

Частное общеобразовательное учреждение
«Образовательный комплекс «Точка будущего»»

РАССМОТРЕНА
Педагогическим советом ЧОУ «Точ-
ка будущего»
Протокол №1
От «28» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Ритмика»
Срок реализации 4 года

Разработчик(и):
Горохова Анастасия Леонидовна

г. Иркутск
2024 год

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ритмика» для 1-4 классов содержанием и процессом реализации направлена на достижение планируемых результатов освоения Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с особенностями в здоровье ЧОУ «ОК «Точка Будущего».

Данная программа опирается на методические рекомендации, авторские программы и современные подходы к проведению музыкальных занятий с детьми с особыми потребностями:

- ✓ Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (министерство образования и науки российской федерации письмо от 29 марта 2016 г. п вк-641/09 о направлении методических рекомендаций)
- ✓ Авторская программа Е. Н. Котышевой «Музыкальная психокоррекционная программа для детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья «Мы друг другу рады!»
- ✓ Книга Ирины Константиновой «Музыкальные занятия с особым ребенком: взгляд нейропсихолога», лечебно-педагогический подход
- ✓ Игровая педагогика: таблица развития подбор и описание игр, авторы- Захарова И. Ю., Моржина Е. В.
- ✓ Опыт работы по музыкальной терапии Алисы Апрелевой - доктор музыкальной терапии, сертифицированный музыкальный терапевт (США), неврологический музыкальный терапевт, директор-основатель образовательной инициативы МузТерапевт.Ру, автор книги «Музыкант как волонтер: терапевтическое применение музыки в медицинских и социальных учреждениях» (2017), курсов «Музыкальная терапия в неврологической практике» (с 2017 г.), «Целеориентированная музыкальная терапия» (с 2019 г.)

Целью обучения по программе «Ритмика» является комплексное двигательноритмическое воспитание детей с проблемами в развитии.

В ходе реализации программы важным является решение следующих задач:

- ✓ формировать представления о пространстве и умения ориентироваться в нем
- ✓ развивать умение двигаться по демонстрируемому действию, словесной инструкции
- ✓ соотносить свои действия с музыкой и движениями других детей
- ✓ развивать такие умения как ловкость, сила, быстрота реакции, точность движений
- ✓ способствовать коррекции нежелательных форм поведения, снятию эмоционального напряжения
- ✓ содействовать приобретению навыков искреннего и свободного общения с окружающими

Дополнительные задачи программы «Ритмика»:

- ✓ стимулирование развития таких психических процессов, как восприятие, внимание, память и мышление
- ✓ развитие воображения, координации и выразительности движений
- ✓ развитие дыхательного аппарата и речевой (артикуляционной моторики)

Коррекционная направленность учебного предмета «Ритмика» обеспечивается композиционностью, игровой направленностью, эмоциональной дополнительностью используемых методов. Образовательный процесс строится на основе принципа индивидуализации и дифференциации процесса музыкального воспитания, взаимосвязи обучения и воспитания, оптими-

стической перспективы, комплексности обучения, доступности, систематичности и последовательности, наглядности.

Периодичность и порядок текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Ритмика». Аттестация по коррекционному курсу не предусмотрена.

В первую и последнюю неделю учебного года проводится диагностика обучающихся (Приложение 1).

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане ОК ТБ

Развитие физических качеств является одной из важных сторон физического воспитания детей школьного возраста. Занятия ритмикой играют большую роль в совершенствовании и поддержании необходимого уровня физической подготовленности. В процессе занятий ритмикой развиваются такие качества как сила, ловкость, быстрота, выносливость, гибкость, что в свою очередь оказывает благотворное влияние на системы и функции организма в целом. Занятия ритмикой направлены на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепления здоровья и выработку жизненно необходимых умений и навыков. Выраженные нарушения моторики, в частности зрительно-двигательной координации, которые прямым образом отражаются на возможностях и результатах деятельности детей, требуют проведения игр и упражнений, направленных на коррекцию этих нарушений. На уроках ритмики развиваются координация движений, общая, мелкая моторика. Дети учатся видеть красивое, эмоционально воспринимать его. Благотворно на них воздействует музыка разного характера. На уроках ритмики развивается и познавательный интерес детей. Умело подобранные упражнения, пляски, игры воспитывают у них правильное отношение к окружающему миру, расширяют представление о различных явлениях природы. В целом, развитие ритмической способности обеспечивает восприятие единого пространства – времени, формирование целостного образа мира, гармонизацию психического развития детей, становление всех компонентов сознания.

Программа состоит из 7 разделов для 1-4 года обучения:

- ✓ Дыхательные и кинезиологические упражнения
- ✓ Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве
- ✓ Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика)
- ✓ Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры
- ✓ Игры под музыку/упражнения на выразительность движения/психогимнастика
- ✓ Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры
- ✓ Диагностика – входящая и итоговая

Дополнительные разделы могут использоваться в зависимости от возраста обучающихся, начавших освоение программы по «Ритмике» впервые:

- ✓ Танцевально-двигательная координация и импровизация
- ✓ Просмотр и обсуждение теоретического материала с использованием ЭФУ – фрагменты концертов, выступлений музыкантов, танцоров, певцов, просмотр фрагментов лекций на тему влияния музыки и ритма на развитие способностей человека и т.д.

На каждом занятии проводится работа по всем разделам программы в указанной последовательности. Количество времени, отводимое на каждый раздел, может варьироваться по усмотрению педагога в зависимости от цели занятия, этапа обучения, состава и подготовленности группы.

1. Образовательная область: предметная область учебного плана
2. Период обучения: 4 года
3. Недельное и годовое количество часов:

год обучения	количество часов в неделю	количество учебных недель	всего часов за учебный год
первый	1	33	33
второй	1	33	33
третий	1	33	33
четвертый	1	33	33

Форма занятий - фронтальная/индивидуальная. Наполняемость групп для музыкально-двигательных занятий от 4-6 обучающихся.

Перечень основной учебной литературы, учебно-методических материалов

1. Учебник по музыкальной терапии / Декер-Фойгт Г.-Г., Оберэгельсбахер Д., Тиммерманн Т. - М.: Городец, 2021 - 539 стр.
2. Введение в музыкотерапию / Г.-Г. Декер-Фойгт. — СПб.: Питер, 2003. — 208 с: ил. — (Серия «Золотой фонд психотерапии»)
3. Доронин А. М., Шевченко Л.Ю., Доронина Н.В. Ритмика в специальном образовании: учебно-методическое пособие – Майкоп, 2004. – 132 с.
4. Захарова И. Ю., Моржина Е. В. Игровая педагогика: таблица развития подбор и описание игр. – М.: Теревинф, 2018. – 152 с.
5. Константинова И. С. Музыкальные занятия с особым ребенком: взгляд нейропсихолога. – 2-е изд. – М.: Теревинф, 2015. – 353 с.
6. Котышева Е. Н. Мы друг другу рады! Музыкально-коррекционные занятия для детей дошкольного возраста. – Каро, 2013. – 192 с.
7. Семенович А. В. Нейропсихологическая коррекция в детской возрасте. Метод замещающего онтогенеза: учебное пособие – 9-е изд. – М.: Генезис, 2017.- 476 с.
8. Фурсов С. А. Я танцую! Танцевально-двигательные тренинги и всестороннее развитие особого ребенка. Пособие для специалистов и родителей

Перечень электронных источников

1. wfmt.info World Federation of Music Therapy (WFMT) Всемирная Федерация Музыкальной Терапии
2. rusorff.ru Педагогическое общество Карла Орфа (ROSA)

Раздел 1. Содержание курса внеурочной деятельности «Ритмика»

1 год обучения

Разделы	Содержание учебной темы (дидактические единицы)
Раздел 1. Диагностика	Входящая и итоговая диагностика эмоционально-волевой сферы, моторики, координационно-ритмических способностей, двигательного развития, пространственного восприятия
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения	Расслабление и восстановление после физической нагрузки, настройка организма на работу, укрепление мышц органов при помощи системы дыхательных упражнений, формирование правильного дыхания, тренировка силы вдоха и выдоха, управление собственным вдохом и выдохом, развитие продолжительного выдоха, сочетания дыхания и движения рук, ног. Упражнения для развития межполушарного взаимодействия .
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	Организационное начало каждого занятия. Знакомство с различными видами ходьбы: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, широким шагом, приставным шагом, с перекатом с пятки на носок, в полуприседе и в приседе, с выпадами, окрестным шагом. Знакомство с различными построениями и перестроениями: в колонну, в шеренгу, в круг, в рассыпную. Знакомство с поворотами - налево, направо, впол оборота направо и налево, кругом. Бег – обычный, широкий, в быстром темпе, челночный. Уровни движения. Умение преодолевать препятствия в пространстве в движении. Умение выполнять точно по показу педагога.
Раздел 4. Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика), двигательно-речевые упражнения	Носят общеразвивающий и корректирующий характер. Воздействие не только на весь организм, но и на ослабленные группы мышц. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц туловища Упражнения для мышц ног. Согласовывание движений рук и ног, туловища, головы, выполнение разнонаправленных движений
Раздел 5. Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры	Упражнения на развитие моторики и ловкости при помощи разнообразных игр с мячами, мешочками, стаканами, ударными музыкальными инструментами (барабанами), формирование новых двигательных действий, выполнение последовательности из 2-4 действий друг за другом. Подбрасывание, перемещение, перебрасывание, перекалывание предмета, передача по кругу в группе в общем ритме. Работа совместно двумя руками, по отдельности.
Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)	Движение под музыку разного характера, игры на снятие психоэмоционального напряжения, передача музыкального образа через тело, мимику, жесты.

Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры	Простые танцевальные шаги для подготовки к освоению коммуникативные танцев
--	--

2 год обучения

Разделы, темы	Содержание учебной темы (дидактические единицы)
Раздел 1. Диагностика	Входящая и итоговая диагностика эмоционально-волевой сферы, моторики, координационно-ритмических способностей, двигательного развития, пространственного восприятия
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения упражнения	Расслабление и восстановление после физической нагрузки, настройка организма на работу, укрепление мышц органов при помощи системы дыхательных упражнений, формирование правильного дыхания, тренировка силы вдоха и выдоха, управление собственным вдохом и выдохом, развитие продолжительного выдоха, сочетания дыхания и движения рук, ног. Упражнения для развития межполушарного взаимодействия .
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	Организационное начало каждого занятия. Освоение различных видов ходьбы: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, широким шагом, приставным шагом, с перекатом с пятки на носок, в полуприседе и в приседе, с выпадами, окрестным шагом. Освоение различных построений и перестроений: в колонну, в шеренгу, в круг, в рассыпную. Освоение поворотов - налево, направо, вполоборота направо и налево, кругом. Бег – обычный, широкий, в быстром темпе, челночный. Уровни движения. Умение преодолевать препятствия в пространстве в движении. Умение выполнять по показу и частично словесной инструкции педагога.
Раздел 4. Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика), двигательно-речевые упражнения	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц туловища Упражнения для мышц ног. Согласовывание движений рук и ног, туловища, головы, выполнение разнонаправленных движений. Развитие координации движений.
Раздел 5. Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры	Упражнения на развитие моторики и ловкости при помощи разнообразных игр с мячами, мешочками, стаканами, ударными музыкальными инструментами (барабанами), формирование новых двигательных действий, выполнение последовательности из 3-5 действий друг за другом. Подбрасывание, перемещение, перебрасывание, переключивание предмета, передача по кругу в группе в общем ритме. Работа рук одновременно, по отдельности, в сочетании друг с другом

Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)	Движение под музыку разного характера, игры на снятие психоэмоционального напряжения, передача музыкального образа через тело, мимику, жесты.
Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры	Коммуникативные танцы народов мира

3 год обучения

Разделы, темы	Содержание учебной темы (дидактические единицы)
Раздел 1. Диагностика	Входящая и итоговая диагностика эмоционально-волевой сферы, моторики, координационно-ритмических способностей, двигательного развития, пространственного восприятия
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения упражнения	Расслабление и восстановление после физической нагрузки, настройка организма на работу, укрепление мышц органов при помощи системы дыхательных упражнений, формирование правильного дыхания, тренировка силы вдоха и выдоха, управление собственным вдохом и выдохом, развитие продолжительного выдоха, сочетания дыхания и движения рук, ног. Упражнения для развития межполушарного взаимодействия.
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	Организационное начало каждого занятия. Закрепление различных видов ходьбы: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, широким шагом, приставным шагом, с перекатом с пятки на носок, в полуприседе и в приседе, с выпадами, окрестным шагом. Закрепление различных построений и перестроений: в колонну, в шеренгу, в круг, в рассыпную. Закрепление поворотов - налево, направо, вполоборота направо и налево, кругом. Бег – обычный, широкий, в быстром темпе, челночный. Уровни движения. Умение преодолевать препятствия в пространстве в движении. Умение выполнять упражнения по словесной инструкции педагога, по графической инструкции.
Раздел 4. Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика), двигательные-речевые упражнения, координационные упражнения	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц туловища Упражнения для мышц ног. Согласовывание движений рук и ног, туловища, головы, выполнение разнонаправленных движений. Развитие координации движений.
Раздел 5. Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры	Упражнения на развитие моторики и ловкости при помощи разнообразных игр с мячами, мешочками, стаканами, ударными музыкальными инструментами (барабанами), формирование новых двигательных действий, выполнение последовательности из 4-6 действий друг за другом. Придумывание своих последовательностей упражнений. Подбрасывание, перемещение, перебрасывание, переключивание

	предмета, жонглирование, броски в цель, передача по кругу в группе в общем ритме. Работа рук одновременно, по отдельности, в сочетании друг с другом, с усложнением – внешним ритмом, текстом вслух, движением.
Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)	Движение под музыку разного характера, игры на снятие психоэмоционального напряжения, передача музыкального образа через тело, мимику, жесты.
Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры	Танцевальные шаги, коммуникативные танцы

4 год обучения

Разделы, темы	Содержание учебной темы (дидактические единицы)
Раздел 1. Диагностика	Входящая и итоговая диагностика эмоционально-волевой сферы, моторики, координационно-ритмических способностей, двигательного развития, пространственного восприятия
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения упражнения	Расслабление и восстановление после физической нагрузки, настройка организма на работу, укрепление мышц органов при помощи системы дыхательных упражнений, формирование правильного дыхания, тренировка силы вдоха и выдоха, управление собственным вдохом и выдохом, развитие продолжительного выдоха, сочетания дыхания и движения рук, ног. Упражнения для развития межполушарного взаимодействия .
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	Организационное начало каждого занятия. Закрепление различных видов ходьбы: обычная, на носках, на пятках, с высоким подниманием бедра, широким шагом, приставным шагом, с перекатом с пятки на носок, в полуприседе и в приседе, с выпадами, окрестным шагом. Закрепление различных построений и перестроений: в колонну, в шеренгу, в круг, в рассыпную. Закрепление поворотов - налево, направо, вполоборота направо и налево, кругом. Бег – обычный, широкий, в быстром темпе, челночный. Умение выполнять упражнения по словесной инструкции педагога, по графической инструкции. Уровни движения. Умение преодолевать препятствия в пространстве в движении. Умение сочетать разные виды упражнений по инструкции педагога, умение придумывать свои варианты упражнений.
Раздел 4. Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика), координационные упражнения	Упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц туловища Упражнения для мышц ног. Согласовывание движений рук и ног, туловища, головы, выполнение разнонаправленных движений. Развитие координации движений.
Раздел 5. Упражнения с пред-	Упражнения на развитие моторики и ловкости при помощи

<p>метами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры</p>	<p>разнообразных игр с мячами, мешочками, стаканами, ударными музыкальными инструментами (барабанами), формирование новых двигательных действий, выполнение последовательности из 4-6 действий друг за другом. Придумывание своих последовательностей упражнений. Подбрасывание, перемещение, перебрасывание, переключивание предмета, жонглирование, передача по кругу в группе в общем ритме. Работа рук одновременно, по отдельности, в сочетании друг с другом, с усложнением – внешним ритмом, текстом вслух, движением, сочетание движений с телом. Выполнение упражнений в общем ритме в групповой работе.</p>
<p>Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)</p>	<p>Движение под музыку разного характера, игры на снятие психоэмоционального напряжения, передача музыкального образа через тело, мимику, жесты.</p>
<p>Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры</p>	<p>Современные простые танцевальные движение. Движение со счетом. Последовательности танцевальных движений.</p>

Материал для упражнений и игр: основа для составления поурочного плана с комплексом упражнений по всем разделам – указать используемые источники (методики, примерные программы, учебные пособия)

Музыкальное сопровождение: фольклорные произведения, произведения композиторов-классиков и современных авторов, джазовая музыка.

Примерный поурочный план занятий для каждого года обучения на шесть модулей, содержащий конкретные упражнения и игры, представлен в Приложении 2.

Раздел 2. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса, в том числе с учётом рабочей программы воспитания

Освоение рабочей адаптированной образовательной программы по предмету «Ритмика» обеспечит достижение трёх видов результатов: базовых, личностных и предметных.

Базовые результаты:

- ✓ формирование осознанного отношения к учебному предмету
- ✓ наличие мотивации к обучению
- ✓ обеспечение успешности изучения содержания предметной области
- ✓ формирование целостного представления о современном музыкальном мире
- ✓ содействие дальнейшему становлению обучающихся как субъектов осознанной учебной деятельности на доступном уровне

Личностные результаты:

- ✓ формирование воображения, эмоционально-волевой сферы
- ✓ проявление эмоциональной отзывчивости к какому-либо музыкальному образу – радость, восхищение, удовольствие или противоположные им чувства
- ✓ сопереживание в соответствии с содержанием музыкальных произведений
- ✓ умение проявлять осознанно и адекватно эмоциональные реакции при восприятии произведений искусства

- ✓ формирование художественного вкуса, в области эстетически – ценных произведений музыкального искусства
- ✓ овладение художественными умениями и навыками в процессе продуктивной музыкальной деятельности
- ✓ наличие определенного уровня развития образного мышления, творческого воображения
- ✓ приобретение устойчивых навыков самостоятельной, целенаправленной и содержательной музыкально-учебной деятельности

Предметные результаты. В ходе освоения программы «Ритмика», у обучающихся могут быть достигнуты следующие предметные результаты:

В области активного слушания музыки:

- сформировано умение слушать музыку, отзываться эмоционально и в движении на характер темп, динамику, характер звучания

В области речи:

- выработан навык естественного, ненапряженного звучания голоса,
- сформировано умение отчетливо произносить текст
- сформирована потребность самовыражения в пении

В области движения под музыку:

- сформированы умения двигаться под музыку в разных направлениях
- выработаны разнообразные типы движений под разную танцевальную музыку

В области игры на элементарных музыкальных инструментах:

- сформирована потребность игры на музыкальных инструментах
- выработаны навыки игры на ударных музыкальных инструментах - джембе, некоторые перкуссионные инструменты

В области развития общей музыкальной культуры:

- ✓ выработано общее представление о роли музыкального искусства в жизни общества и каждого отдельного человека
- ✓ развито осознанное восприятие и эмоциональный отклик к звучанию разного рода музыки
- ✓ сформирован устойчивый интерес к музыке, художественным традициям своего народа, различным видам музыкально-творческой деятельности
- ✓ расширен и обогащен опыт в разнообразных видах музыкально-творческой деятельности, включая информационно- коммуникационные технологии
- ✓ сформировано освоение знаний о музыке, овладение практическими умениями и навыками для реализации собственного творческого потенциала

Первый год обучения

К концу первого года обучения по данной программе предполагается получить следующие результаты работы:

- Уметь коммуницировать с учителем и другими участниками группы, знать план занятия
- Уметь повторять за учителем большинство упражнений по показу
- Запоминать и находить свое место в пространстве и в группе
- Соблюдать интервалы при построении, контролировать свои действия
- Ориентироваться в правой и левой сторонах тела

- Согласовывать движения рук и ног в простых упражнениях
- Выполнять элементарные разнонаправленные движения
- Соединять речь и движение
- Получит понимание о правильном дыхании
- Осознавать необходимость контроля силы и точности своих движений
- Осознанно воспринимать новые двигательные действия
- Стремиться к скорости реакции на взаимодействие с предметом
- Стремиться к развитию ловкости, внимания, словесного обозначения действия с предметом
- Регулировать психоэмоциональное состояние
- Выразить свое отношение к музыке
- Находить нужное движение, соответствующее характеру музыки с помощью педагога
- Четко и выразительно исполнять отдельные элементы танца

Второй год обучения

К концу второго года обучения по данной программе предполагается получить следующие результаты работы:

- Уметь коммуницировать с учителем и другими участниками группы, знать и проговаривать план занятия
- Уметь повторять за учителем большинство упражнений по показу и инструкции
- Запоминать и находить свое место в пространстве и в группе
- Соблюдать интервалы при построении, контролировать свои действия
- Хорошо ориентироваться в правой и левой сторонах тела
- Согласовывать движения рук и ног в упражнениях разного уровня сложности
- Выполнять разнонаправленные движения под счет
- Получит навык правильного диафрагмального дыхания
- Контролировать силу и точность своих движений
- Целостно представлять действие с предметом
- Сознательно запоминать последовательность действий с предметом
- Увеличивать скорость реакции на взаимодействие с предметом
- Развивать ловкость, внимание, точное словесное обозначение действия с предметом
- Развитие умения ориентироваться в пространстве
- Регулировать психоэмоциональное состояние и соотносить с группой
- Выразить свое отношение к музыке
- Находить нужное движение, соответствующее характеру музыки с помощью педагога и стремиться к собственному выражению
- Использовать мимику и жесты при передаче характера музыки
- Четко и выразительно исполнять простые коммуникативные танцы

Третий год обучения

К концу третьего года обучения по данной программе предполагается получить следующие результаты работы:

- Уметь коммуницировать с учителем и другими участниками группы, называть основные разделы занятия
- Уметь повторять за учителем большинство упражнений по инструкции

- Запоминать и находить свое место в пространстве и в группе
- Соблюдать интервалы при построении, контролировать свои действия
- Хорошо ориентироваться в правой и левой сторонах тела
- Согласовывать движения рук и ног в упражнениях разного уровня сложности
- Выполнять разнонаправленные движения под счет вслух вместе с учителем и самостоятельно
- Регулировать длину вдоха и выдоха
- Контролировать свою силу и точность своих движений и соотносить с другими участниками
- Сознательно запоминать последовательность нескольких действий с предметом
- Быстро реагировать на взаимодействие с предметом
- Стремиться к развитию ловкости, внимания, словесного обозначения действия с предметом
- Закрепление умения ориентироваться в пространстве
- Регулировать психоэмоциональное состояние и соотносить с группой, словесно определять свое состояние
- Выражать свое отношение к музыке, находить словесное описание образа
- Находить нужное движение, соответствующее характеру музыки с минимальной помощью педагога и стремиться к собственному выражению
- Использовать мимику и жесты при передаче характера музыки
- Четко и выразительно исполнять 2-3 коммуникативных танца
- Иметь представление о простых танцевальных шагах современных танцев

Четвертый год обучения

К концу четвертого года обучения по данной программе предполагается получить следующие результаты работы:

- Уметь коммуницировать с учителем и другими участниками группы, называть основные разделы занятия
- Уметь повторять за учителем большинство упражнений по инструкции
- Запоминать и находить свое место в пространстве и в группе
- Соблюдать интервалы при построении, контролировать свои действия
- Хорошо ориентироваться в правой и левой сторонах тела
- Согласовывать движения рук и ног в упражнениях разного уровня сложности
- Выполнять разнонаправленные движения под счет вслух самостоятельно
- Сочетать дыхание и движение рук и ног
- Контролировать свою силу и точность своих движений и соотносить с другими участниками
- Закрепление и совершенствование навыков двигательного образа
- Целенаправленно и точно организовывать свою деятельность по работе с предметом
- Придумывать свою последовательность действий с предметом, сочетать их с другими участниками
- Быстро реагировать на взаимодействие с предметом, сочетать с усложнениями
- Регулировать психоэмоциональное состояние и соотносить с группой
- Выражать свое отношение к музыке
- Самостоятельно находить нужное движение, соответствующее характеру музыки
- Использовать мимику и жесты при передаче характера музыки
- Четко и выразительно исполнять современные простые танцевальные шаги

Метапредметные образовательные результаты

Перечень межпредметных понятий:

Движение
Ритм
Темп
Звук
Координация
Образ
Импровизация
Мелодия

Перечень универсальных учебных действий:

Сформированные познавательные универсальные учебные:

- ✓ выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов
- ✓ делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале
- ✓ умение с помощью взрослого устанавливать причинно-следственные связи между событиями и явлениями в круге изучаемых тем
- ✓ умение с помощью учителя относить объект к изученному понятию (подводить объект под понятие)

Сформированные регулятивные универсальные учебные действия проявляются в

- ✓ формировании умения выполнять задание: в течение определенного периода времени, от начала до конца, с заданными качественными параметрами
- ✓ умении выполнять действия по образцу и по подражанию
- ✓ формировании умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.
- ✓ умении выполнять инструкции педагога
- ✓ умении ориентироваться и удерживать учебную задачу, поставленную взрослым
- ✓ умении вносить необходимые дополнения и коррективы в конкретные действия

Сформированные коммуникативные универсальные учебные действия проявляются в:

- ✓ умении использовать устную речь для выражения своих чувств, мыслей, потребностей
- ✓ умении формулировать свое мнение и с помощью взрослого подбирать информацию для его аргументации
- ✓ умении вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик)
- ✓ умении использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем
- ✓ умении обращаться за помощью и принимать помощь
- ✓ умении слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности
- ✓ умении доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми
- ✓ умении договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими

Критерии оценивания, описанные через наблюдаемые и измеряемые изменения в опыте обучающегося.

- ✓ Обучающийся проявляет собственную игровую, коммуникативную и речевую активность
- ✓ Стремится к увеличению произвольной регуляции поведения
- ✓ Достигает выраженной эмоциональной устойчивости на занятии
- ✓ Изменяется способность самовыражения в процессе музыкальной деятельности
- ✓ Развивается координация при выполнении основных движений, движений пальцев рук и артикуляционных движений
- ✓ Расширяется представление об окружающем мире
- ✓ Усваиваются навыки культурного поведения в процессе группового общения с детьми и взрослыми
- ✓ Развивается навык слушания и слышания себя в общей игре в музыкальном ансамбле и в ансамблевом пении
- ✓ Ощущение общего метра в игре в ансамбле
- ✓ Проявление инициативы в реализации самостоятельных музыкальных творческих играх, упражнениях

Раздел 3. Тематическое планирование с указанием количества часов

Первый год обучения

Разделы, темы	Кол-во часов	Формы проведения занятий
Раздел 1. Диагностика	3	фронтальная
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения	5	фронтальная
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	5	групповая
Тема 1. Разные виды шага	1	
Тема 2. Построения и перестроения	1	
Тема 3. Повороты	1	
Тема 4. Уровни движения	1	
Тема 5. Взаимодействие с препятствиями в пространстве	1	
Раздел 4. Ритмико-гимнастические упражнения	5	фронтальная

(ритмопластика)		
Тема 1. Комплекс разминочных упражнений	2	
Тема 2. Речевые игры	3	
Раздел 5. Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры	5	Фронтальная, групповая
Тема 1. Кинезиологические мячи	1	
Тема 2. Ритмические стаканы	1	
Тема 3. Мешочки	1	
Тема 4. Барабаны	1	
Тема 5. Ритмы тела	1	
Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)	5	фронтальная
Тема 1. Эмоции	1	
Тема 2. Образы животных	2	
Тема 3. Образы природы	2	
Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры	5	групповая
	33	

Второй год обучения

Разделы, темы	Кол-во часов	Формы проведения занятий
Раздел 1. Диагностика	3	фронтальная
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения упражнения	5	фронтальная
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	5	групповая
Тема 1. Разные виды шага	1	
Тема 2. Построения и перестроения	1	
Тема 3. Повороты	1	
Тема 4. Уровни движения	1	
Тема 5. Взаимодействие с препятствиями в пространстве	1	
Раздел 4.	5	фронтальная

Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика)		
Тема 1. Комплекс разминочных упражнений	2	
Тема 2. Речевые игры	3	
Раздел 5. Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры	5	Фронтальная, групповая
Тема 1. Кинезиологические мячи	1	
Тема 2. Ритмические стаканы	1	
Тема 3. Мешочки	1	
Тема 4. Барабаны	1	
Тема 5. Ритмы тела	1	
Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)	5	фронтальная
Тема 1. Эмоции	1	
Тема 2. Образы животных	2	
Тема 3. Образы природы	2	
Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры	5	групповая
	33	

Третий год обучения

Разделы, темы	Кол-во часов	Формы проведения занятий
Раздел 1. Диагностика	3	фронтальная
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения	5	фронтальная
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	5	групповая
Тема 1. Разные виды шага	1	
Тема 2. Построения и перестроения	1	
Тема 3. Повороты	1	
Тема 4. Уровни движения	1	
Тема 5. Взаимодействие с препятствиями в пространстве	1	
Раздел 4.	5	фронтальная

Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика)		
Тема 1. Комплекс разминочных упражнений		
Тема 2. Координационные упражнения		
Раздел 5. Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры	5	Фронтальная, групповая
Тема 1. Кинезиологические мячи	1	
Тема 2. Ритмические стаканы	1	
Тема 3. Мешочки	1	
Тема 4. Барабаны	1	
Тема 5. Ритмы тела	1	
Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)	5	фронтальная
Тема 1. Эмоции	1	
Тема 2. Образы животных	2	
Тема 3. Образы природы	2	
Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры	5	групповая
	33	

Четвертый год обучения

Разделы, темы	Кол-во часов	Формы проведения занятий
Раздел 1. Диагностика	3	фронтальная
Раздел 2. Дыхательные и кинезиологические упражнения	5	фронтальная
Раздел 3. Упражнения на ориентировку в пространстве/Движение в пространстве	5	групповая
Тема 1. Разные виды шага	1	
Тема 2. Построения и перестроения	1	
Тема 3. Повороты	1	
Тема 4. Уровни движения	1	
Тема 5. Взаимодействие с препятствиями в пространстве	1	
Раздел 4.	5	фронтальная

Ритмико-гимнастические упражнения (ритмопластика)		
Тема 1. Комплекс разминочных упражнений	2	
Тема 2. Координационные упражнения	3	
Раздел 5. Упражнения с предметами и ритмическими музыкальными инструментами/музыкально-ритмические игры	5	Фронтальная, групповая
Тема 1. Кинезиологические мячи	1	
Тема 2. Ритмические стаканы	1	
Тема 3. Мешочки	1	
Тема 4. Барабаны	1	
Тема 5. Ритмы тела	1	
Раздел 6. Игры под музыку/упражнения на выразительность движения (психогимнастика)	5	фронтальная
Тема 1. Двигательные упражнения на развитие эмоциональности	5	
Раздел 7. Танцевальные упражнения/коммуникативные танцы-игры	5	групповая
	33	

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

Перечень необходимого оборудования

Для реализации программы «Ритмика» необходимо следующее оборудование: гимнастические коврики, кинезиологические мячики, мешочки, обручи, координационная лестница, скакалка, музыкальные ритмические инструменты: барабаны джембе, кахон, бумбекерсы.

Условия для помещения: хорошо проветриваемое просторное помещение до 90 квадратных метров, напольное покрытие.

Диагностика обучающегося по учебному предмету «Ритмика»

первичная, промежуточная, итоговая

Имя –
Возраст –
Период диагностики:
Время, место занятий:
Первичная (п) _____
Промежуточная (пр) _____
Итоговая (и) _____

Эмоционально-волевая сфера

контактность			активность			интерес			работоспособность		
п	пр	и	п	пр	и	п	пр	и	п	пр	и

Моторика

Двигательная память, переключаемость движений, самоконтроль			Статистическая и динамическая координация			Пространственная организация движений			Произвольная моторика пальцев рук		
п	пр	и	п	пр	и	п	пр	и	п	пр	и

Развитие ритмических и музыкальных способностей

	Эмоциональная отзывчивость	Чувство музыкального ритма	Ритмическая память
п			
пр			
и			

Цели

Задачи

Дата _____

Подпись _____

Диагностика развития музыкальных способностей (по Котышевой)

Цель диагностики — определение уровня развития общих двигательных, ритмически-музыкальных способностей обучающихся.

Задачи:

1. Выявить уровень эмоциональной отзывчивости детей на ритм, на новые для них упражнения.
2. Определить уровень развития чувства музыкального ритма. Обучающийся должен произвести игру ритма после показа педагогом ритм хлопками в ладоши.
3. Определить уровень развития координации

Диагностика проводится в ходе занятия, с использованием игровых приемов. В ходе выполнения заданий фиксируются показатели эмоциональной отзывчивости на ритм, упражнения и музыку и личностные проявления детей.

Диагностика развития моторики

1. Исследование двигательной памяти, переключаемости движений, самоконтроля при выполнении двигательных проб. Прием: педагог показывает три движения для рук и предлагает их повторить. Отметить: правильность, последовательность выполнения. Прием: пройти по кругу шагом, поскоками, бегом и вновь шагом (характер движения менять по сигналу). Прием: повторить за педагогом движения, за исключением одного, заранее обусловленного, «запретного» движения. Отметить: качество, правильность, последовательность выполнения движений.
2. Исследование статической и динамической координации движений. Прием: стоять с закрытыми глазами на правой, а затем на левой ноге, руки вперед. Время выполнения для школьников — 5-6 секунд. Отметить: свободно ли удерживает позы или с напряжением, сильно ли раскачивается из стороны в сторону: балансирует ли туловищем, руками, головой: сходит ли с места или делает рывок в стороны; касается ли пола другой ногой; или иногда падает, открывает глаза и отказывается выполнять пробу. Прием: выполнить подряд три плавных приседания. Не касаться пятками пола, выполнять только на носках. Отметить: правильно ли выполняет; с напряжением или раскачивается, балансируя туловищем и руками; крайне напрягается или становится на всю ступню.
3. Исследование пространственной организации движения. Приемы: по подражанию повторить за педагогом движения на ходьбу по кругу, в обратном направлении, через круг. По словесной инструкции проделать эти же задания. Отметить: ошибки в пространственной координации — незнание сторон тела, ведущей руки, неуверенность выполнения.
4. Исследование произвольной моторики пальцев рук. Приемы: подражания педагогу, выполнить под счет: пальцы сжать в кулак — разжать (5-6 раз); держа ладони на поверхности стола, разъединить пальцы, соединить вместе (5-6 раз); сложить пальцы в кольцо — раскрыть ладонь (5-6 раз); попеременно соединять все пальцы руки с большим пальцем, сначала правой руки, затем левой, затем обеих рук одновременно. На обеих руках одновременно показать второй и третий пальцы, второй и пятый пальцы (5-6 раз). На обеих руках одновременно положить вторые пальцы на третьи, и, наоборот, третьи на вторые (5-6 раз). По словесной инструкции.



То же самое. Отметить: плавность, точность и одновременность выполнения проб, напряженности, скованности движений; нарушение темпа выполнения движения; невыполнение; наличие леворукости.

Приложение 2

Содержание занятий по группам

1 модуль 1-5 неделя (основное содержание)

Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/ Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры	Вводное/итоговое занятие
1-3 класс д., 1-4 (1), 1-4 (2)	Дыхание глубокое 5 раз «Фараон»(дыхание живот лежа), упр-я для шеи (Варвара, Штанга, Кораблик, Пружинки), релаксационные упр-я: Дерево, Солнце, Снеговик, Яйцо, Песок	Разминка в пространстве, виды шага, бег, «баттл шагов»	Комплекс 1- на месте, наклоны, приседания, руки	Кинезиологический мяч, несколько видов игры с мячом по одному и по двое Стихотворение с движениями «Синьор Лимонад»	«Шпион», игра на эмоции под музыку, выразительная мимика	Коммуникативный танец «Ночной колпак» Дания	Знакомство с планом урока, повторение всех упражнений, самооценивание
4, 6-7, 8-12 класс	Дыхание глубокое 5 раз, упр-я для шеи, релаксационные упр-	-	Разминочный комплекс	Кинезиологический мяч, несколько видов игры с мячом по	Упражнение на ощущение доли в такте, пульсация в	Танцевальный шаг Степ-тач	Знакомство с планом урока, повторение



Частное общеобразовательное учреждение
«Образовательный комплекс «Точка будущего»

	я, шагистика, Цифры,			одному и по двое, правая-левая ру- ка упр. 1,2	ногах, Упр-е «Цель»		всех упражне- ний, само- оценивание
--	----------------------	--	--	---	------------------------	--	--

2 Модуль

Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические-упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/ Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры
1-3 класс д., 1-4 (1),	<p>На полу – рука-ног, одноименные разноименные +вдох и выдох</p> <p>На месте - шарик 5 вдохов, медленный выдох</p> <p>Разминка на полу</p> <p>Кинезиологиче-</p>	Кург – бег, ходьба, носки, пятки	<p>Комплекс 1 гимнастический (из Котышевой) на месте</p> <p>Координационная лесенка, распечатка с упражнениями</p> <p>От простых к более сложным</p> <p>Под ритм</p> <p>С речью (счи-</p>	Стаканчики – передача, вправо влево, со словами	<p>Эмоции-образы: стоп игра</p> <p>Роботы</p> <p>Большие шаги</p>	Танец «Семь прыжков»

	ские: нос- ухо, кулак – ребро - ладонь; ксилофон		талки)			
Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/ Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры
1-4(2)	Разминка спокой-	Топ- побежали	Логоритмиче-	Перекатыва-	Машины – руль	

	<p>ная, «Здравствуй, голова»</p>	<p>(шнур нужен толстый), Ходьба – шаг, бег, упражнения на месте</p>	<p>ские упражнения простые «А у крокодила»</p>	<p>ние мяча в кругу: от учителя участникам; 2 руки, хлопок отталкивание Мяч – хлопок катаем Стаккато – легатор на месте каждый со своим мячом «Снежочек»</p>	<p>обруч «Машина едет далеко» «Ковбой»</p>	
--	----------------------------------	---	---	---	---	--



Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/ Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры
4, 6-7, 8-12 класс	<p>На полу – рука-ног, одноименные разноименные +вдох и выдох</p> <p>На месте - шарик 5 вдохов, медленный выдох</p> <p>Разминка на полу</p> <p>Кинезиологические: нос- ухо, кулак – ребро -</p>	<p>Координационные упражнения:</p> <p>Рука вверх рука от себя;</p> <p>Опоздание на 1 шаг</p>	<p>Разминка частей тела по очереди, скольжение</p> <p>Координационная лесенка</p>	Ст аканчики	Ощущение ритмических долей	Освоение танцевальных шагов – с простого уровня



	<p>ладонь; ксилофон; лезгинка; 1-4+2-3</p> <p>Дых-е: вдох⁵, вы- дох⁷</p> <p>Сборник кинезиологических упражнений</p>					
--	--	--	--	--	--	--



Частное общеобразовательное учреждение
«Образовательный комплекс «Точка будущего»

--	--	--	--	--	--	--

3 модуль

Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры
1-3 класс д., 1-4 (1)	Дых-е: задержка до 5+руки-ноги	Гимнастические упражнения те же	Кинезиологические упражнения из сборника	Барабан, чередование 8-4-2-1 ударов, звукоизвлечение, + речь, под музыку	Музыкальная история - под музыку показ, эмоции, переключение эмоций под музыкальное сопровождение	«Шарадзула», «Wellerman»-освоение танцевальных шагов,
1-4 (2)	Разминка спокойная, «Здравствуй, голова»	Топ- побежали (шнур нужен толстый), Ходьба – шаг, бег, упражнения на месте	Логоритмические упражнения простые «А у крокодила»	Перекатывание мяча в кругу: от учителя участникам; 2 руки, хлопок отталкивание Мяч – хлопок	Машины – руль обруч «Машина едет далеко» + «Ковбой»	Танцевальные движения под музыку-раскачивание, прыжки, шаги

				катаем Стаккато – ле- гатор на месте каждый со свои мячом		
4, 6-7, 8- 12 класс	Дых-е: задержка до 5+руки-ноги	Тело – «статуя»	Работа с ритмо- граммами по видео- ресурсам	Кинезиологиче- ские упражнения из сборника	Барабан, чередо- вание 8-4-2-1 ударов, звукоиз- влечение, + речь, под музыку	Музыкальная история - под музыку показ, эмоции, пере- ключение эмо- ций под музы- кальное сопро- вождение

4 модуль

Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/ Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры
1-3 класс д., 1-4 (1)	Комплекс кинезиологических упражнений: лайк, палец - ладонь вверх вниз, кулак-ладонь, вдох - выдох, повторение упражнений, нейрокомплекс 1	Марш+руки Перекрестные шаги	Разминка, новые упражнения	«Резиночка» - игровые упражнения по списку. Координационные упражнения: «Пианист бемоль», «Два медведя	Эмоциональные образы под музыку – активное слушание, показ	«Wellerman»- повторение танцевальных шагов, игра с барабаном
1-4 (2)	Дыхательные упражнения – «Солнышко», повороты головы, расслабление тела	Движение: круг, ходьба по кругу за руки, ходьба «змейкой», бег	-	Игра с самодельными мячиками – снежками «Снежочек» Передача мяча друг другу под музыку	«Машина едет далеко»	-

4, 6-7, 8-12 класс	Комплекс кинезиологических упражнений: лайк, палец - ладонь вверх вниз, кулак-ладонь, вдох - выдох, повторение упражнений, нейро-комплекс 1	Марш+руки Перекрестные шаги	«Резиночка» - игровые упражнения по списку. Ритмограммы новые Ритмическое эхо Ритмические упражнения из Шульверка	Продолжение работы с барабаном, игра двухголосных ритмов простых Ритмические карточки – звуки тела – ноги и руки	-	«Wellerman»-повторение танцевальных шагов, игра с барабаном
--------------------	---	--------------------------------	--	---	---	---

5 модуль

Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры
1-3 класс д., 1-4 (1)	Дыхательные упражнения, нейрокомплекс 2	Движение с большим мячом в пространстве, движения с мячом в кругу в коммуникации – последовательность движений	Гимнастическая палка – комплекс движений, на месте и в группе в кругу Новые координационные упр-я: шаг-хлопок Стихотворение «Ой, чук»	Кинезиологические мешочки – комплекс упражнений Звучащие жесты+считалка «Ехала машина темным лесом»	Игра на эмоции «Мы охотимся на льва»	Танцевальные шаги – простая танцевальная связка под современную музыку
1-4 (2)	Дыхательные упражнения под музыку Чайковского «Мама», зарядка «Здравствуй, голова»	Движение с ленточками под музыку разного характера	Посмотри-ка на пошке – стихотворение в пластиковыми крышечками,	Кинезиологические мешочки – комплекс упражнений	Карусель – движение с ускорением	«Машина едет далеко» Обручи - доми-

			«Та-та, два кота»-логоритмическое упажнение			ки
4, 6-7, 8-12 класс	Дыхательные упражнения, нейрокомплекс 2	Движение с большим мячом в пространстве, движения с мячом в кругу в коммуникации – последовательность движений Смена направления движения в пространстве по сигналу	Гимнастическая палка – комплекс движений, на месте и в группе в кругу Новые координационные упр-я: шаг-хлопок Стихотворение «Ой, чук»	Кинезиологические мешочки – комплекс упражнений	Японская машинка – ритмическое упражнения и коммуникация в группе	Танцевальные шаги – простая танцевальная связка под современную музыку Юоди перкашн – ритмическая композиция простая

6 модуль

Повторение и закрепление всех упражнений из предыдущих модулей, просмотр видео про влияние ритма на развитие человека, ритмограммы, составление композиций из некоторых упражнений с предметами – стаканчики, знакомство с бумвекерсами.

2й год обучения
1 модуль

Группа/структура/содержание	Дыхательные и кинезиологические упражнения	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения с предметами и детскими музыкальными инструментами/Музыкально-ритмические игры/речевые игры	Игры под музыку/упр-я на выразительность движения	Танцевальные упражнения, коммуникативные танцы-игры
2-6 автономный	Разминка в круге Здравствуй, голова	Мексиканский танец – круг, пары	Ритмо-пластические упражнения «Совушка-сова», «Марьино окошко»	Молотком стучу – ритмическая игра	Песенка с движениями «По мосточку»	Движение по кругу с предметом «По полям»
1-5 автономный, 1 группа по 7.2 и 1д	Спокойная разминка на месте – дыхание, повороты головы, наклоны, растяжки, баланс, упражнения 1-3 из сборника Нейромоторика	Переход по сигналу под музыку с ускорением	Считалка – сопровождение пульсом – хлопки, топы, по груди, сочетание звучащих жестов «Начинается считалка на березу села галка, две вороны, воробей, три сороки, соловей»	-	Игра на внимание со сменой ведущего	Хоровод, змейка со сменой ведущего



2 группа по 7.2 и 7-8	Ритмические упражнения на барабанах, изучение ритма, сочетание пульса и ритма, чтение ритма знаками жестов, игра под минус, работа с визуальными карточками звучащих жестов					
--------------------------	---	--	--	--	--	--