**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

 **«Вожегодская средняя школа»**

 ****

 **Рабочая программа**

**Курса внеурочной деятельности «Ритмика»**

**. для обучающихся 4 Д, 1Д классов**

**Направление: коррекционный курс**

Составитель: Серёгина М.Н.

 п. Вожега

 2023-2024г

**Содержание**

1. Пояснительная записка стр. 2
2. Содержание курса внеурочной деятельности «Ритмика» стр. 4
3. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные стр. 10

Метапредметные стр…

Предметные стр. 7

1. Тематическое планирование стр. 17
2. **Пояснительная записка**

В системе внеурочной деятельности проводится коррекционно-развивающая работа, предусматривающая организацию и проведение занятий, способствующих социально-личностному развитию обучающихся с умственной отсталостью, коррекции недостатков в психическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности..

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

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

Рабочая программа внеурочной деятельности коррекционного курса «Ритмика» составлена на основе следующих нормативно- правовых документов: -[Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».](https://docs.cntd.ru/document/902389617)

 - ФГОС начального общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения от 31.05.2021 № 286 (далее – ФГОС НОО);

- [Федеральный закон Российской Федерации от 14 июля 2022 года № 261- ФЗ «О российском движении детей и молодежи»](https://docs.cntd.ru/document/351175809)

- [Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (далее - приказ Минпросвещения об утверждении ФГОС НОО)](https://docs.cntd.ru/document/607175842)

- [Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (далее - приказ Минпросвещения об утверждении ФГОС ООО)](https://docs.cntd.ru/document/607175848)

- [Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 5 июля 2022 года № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций»](https://docs.cntd.ru/document/351296491)

- [Письмо Минпросвещения России от 17.06.2022 г. N 03-871 "Об организации занятий "Разговоры о важном"](https://docs.cntd.ru/document/351161744#4S0IJ)

- [Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации»](https://edu.gov.ru/national-project/projects/patriot/) .

- [Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года](http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf) (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г.)

- Примерные рабочие программы по учебным предметам НОО, учебным предметам ООО. Одобрены решением ФУМО по общему образованию, протокол 3/21 от 27.09.2021, протокол 4/21 от 28.09.2021

- [План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р)](http://static.government.ru/media/files/LkiAgAELFrlG0oAFgKCjKdAWdi6jbZU5.pdf)

- [План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р)](http://static.government.ru/media/files/3WkqE4GAwQXaIGxpAipFLmqCYZ361Kj0.pdf)

 - Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"»

 - Устав ОО;

- Локальные акты образовательной организации.

Внеурочная деятельность - образовательная деятельность, направленная на достижение планируемых результатов (предметных, метапредметных, личностных) освоения основной образовательной программы начального общего образования, осуществляемая в формах, отличных от урочной.

План внеурочной деятельности общеобразовательного учреждения является обязательной частью организационного раздела основной образовательной программы, а рабочие программы внеурочной деятельности являются обязательной частью содержательного раздела основной образовательной программы начального общего образования.

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

**Задачи:**

* развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
* развитие общей и речевой моторики,
* эмоционально-волевое развитие учащихся,
* воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

**Описание курса в учебном плане.**

Внеурочное занятие проводится 1 раз в неделю. На изучение курса отводится 34 часа.)

**Содержание курса внеурочной деятельности.**

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

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития детей с ОВЗ средствами музыкально-ритмической деятельности.

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

***Связь содержания программы с учебными предметами.***

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

Программа содержит 5 разделов:

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

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков. В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

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

Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

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

В соответствии со спецификой региона дополнены следующие разделы: танцевальные упражнения: народные танцевальные традиции Урала.

***Особенности реализации программы***.

*Особенности методики преподавания предмета.* Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с ОВЗ обусловливаются структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в эмоционально-волевой сфере, моторике. В связи с этим в занятия по ритмике включаются такие направления, как:

* коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного);
* коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния (радости, нежности, печали, удивления и т.д.), учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения;
* коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий;
* развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

*Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии.* Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

* Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
* Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
* Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
* Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
* Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

* ритмопластика и ритмическая гимнастика;
* логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
* психогимнастика под музыку;
* корригирующие игры с пением;
* коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
* коммуникативные танцы;
* хореографические этюды с предметами и без предметов;
* элементы музицирования;
* импровизация;
* ритмический диктант;

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

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

 **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

В результате реализации программы обеспечивается достижение обучающимися:

**Предметных результатов:**

**1 класс**

Минимальный уровень:

* готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно 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;
* ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
* ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
* ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
* соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
* выполнять игровые и плясовые движения;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

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

**2 класс**

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

* уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
* соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
* самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
* передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
* самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
* повторять любой ритм, заданный учителем;
* задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

**3 класс**

Минимальный уровень:

* уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
* соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
* самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
* передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
* передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
* повторять любой ритм, заданный учителем;
* задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточный уровень:

* самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
* четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
* отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
* различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**4 класс**

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

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

**Достижение личностных результатов:**

* ответственное отношение к учению, готовность и спо­собность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
* развитие двигательной активности;
* формирование способности к эмоциональному вос­приятию учебного материала;
* осознавать роль танца в жизни;
* понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
* развитие танцевальных навыков,
* развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
* расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
* освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
* способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
* способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

**Достижение базовых учебных действий:**

- познавательных учебных действий:

* определять и формулировать цель деятельности  с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
* умение ставить и формулировать проблемы;
* навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

- регулятивных учебных действий:

* использование речи для регуляции своего действия;
* адекватное восприятие  предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
* умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

- коммуникативных учебных действий:

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;

адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих

**Формы, и средства проверки и оценки результатов обучения**

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

* по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений по
ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах,
участию в различных сценических представлениях;
* по повышению уровня общей и физической культуры;
* по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
* по отношениям в коллективе.
1. **Учебно-тематический план**

 **1 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 7 | 3 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 11 | 2 | 9 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения  | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 5 | 1 | 4 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 2 | - | 2 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 3 | - | 3 |
| 4 | **Игры под музыку** | 5 | 1 | 4 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 7 | 2 | 5 |
|  | **Итого** | 33 | 8 | 25 |

**2 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 5 | 1 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 15 | 3 | 12 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения  | 7 | 2 | 5 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 5 | 1 | 4 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 3 | - | 3 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 4 | 1 | 3 |
| 4 | **Игры под музыку** | 5 | 2 | 3 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 5 | 2 | 3 |
|  | **Итого** | 34 | 9 | 25 |

**3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 6 | 2 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 10 | 2 | 8 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения  | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 2 | - | 2 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 3 | 1 | 2 |
| 4 | **Игры под музыку** | 8 | 3 | 5 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 7 | 2 | 5 |
|  | **Итого** | 34 | 10 | 24 |

**4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 6 | 2 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 12 | 3 | 9 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения  | 6 | 2 | 4 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 2 | - | 2 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 3 | 1 | 2 |
| 4 | **Игры под музыку** | 6 | 2 | 4 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 7 | 2 | 5 |
|  | **Итого** | 34 | 10 | 24 |

 **Содержание программы**

**1 класс**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*

Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

*Упражнения на расслабление мышц*

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

1. **Координация движений, регулируемых музыкой**

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

1. **Игры под музыку**

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

1. **Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

 **2 класс**

**Содержание программы:**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

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

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

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

*Упражнения на координацию движений*

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

*Упражнения на расслабление мышц*

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

1. **Координация движений, регулируемых музыкой**

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

1. **Игры под музыку**

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

1. **Танцевальные упражнения**

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

 **3 класс**

**Содержание программы:**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

Ходьба разным шагом. Чередование видов ходьбы. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три круга. Перестроение из одного круга в концентрические круги. Выполнение движений с предметами.

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях. Поднимание на носках и приседание. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*

Одновременные движения рук и ног. Круговые движения ног и рук. Упражнения с предметами. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.

*Упражнения на расслабление мышц*

Напряжение и расслабление мышцы рук, пальцев, плеча. Перенесение тяжести тела.

1. **Координация движений, регулируемых музыкой**

Упражнение с барабанными палочками. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

1. **Игры под музыку**

Передача в движениях частей музыкального произведения. Передача в движении динамического нарастания в музыке. Ускорение и замедление темпа движений. Широкий, высокий бег; элементы движений и танца. Передаче игровых образов. Смена ролей в импровизации. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

1. **Танцевальные упражнения**

Элементы хороводного танца. Шаг на носках. Шаг польки. Сильные поскоки, боковой галоп. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Элементы русской пляски. Основные движения народных танцев.

 **4 класс**

**Содержание программы:**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*

Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы*.* Упражнения под музыку.Самостоятельное составление ритмических рисунков.Сочетание хлопков и притопов с предметами.

*Упражнения на расслабление мышц*

Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя

1. **Координация движений, регулируемых музыкой** Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.
2. **Игры под музыку**

Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

1. **Танцевальные упражнения**

Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег Поскоки с продвижением. Элементы народных танцев.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тематические блоки, темы | Кол-во часов | Форма проведения занятий | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы | Реализации воспитательного потенциала учебного занятия с учетом направлений рабочей программы воспитания |
| 11 | Упражнения на ориентирование в пространстве | 6 | Групповая, парная, индивидуальная  | Детские электронные книги и презентации - <http://viki.rdf.ru/>Единая коллекция - http://collection.cross-edu.ru/ Российский общеобразовательный портал - http://music.edu.ru/ | Соблюдать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни Бережно относиться к физическому здоровью и душевному состоянию своему и других людей. |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 6 | Групповая, парная, индивидуальная | www.pedsovet.org | Соблюдать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 4 | Групповая, парная, индивидуальная |  | Соблюдать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 1 | Групповая, парная, индивидуальная |  | Соблюдать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни |
|  | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 1 | Групповая, парная, индивидуальная | http://www.1september.ru http://www.edu.ru | Проявлять стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусства. |
|  | Игры под музыку | 6 | Групповая, парная, индивидуальная | Классическая музыка (Электронный ресурс). – Режим доступа: http//classic. Chubrik.Ru http://schoolcollection.edu.ru/ | Проявлять уважение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, творчеству своего народа, отечественной и мировой художественной культуре.Проявлять стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности, искусства. |
|  | Танцевальные упражнения | 7 | Групповая, парная, индивидуальная | www.dance-city.narod.ru www.danceon.ru | Сознавать принадлежность к своему народу, проявлять уважение к своему и другим народам.Сознавать свою принадлежность к общности граждан России;Понимать свою сопричастность прошлому, настоящему и будущему своей малой родины, родного края, своего народа, российского государства. |
|  | Координационные движения, регулируемые музыкой | 2 | Групповая, парная, индивидуальная |  |  |

**4 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **К-во часов** | **Дата** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре | 1 |  | Перестроиться из колонны по одному в колонну по четыре | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем | Чётко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки. |
| 2 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение в шахматном порядке | 1 |  | Перестроиться в шахматном порядке (из колонны) | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем |
| 3 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги. | 1 |  | Построиться из нескольких колонн в круги, сужая их и расширяя | Развитие пространственных представлений |
|  | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища  | 1 |  | Круговые движения головы (с акцентом). Движения кистями рук. | Коррекция согласованности движения рук с движением туловища, головы. | Отмечать в движении акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч | 1 |  | Круговые движения плечами: вверх, вниз, вперед, назад | Соотнесение темпа и ритма |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы | 1 |  | Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы | Коррекция согласованности движения рук с движением ног, туловища, головы. | Уметь координировать свои действия и движения. Выполнять упражнения в разных темпах.Соотносить темп музыки с характером и темпом собственных движений.  |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку.РК | 1 |  | Выполнять упражнения с ускорением. С замедлением Поднимать голову, корпус с позиции на корточках | Развивать умение соотносить темп и ритм |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. | 1 |  | Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.  | Развивать у детей подвижность, ощущать напряжение и расслабление мышц | Научиться прыгать в разных направлениях. |
| **II четверть** |  |
|  | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** |
| 9 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино | 1 |  | Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. | Развивать у детей подвижность пальцев, координацию движений рук. | Слышать и распознавать в музыке ритмический рисунок, акцент.  |
|  | **Игры под музыку** |
| 10 | Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка | 1 |  | Упражнения на передачу ритмических рисунков темповых и динамических изменений в музыке  | Развивать у детей слуховое восприятие, координацию движений рук. | Задавать ритм мелодии одноклассникам и уметь его проверять. |
| 11 | Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей | 1 |  | Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. | Развивать у детей подвижность пальцев, ощущать напряжение и расслабление мышц, координацию движений рук. | Слышать изменения в музыке и быстро реагировать на них сменой движения. |
|  | **Танцевальные упражнения** |
| 12 | Танцевальные упражнения. Галоп | 1 |  | Упражнения на различение элементов народных танцев. | Развитие восприятия, памяти, быстроты реакции. | Уметь выполнять галоп в паре и по кругу. |
| 13 | Танцевальные упражнения. Круговой галоп | 1 |  | Разучивание народных танцев | Развитие умения работать сообща, в паре, в группе. |
| 14 | Танцевальные упражнения. Присядка | 1 |  | Танцевальный элемент «присядка». | Развитие координации, подвижности, ловкости. | Исполнять присядку, соблюдая правильную осанку, быстро и ловко выпрямляться. |
| 15 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.РК | 1 |  | Пружинящий бег. Простые шаги вперед, назад. Три простых шага, притоп (вперед, назад) | Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца | Уметь исполнить танцевальную комбинацию из шагов, притопов и хлопков. |
| **III четверть**  |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** |
| 16 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей. | 1 |  | Вращать кистями рук по кругу, пальцы сжаты в кулак Противопоставлять один палец остальным. Двигать руками в разном направлении | Развивать у детей подвижность пальцев, ощущать напряжение и расслабление мышц, координацию движений рук. | Уметь выполнять элементы пальчиковой гимнастики под музыку. |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели  | 1 |  | Перестроиться из простых и концентрированных кругов в «звездочки» и «карусели». Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем, учить перестраиваться с образованием кругов,«звездочек», «каруселей». | Ориентироваться в пространстве зала, владеть пространственными понятиями. Знать фигуры-построения: линия, колонна, круг, карусель, звездочка.Уметь перестраиваться во все перечисленные фигуры. |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | 1 |  | Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против  | Умение находить центр помещения. |
| 19 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения | 1 |  | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем; развитие ловкости, быстроты реакции, точность движений. |
|  | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук  | 1 |  | Выбрасывать руки вперед, в стороны, вверх | Коррекция согласованности движений рук. | Знать упражнения для рук, ног, корпуса, спины и уметь их выполнять. |
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища | 1 |  | Поворачивать корпус с передачей предметов | Коррекция согласованности движения рук с движением туловища. |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног.  | 1 |  | Выставлять ногу во все стороны (начиная вправо)  | Коррекция согласованности движения рук с движением ног. |
| 23 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 |  | Ходить на внутренних краях стопы | Развитие мышечного аппарата, правильной осанки. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков  | 1 |  | Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельно составить ритмический рисунок, прохлопать его | Развитие координации, слухового восприятия, соотнесение темпа и ритма. | Уметь без помощи учителя составить ритмический рисунок и продемонстрировать его одноклассникам. |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК | 1 |  | Сочетание хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). | Развитие моторных навыков | Уметь согласовывать движения.  |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя | 1 |  | С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).      То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка). | Ощущать напряжение и расслабление мышц. | Уметь расслаблять и напрягать мышцы, выполняя имитационные упражнения. |
| **IV четверть**  |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** |
| 27 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.  | 1 |  | Выполнять несложные упражнения песни.  | Коррекция подвижности пальцев рук, мелкой моторики | Понимать ритм услышанной мелодии, уметь его повторить. |
|  | **Игры под музыку** |
| 28 | Игры под музыку. Начало движения. | 1 |  | Самостоятельно менять движения в соответствии со сменой музыкальных фраз | Коррекция концентрического внимания, восприятия. | Начинать движение вместе с началом музыки. |
| 29 | Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. | 1 |  | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии | Совершенствование памяти, внимания, восприятия. | Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки |
| 30 | Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций. | 1 |  | Разучивать и придумывать новые варианты игр | Коррекция внимания; совершенствование мышления, памяти. | Самостоятельно составить несложную танцевальную комбинацию из выученных движений. |
| 31 | Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением. | 1 |  | Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка песен, сказки | Коррекция внимания; совершенствование речевых навыков, развитие дыхательного аппарата. | Четко и ясно проговаривать игровые считалочки, попевки, песни. |
|  | **Танцевальные упражнения** |
| 32 | Танцевальные упражнения. Шаг кадрили | 1 |  | Подскоки с продвижением вперед, назад, на месте | Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца | Уметь выполнять шаг кадрили. |
| 33 | Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Поскоки с продвижениемРК | 1 |  | Разучивание народных танцев | Развитие координации, подвижности, ловкости, быстроты реакции. | Отличать танцевальные шаги друг от друга, правильно их называть и выполнять. |
| 34 | Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев. | 1 |  | Двигаться парами по кругу лицом, боком. Выполнять основные движения народных танцев | Коррекция эмоциональной сферы, развитие точности, четкости движений. | Знать и выполнять движения народных танцах индивидуально, в парах, по кругу. |

**Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение**

*Программно-методические материалы:*

* 1. Программы для общеобразовательных учреждений: Коррекционно-развивающее обучение: Нач. классы / Сост. Л. А. Вохмянина. – М.: Дрофа, 2000.

*Материально-техническое обеспечение:*

* технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
* музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),
* детские музыкальные инструменты: флейта, трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
* дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

*Методическая литература:*

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

*Дополнительная литература для учителя и учащихся:*

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

*Информационное обеспечение образовательного процесса*

* Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
* Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
* Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
* Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
* Федеральный портал «Российское образование» http://[www.edu.ru](http://www.edu.ru)
* Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов http://[fcior.edu.ru](http://fcior.edu.ru)
* Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
* Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>

Цифровая образовательная среда: ноутбук, интерактивная доска, проектор.

**6.Приложения**

**РИТМИЧЕСКИЕ ИГРЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ НА УРОКАХ**

**Бабочки**

**Цель:**  развитие наблюдательности, внимания, творчества.

Все играющие имитируют бабочек: легко и красиво двигаются под музыку. Водящий наблюдает. Музыка прекращается, и все превращаются в застывшие красивые фигуры. Водящий выбирает лучшую «бабочку», которая становится ведущей в следующей игре.

**Мультяшки**

**Цель:**  развитие творчества, умение в движении передать особенности мультипликационных героев.

Звучит музыка. Ведущий предлагает героев мультфильма, которого надо изобразить, придумать для него одно характерное движение или несколько танцев. Тот, кто справится с танцем лучше всех, получает очко. В конце игры очки подсчитывается.

**Будь внимателен!**

**Цель:** развитие ловкости, внимания.

Играющие становятся перед ведущим. Звучит музыка. Ведущий предлагает участникам поиграть с разными предметами, но под музыку: ведущий мяч, а участник ведущему и т.д. Выигрывает тот, кто точно под музыку производит бросок. Проделать то же самое с кеглей, платком, кубиком и с другими предметами по усмотрению ведущего.

**После дождя**

**Цель:** развитие творчества, пластичности, мимики и пантомимики.

Под звучание музыки различных жанров, играющие должны изобразить:

-идёт дождь (руками)

-прохожие идут по лужам (можно с зонтиками)

-солнышко засияло

-всем весело

-природа ожила (раскрываются цветы, летают птички, пчёлы и бабочки)

Ведущий внимательно наблюдает за играющими, даёт задание и отмечает тех, кто лучше всех выполняет его. Эти лучшие исполнители становятся в центр и ещё раз все вместе показывают, как красиво они выполняют задание.

**Передай платочек**

**Цель:** развитие ловкости, творчества, музыкального слуха, чувства такта в процессе группового общения.

Участники выстраиваются в круг. Под музыку играющие передают платочек, приседая на сильную долю такта. Как только музыка заканчивается, передача платка прекращается. Тот, у кого платочек остался в руках, выходит на середину круга, исполняя свой собственный танец, остальные поддерживают его хлопками.

**Приглашение**

**Цель:** развитие памяти, творчества, культуры поведения в процессе группового общения.

Все играющие становятся в круг. Под музыку водящий ходит внутри круга, останавливаясь перед кем-либо из играющих и сделав поклон, приглашает следовать за собой. Следуя вдвоём, водящий вновь останавливается перед кем-либо и таким образом приглашает несколько человек. Водящий двигается любым(по желанию) танцевальным шагом и все идущие за ним повторяют движения или шаг. Неожиданно музыка заканчивается - все разбегаются и становятся в общий круг(в любом месте). Кто опоздал становится новым водящим.

**ПЛАСТИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ**

**Кактус и ива**

**Цель:** развивать умение владеть мышечным напряжением, ориентироваться в пространстве, координировать движение.

Под музыку дети двигаются по залу. По команде педагога «Кактус», ученики останавливаются и принимают позу «кактуса» (кто как его представляет), с продолжением музыки дети возобновляют движение. По команде «ива»-принимают позу ивы.Движение продолжается, команды чередуются. По окончании игры педагог или сами ученики выделяют лучшего игрока.

**Мокрые котята**

**Цель:** умение снимать поочерёдно с мышц рук, шеи, корпуса; двигаться врассыпную мягким, пружинящим шагом.

Дети двигаются по залу врассыпную мягким, пружинистым шагом, как котята. По команде «дождь» садятся на корточки и сжимаются в комочек, напрягая все мышцы. По команде «солнце» медленно встают и стряхивают «воду по очереди с каждой из четырёх лап, с головы и хвостика, снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.

**В царстве золотой рыбки**

**Цель:** развитие творчества, фантазии, мимики, пластичности, гибкости.

В морском царстве золотой рыбки покой и тишина. Его обитатели занимаются своими делами: плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрываются и закрываются раковины, быстро перемещается по дну краб( можно добавлять любые другие персонажи).

**Снегурочка**

**Цель:** развитие творчества, фантазии, мимики.

Наступила весна. Вся природа оживает и расцветает. Грустно лишь одной Снегурочке: солнечные тёплые лучи несут ей гибель; она прощается совсем, что ей дорого и медленно тает…

**Вальс бабочек**

**Цель:** развивать умение подражать движениям насекомых, легко и мягко передвигаться по залу, выполнять плавные движении руками.

На летнем лугу летают бабочки. Одни собирают нектар с цветов, другие любуются своими пёстрыми крылышками. Лёгкие и воздушные, они порхают и кружат в своём вальсе.

**Пальма**

**Цель:** напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

«Выросла пальма большая -пребольшая»; руки вытянуть вверх, потянуться за руками, посмотреть на них.

«Завяли листочки»; уронили кисти рук.

«Ветви»; уронили руки от локтя.

«И вся пальма»; уронили руки вниз. Упражнение можно выполнять поочерёдно каждой рукой.