие и опускание рук вперед, вверх, в стороны. Упражнение на выстукивание. Элементы коми пляски (притопы, повороты, «плетень»). |
| 15 | Отработка движений. | Закрепление изученных танцевальных движений. Подражательные движения, игры под музыку. |

| | | |
|----|---|---|
| 16 | Закрепление. Игры под музыку. | Передача динамических акцентов музыки различными формами движения :взмахами, прыжками, расслаблением, переменной направления. |
| 17 | Танец Чарльстон. Передача сильных и слабых долей. | Выполнение танцевальных движений на 4/4. Упражнение в поворотах стоп наружу и внутрь. Отработка экспрессивных движений руками. Исполнение чарльстона по одному, в группе и в парах. |
| 18 | Понятие «Линия танца». Общеразвивающие упражнения Игра «Ловля оленей», | Движение по линии танцев, перестроение, диагональ класса. Выполнение общеразвивающих упражнений с мячами разных размеров, обручами и скакалкой. |
| 19 | Отработка движений, построение линий. «Шахматы». | Движение по линии танцев, перестроение, диагональ класса. Позиции ног, рук. Передача динамических акцентов музыки различными формами движения : взмахами, прыжками, расслаблением, переменной направления. |
| 20 | Закрепление основных движений. Позиции танцев. | Движение по линии танцев, перестроение, диагональ класса. Позиции ног, рук. Передача динамических акцентов музыки различными формами движения : взмахами, прыжками, расслаблением, переменной направления. |
| 21 | Отработка движений танца «Ча-ча-ча». | Отработка танцевальных движений на 4/4. Базовый «прогулочный» шаг вперёд и назад. Мягкость и пружинистость движений. Повороты с плеча, стоп-повороты. Движения в паре. |
| 22 | Общеразвивающие гимнастические упражнения. Перекаты стопы, носок, каблук. Вальс – основные движения. | Отработка ритмичности и плавности шагов вперёд, назад, в сторону. Движение по линии танца. Упражнения в парах. Перекаты стопы, носок, каблук. |
| 23 | История образования «Вальса». Позиции ног, рук. Отработка движений. | Исполнение вальса под счёт, под музыку. Прослушивание различных мелодий, сопровождающих вальс. Просмотр видеофрагментов. |
| 24 | Танец «Музыкальный» Позиции в паре. | Движение по линии танцев, перестроение, диагональ класса. Пружинный шаг, полуприседание. Повороты кистей, плавное поднятие и опускание рук вперёд, вверх, в стороны. Приставной и переменный шаги вперёд, назад, в сторону. Основной шаг коми танца. |
| 25 | Основное положение рук, ног в паре | Закрепление изученных танцевальных движений. |
| 26 | Закрепление танцев «Вальс», «Музыкальный», «Ча-ча-ча», Элементы коми пляски «Марья-моль», «Шахматы» | Исполнение танцев «Вальс», «Музыкальный», «Ча-ча-ча», «Марья-моль». Самоанализ исполнения. |
| 27 | Общеразвивающие гимнастические упражнения Портальный эскиз. | Общеразвивающие гимнастические упражнения. Понятие о рисунке танца. Основной и проходящий рисунок. Отражение особенностей народа в рисунке танца. Круговые и линейные перестроения. Переходы. |
| 28 | Портальный эскиз. Основные движения. | Простые и сложные рисунки танца. Упражнения в движениях по кругу, диагонали, линии, полукругу. |
| 29 | Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные) | Движения и перестроения по кругу, полукругу, треугольнику, овалу и квадрату. |

| | | |
|----|---|---|
| 30 | Музыкально – ритмические игры «Я и мир вокруг нас», «Шаг», «Волк и заяц». | Использование металлофона, трещотки, барабана, погремушек и бубнов для передачи сильных и слабых долей в мелодии. Повторение заданного ритмического рисунка |
| 31 | Коми народные танцы. Просмотр видеозаписей танцев разных народов. | Повторение основных движений коми танца. Общие черты танцевальных движений и сопровождающих мелодий. Отражение особенностей характера в народных танцах. |
| 32 | Многообразность и необычность движений разных народов. | Отражение особенностей характера в народных танцах. |
| 33 | Урок – смотр знаний. | Исполнение изученных танцев и отдельных танцевальных движений по выбору. |
| 34 | Итоговое обобщение. Итоговая контрольная работа. | Исполнение изученных танцев и отдельных танцевальных движений по выбору. Повторение основных понятий. |

4 класс (34ч)

| № урока | Поурочное содержание программы | Характеристика деятельности обучающихся |
|---------|--|---|
| 1 | Основные движения под музыку на $\frac{3}{4}$. Определение на слух двух-трех- и четырехдольных размеров. | Основные движения под музыку преимущественно на $\frac{3}{4}$, ходьба, бег, прыжки. |
| 2 | Совершенствование танцевальных движений отработанных ранее. | Свободное естественное движение под четко ритмически организованную музыку. Пружинный шаг, полуприседание. Повороты кистей, плавное поднимание и опускание рук вперед, вверх, в стороны. Приставной и переменный шаги вперед, назад, в сторону. Повороты с плеча, стоп-повороты. Движения в паре. |
| 3 | Самостоятельный подбор свободных, естественных движений под музыку разного характера на определенную тему. Музыка коми композиторов. | Общеразвивающие гимнастические упражнения. Игры-импровизации «Коршун и курица», «Магазин игрушек». Импровизации под мелодии коми композиторов. |
| 4 | Исполнение различных ритмов на звучащих детских инструментах в медленном и быстром темпе. | Использование металлофона, трещотки, барабана, погремушек, треугольника и бубнов для исполнения различных ритмов. Повторение заданного ритмического рисунка. |
| 5 | Шаг вальса прямой и с поворотом. | Повторение основных движений вальса. Повторение движений в паре. Отработка шага прямого и с поворотом. |
| 6 | Ходьба и бег под музыку с изменением темпа движения с переходом, от умеренного к быстрому и медленному темпу. | Ходьба и бег с изменениями направления, в разных построениях. Бег в парах и группами. Бег в чередовании с ходьбой. |
| 7 | Передача на различных инструментах основных ритмов | Использование бубна и треугольника для передачи заданного ритма. Исполнение |

| | | |
|----|--|--|
| | знакомых песен и музыкальных пьес. Ритмы коми песен. | ритмов коми песен. |
| 8 | Отражение хлопками, притопами, разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. | Отражение хлопками, притопами, разными видами ходьбы ритмического рисунка мелодии. |
| 9 | Передача различными формами мелодичного и ритмического рисунка, темпа, метроритма. | Упражнения в передаче ритмического рисунка простукиванием, притопами, хлопками и при помощи металлофона, барабана, трещотки. |
| 10 | Знакомство с новыми элементами танца и движениями: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, «ковырялочка». | Повторение ранее изученных танцевальных движений : пружинный шаг, полуприседание. Повороты кистей, плавное поднятие и опускание рук вперёд, вверх, в стороны. Приставной и переменный шаги вперёд, назад, в сторону. Основной шаг коми танца. Выполнение новых элементов танца и движений: присядка и полуприсядка на месте и с продвижением, «ковырялочка». |
| 11 | Составление простых ритмических рисунков. Упражнения на выработку красивой осанки. | Повторение заданных ритмических рисунков хлопками, с помощью бубна. Составление простых ритмических рисунков .Упражнения для выработки осанки: стойка с грузом на голове, с положением рук на поясе, вверх, в стороны, вперёд, назад. |
| 12 | Составление простых ритмических рисунков. Упражнения на выработку красивой осанки, на развитие ловкости, равновесия. Игра «Ловля оленей». | Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук, с предметами в руках; ходьба приставными шагами вперёд с высоким поднятием коленей, на носках. Упражнения для выработки осанки: стойка с грузом на голове, с положением рук на поясе, вверх, в стороны, вперёд, назад. Игра «Ловля оленей». |
| 13 | Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре, в канонах исполнении различных ритмов в музыкальных произведениях. | Исполнение различных ритмов с использованием металлофона, треугольника и бубна. |
| 14 | Согласованное звучание инструментов в ансамбле и оркестре, в канонах исполнении различных ритмов в музыкальных произведениях коми композиторов. | Исполнение ритмов мелодий коми композиторов с использованием металлофона, треугольника и бубна. |
| 15 | Определение регистр звучания и подбор движения соответственно нижнему, среднему и высокому регистру. | Понятия «регистра» звучания. Упражнение в определении регистра звучания. Тренировка в подборе движений в соответствии с регистром. |
| 16 | Шаг вальса прямой и с поворотом. | Отработка ритмичности и плавности шагов вперёд, назад, в сторону. Движение по линии танца. Шаг вальса прямой и с поворотом. |
| 17 | Шаг вальса прямой и с поворотом. | Шаг вальса прямой и с поворотом. Упражнение по одному и в парах. |
| 18 | Упражнения с гимнастическими снарядами (скакалка, обруч, мяч) | Повороты туловища с передачей мяча. Продвижения вперёд с мячом, с обручем. Прыжки через скакалку на месте и с передвижением под музыку. Имитационные упражнения «Бабочка», |
| 19 | Упражнения с гимнастическими снарядами (шведская стенка, ленты, кольца) | Бросание, перекатывание обруча под музыку. Игра под музыку «Встаньте в круг». |
| 20 | Инсценирование песни, простые сценические постановки. «Песня львенка и черепахи». Коми песни. | Инсценировка «Песни львёнка и черепахи» под музыкальное сопровождение. Определение характера и настроения героев произведения, выбор средств выразительности. Инсценировки коми песен. |

| | | |
|----|--|---|
| 21 | Инсценирование песни, простые сценические постановки. Самостоятельный выбор песни. | Инсценировки простых песен в парах, группах, по одному. Обоснование выбора средств выразительности. |
| 22 | Разнообразные сочетания отработанных шагов с движениями рук и хлопками. Игра «Богатыри» | Шаг прямой, пружинный шаг, шаг с поворотом. Сочетание шага с движениями рук и хлопками. |
| 23 | Передача мяча в колонне по одному над головой назад. Различные сочетания упражнений с мячом. | Перебрасывание мяча по кругу вправо и влево под музыку, ведением мяча ударами об пол при ходьбе, ловля мяча после дополнительного движения (хлопок в ладоши перед грудью, за спиной). |
| 24 | Подражательные движения, игры под музыку, игры с пением. Игра «Золотые ворота» | Выполнение подражательных движений под музыку в парах, группах и по одному. Игра «Золотые ворота». Имитационные упражнения «Обезьянка», «Кенгуру». |
| 25 | Подражательные движения, игры под музыку, игры с пением. Игра «У медведя во бору» | Выполнение подражательных движений под музыку в парах, группах и по одному. Игра «Золотые ворота». Имитационные упражнения «Вертолёт», «Мельница». |
| 26 | Различные композиции движений из танцев: «Русская кадрили», «Самба», «Краковяк» | Переменный ход, притопы, присядка, галоп, подскоки. |
| 27 | Различные композиции движений из танцев: «Русская кадрили», «Коми пляска» | Переменный ход, притопы, присядка. Кружение в паре и общем круге, притопы. Приставные шаги. Повороты на месте парой. |
| 28 | Упражнение на точное начало и окончание движений по окончанию музыки. | Повторение изученных танцевальных движений. Элементы пляски и перепляса. Кружение в паре и в общем круге. |
| 29 | Упражнения на точное начало и окончание движений по окончанию музыки. Игра «Кто лишний» | Повторение изученных танцевальных движений. Переменный ход, притопы, присядка, галоп, подскоки. |
| 30 | Простые сценические постановки танца. (самостоятельный выбор) | Использование изученных танцевальных движений по выбору для постановки танца. Работа в парах. |
| 31 | Простые сценические постановки танца (самостоятельный выбор) | Использование изученных танцевальных движений по выбору для постановки танца. Работа в парах, в группах, по одному. |
| 32 | Различные упражнения на гимнастических снарядах. | Выполнение вися, упоров, перешагиваний. |
| 33 | Исполнение изученных танцев в 4 классе | Исполнение изученных танцев по выбору: вальс, кадрили, краковяк, самбо. Сочетание различных танцевальных движений по выбору для постановки танца. |
| 34 | Обобщение темы четверти и года. Итоговая контрольная работа. | Исполнение танцевальных движений по выбору. Выполнение подражательных движений. Передача ритмического рисунка простукиванием, притопами, хлопками и при помощи металлофона, барабана, трещотки. |

