

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тверской области**

**Отдел образования Администрации Осташковского городского округа**

**МБОУ «Гимназия № 2»**

**РАССМОТРЕНО**


методическим  
объединением учителей

 Стенченкова Е.И.

Протокол №4  
от «20» июня 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР

 Федорова С.Ю.

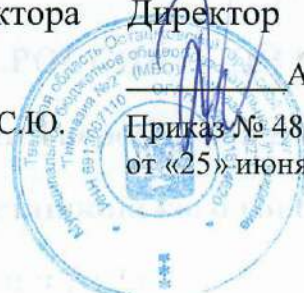
Протокол №5  
от «21» июня 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

  
Андропова И.В.

Приказ № 48  
от «25» июня 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Ритмика»**

**для обучающихся 1 – 3 классов**

**г. Осташков 2024г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

---

Данная рабочая программа составлена на основе программы «Ритмика и танец» 1-8 классы, утвержденная Министерством образования 06.03.2001г. и авторской программы по учебному предмету ритмика для учащихся 1-7 классов Беляевой Веры Николаевны "Ритмика и танец".

На уроках ритмики постоянно чередуются нагрузка и отдых, напряжение и расслабление. К увеличению напряжения и нагрузки ученики привыкают постепенно, что благотворно сказывается потом на других уроках.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять и осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении детских праздников. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в него практики современных подходов, новых методик и технологий.

В соответствии с Концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная активность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Целью программ по ритмике является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий.

Хореография обладает огромными возможностями для полноценного эстетического совершенствования ребёнка, для его гармоничного духовного и физического развития.

Занятия ритмикой формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотной манеры поведения в обществе, дают представление об актёрском мастерстве.

Танец имеет огромное значение как средство воспитания национального самосознания. Получение сведений о танцах разных народов и различных эпох необходимо, т.к. каждый народ имеет свои, только ему присущие танцы, в которых отражены его душа, его история, его обычаи и характер.

Реализация цели уроков ритмики соотносится с решением следующих задач:

- дать детям представление об общих закономерностях отражения действительности в хореографическом искусстве, конкретно выражающихся в связи форм и линий движений с жизненным содержанием, смыслом, чувством и настроением музыки. Зная общее, дети сами смогут разобраться в том танцевальном материале, который может встретиться в их жизненной практике;
- использовать специфические средства искусства танца для гармонизации развития учащихся, расширения рамок культурного и исторического образования детей: углубление и расширение средствами танца познавательных возможностей учащихся в области истории, географии, литературы, фольклора;
- использовать этические особенности танца для воспитания нравственности, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности; обучить танцевальному этикету и сформировать умения переносить культуру поведения и общения в танце на межличностное общение в повседневной жизни;
- обеспечить эмоциональную разгрузку учащихся, воспитать культуру эмоций;
- обеспечить формирование и сохранение правильной осанки ребёнка, укрепление мышечного корсета средствами танцев, воспитать культуру движения;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Уроки ритмики сориентированы на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков в искусстве танца.

Основная форма образовательной работы с детьми: музыкально-тренировочные занятия, в ходе которых осуществляется систематическое, целенаправленное и всестороннее воспитание и формирование музыкальных и танцевальных способностей каждого ребенка.

Занятия включают чередование различных видов деятельности: музыкально-ритмические упражнения и игры, слушание музыки, тренировочные упражнения, танцевальные элементы

и движения, творческие задания. Организация игровых ситуаций помогает усвоению программного содержания, приобретению опыта взаимодействия, принятию решений.

Процесс обучения в курсе хореографии в основном построен на реализацию дидактических принципов.

Принципы сознательности и активности предусматривает сознательность в отношении занятий, формирование интереса в овладении танцевальными движениями и осмысленного отношения к ним, воспитание способности к самооценке своих действий и к соответствующему их анализу.

Принцип наглядности помогает создать представление о темпе, ритме, амплитуде движений; повышает интерес к более глубокому и прочному усвоению танцевальных движений.

Принцип доступности требует постановки перед учащимися задач, соответствующих их силам, постепенного повышения трудности осваиваемого учебного материала по дидактическому правилу: от известного к неизвестному, от легкого к трудному, от простого к сложному.

Принцип систематичности предусматривает непрерывность процесса формирования танцевальных навыков, чередование работы и отдыха для поддержания работоспособности и активности учащихся, определенную последовательность решения танцевально-творческих заданий.

Принцип гуманности в воспитательной работе выражает: безусловную веру в доброе начало, заложенное в природе каждого ребенка, отсутствие давления на волю ребенка; глубокое знание и понимание физических, эмоциональных и интеллектуальных потребностей детей; создание условий для максимального раскрытия индивидуальности каждого ребенка, его самореализации и самоутверждения;

Принцип демократизма основывается на признании равных прав и обязанностей взрослых и ребенка, на создании эмоционально-комфортного климата в социальной среде.

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

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

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

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных

отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

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

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

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

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

### **Место учебного курса «Ритмика» в учебном плане**

В 1 классе на изучение предмета отводится 1 час в неделю, суммарно 33 часа.

Во 2 классе на изучение предмета отводится 1 час в неделю, суммарно 34 часа.

В 3 классе на изучение предмета отводится 1 час в неделю, суммарно 34 часа.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **1 класс**

#### **1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### **2. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки —

перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом.

Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

*Упражнение на расслабление мышц.* Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

### **3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

### **4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

## **2 класс**

### **1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

### **2. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в

колени ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

*Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

### **3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

### **4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

## **3 класс**

### **1. УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ**

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

## **2. РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ**

*Общеразвивающие упражнения.* Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинок). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны сдвиганиями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

*Упражнения на расслабление мышц.* Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

## **3. ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ**

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

## **4. ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ**

Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.



# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО РИТМИКЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### регулятивные

- способность обучающегося понимать и принимать учебную цель и задачи;
- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- накопление представлений о ритме, синхронном движении;
- умение детей двигаться в соответствии с разнообразным характером музыки, различать и точно передавать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении простейший ритмический рисунок;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- умение действовать по плану и планировать свою деятельность.

### коммуникативные

- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- задавать вопросы, работать в парах, коллективе, не создавая проблемных ситуаций;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- умение координировать свои усилия с усилиями других;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

#### **познавательные**

- навык умения учиться: решение творческих задач, поиск, анализ и интерпретация информации с помощью учителя.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **1 КЛАСС**

- 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.

### **2 КЛАСС**

- понимать и 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;

- правильно выполнять упражнения: «Хороводный шаг», «Приставной, пружинящий шаг, прыжок».

### **3 КЛАСС**

- умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;
- рассчитывать 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;
- 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 прыжками).

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты</b>					
1.1.	Ритмика, как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Физическая культура и музыка у древних людей. Режим дня и личная гигиена.	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука</b>					
2.1.	Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Танцевальные игры в помещении: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		1			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 3. Танец</b>					
3.1.	Танцевальные и музыкально-ритмические игры	12	0	10	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>

3.2.	Общеразвивающие упражнения	12	0	6	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		24			
<b>4. Творческая деятельность</b>					
4.1	Физическое совершенствование через танцевальные движения	4	0	4	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
4.2	Танцевальный репертуар	3	0	2	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		7			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	0	22	

---

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты</b>					
1.1.	Ритмика, как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Физическая культура и музыка у древних людей. Режим дня и личная гигиена.	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a> <a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука</b>					
2.1.	Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Танцевальные игры в помещении: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		1			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 3. Танец</b>					

3.1.	Танцевальные и музыкально-ритмические игры	13	0	10	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
3.2.	Общеразвивающие упражнения	10	0	6	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		23			
<b>4. Творческая деятельность</b>					
4.1	Физическое совершенствование через танцевальные движения	5	0	4	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
4.2	Танцевальный репертуар	4	0	3	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		9			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	23	

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Ритмика, элементы музыкальной грамоты</b>					
1.1.	Ритмика, как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Физическая культура и музыка у древних людей. Режим дня и личная гигиена.	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Танцевальная азбука</b>					
2.1.	Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Танцевальные игры в помещении: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://resh.edu.ru/https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		1			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 3. Танец</b>					
3.1.	Танцевальные и музыкально-ритмические игры	13	0	10	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>



3.2.	Общеразвивающие упражнения	10	0	6	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		23			
<b>4. Творческая деятельность</b>					
4.1	Физическое совершенствование через танцевальные движения	5	0	4	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
4.2	Танцевальный репертуар	4	0	3	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
Итого по разделу		9			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	23	

## Поурочное планирование 1 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Введение. Что такое ритмика.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
3.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
4.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
5.	Понятие о правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	0	0	<a href="http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html">http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html</a>
6.	Поза исполнителя. Зритель, исполнитель. Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
7.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
8.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-</a>

					<a href="http://predmetam-ritmika-i-horeog">predmetam-ritmika-i-horeog</a>
9.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок)	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
10.	Музыкальные, танцевальные темы	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
11.	Музыкальные, танцевальные темы	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
12.	Гимнастика Parter.	1	0	1	<a href="http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html">http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html</a>
13.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
14.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1	0	1	<a href="http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html">http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html</a>
15.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
16.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
17.	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>

18.	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
19.	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
20.	Упражнения на расслабление мышц.	1	0	1	<a href="http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html">http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html</a>
21.	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
22.	Музыкальные, танцевальные темы.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
23.	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
24.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
25.	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1	0	0	<a href="http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html">http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html</a>
26.	Правила танцевального этикета.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
27.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
28.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>

29.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
30.	Ритмические упражнения.	1	0	1	<a href="http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html">http://www.chel-15.ru/horejgrafia.html</a>
31.	Гимнастика Parter.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
32.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
33.	Аэробика	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>

---

## Поурочное планирование 2 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Инструктаж по технике безопасности на уроке. Введение. Что такое ритмика.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
2.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
3.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
4.	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
5.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
6.	Поза исполнителя. Положение фигуры. Ракурс.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
7.	Танцевальная зарядка. Упражнения для рук	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
8.	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>

9.	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок)	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
10.	Музыкальные, танцевальные темы	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
11.	Музыкальные, танцевальные темы	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
12.	Гимнастика Parter.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
13.	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
14.	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
15.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
16.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
17.	Упражнения для профилактики плоскостопия.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
18.	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>

19.	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	1	0	1	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
20.	Упражнения на расслабление мышц.	1	0	1	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
21.	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1	0	1	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
22.	Музыкальные, танцевальные темы.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
23.	Разучивание простейших танцевальных элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	1	0	0	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
24.	Настроение в музыке и танце. Характер исполнения.	1	0	1	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
25.	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1	0	0	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
26.	Правила танцевального этикета.	1	0	0	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
27.	Понятие размер. Музыкальная фраза, длительность в музыке и танце.	1	0	1	<a href="https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>



28.	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
29.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
30.	Ритмические упражнения.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
31.	Гимнастика Parter.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
32.	Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
33.	Трюковые элементы: вращение.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
34.	Элементы аэробики	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Инструктаж по технике безопасности на уроке. Введение. Что такое ритмика.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
2.	Гимнастика Parter.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
3.	Гимнастика Parter.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
4.	Элементы аэробики	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
5.	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
6.	Ритмическое исполнение (хлопки, выстукивания, притоп).	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
7.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
8.	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
9.	Повороты и наклоны корпуса.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>

10.	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
11.	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
12.	Понятие «шаг» 45°, 90°, 180°. Растяжка.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
13.	Первый танцевальный элемент «Квадрат», «Крест».	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
14.	Постановка корпуса. Движения плечами, бедрами, руками, животом.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
15.	Простейшие танцевальные элементы. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
16.	Разучивание положений и позиций рук и ног.	1	0	0	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
17.	Наклоны и повороты с хореографической точки зрения.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
18.	Гимнастические элементы.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
19.	Ритмические упражнения в различных комбинациях.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
20.	Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-</a>

					<a href="http://predmetam-ritmika-i-horeog">predmetam-ritmika-i-horeog</a>
21.	Три подразделения в танце и музыке. Общее понятие.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
22.	Марш. Понятие о марше, ритмический счет.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
23.	Три «кита» в музыке. Песня и танец.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
24.	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>
25.	Танцевальный бег (ход на полу пальцах). Упражнения для профилактики плоскостопия.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
26.	Тройной шаг. Упражнения на ориентацию в пространстве.	1	0	0	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
27.	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом).	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
28.	Приставные шаги. Синхронность.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
29.	Аэробика	1	0	1	<a href="http://www.horeograf.com/">http://www.horeograf.com/</a>

30.	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
31.	Партнер и партнерша. Понятие дуэт, квартет в танце.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
32.	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
33.	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>
34.	Игровые двигательные упражнения с предметами.	1	0	1	<a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/411762-razrabotki-jeor-po-predmetam-ritmika-i-horeog</a>

---

# **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. И. А. Винер, Н. М. Горбулиной, О. Д. Цыганковой. Физическая культура. Ритмическая гимнастика. 1—4 классы. В 2 ч. Ч. 1.
2. А. Гришаев Обучение детей детскому современному танцу -Новосибирск , 2004 г. (DVD).
- 3.. Фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
4. Детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
5. Детские танцы - Москва, 2002г, (DVD).

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Базарова, Н.П. Азбука классического танца. / Н.П. Базарова, В.П. Мэй - Л. : Искусство, 1993.
2. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика. / А.И. Буренина - СПб., 2000.
3. Ваганова, А.Я. Основы классического танца. / А.Я. Ваганова - Л.: Искусство, 1990.
4. Головкина С.Н. Уроки классического танца в старших классах. / С.Н. Головкина - М. : Искусство, 1999.
5. Зацепина, К. Народно-сценический танец. / К. Зацепина, А. Климов, К. Рихтер, Н. Толстая, Е. Фарманьянц. - М., 1996.
6. Климов, А. Основы русского народного танца. / А. Климов - М., 1975.
7. Королева, Э. Молдавский народный танец. / Э. Королева, В. Курберт, М. Мардарь. - М., 2003.
8. Костровицкая, В.М 100 уроков классического танца. / В.М. Костровицкая - Л. : Искусство, 1981.
9. Методическое пособие по теории и методике преподавания народно-сценического танца. - Казань, 1998
10. Мошкова, Е.И. Ритмика и бальные танцы. (программы для общеобразовательных учреждений). / Е.И. Мошкова - М.: Просвещение, 1997.
11. Мурашко М.П. Русская пляска: Учебное пособие – М.: издательский дом МГУКИ, 2010.
12. Мурашко М.П. Классификация русского танца: Монографическое исследование – М.: МГУКИ, 2012.
13. Мурашко М.П. Русская кадриль: Исследование форм русского танца – М.: МГУКИ, 2013.
14. Мурашко М.П. – Танцы марийского края. – Йошкар-Ола: Марийское книжное издательство, 1997
15. Нагаев Л. Фирилева, Ж.Е. Лечебно-профилактический танец Фитнес-данс. / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. – СПб., Детство-пресс, 2007
16. Нагаева, Л. Танцы восточных башкир. / Л. Нагаева - М., 1995.
17. Овчаренко, Е. Народно-сценический танец. / Е. Овчаренко - Барнаул, 1996.
18. Овчаренко, Е. История и теория народно-сценического танца. / Е. Овчаренко, Н. Смолянинова. - Барнаул, 2000.
19. Пинаева, Е.А. Ритмика и танец. Программа для хореографических отделений детских школ искусств / Е.А. Панаева - Пермь, 2003.

20. Синяева, Н.А. Ритмика и танец. Программа для общеобразовательных школ с углубленным изучением предметов художественно-эстетического цикла. / Н.А. Синяева – Краснокамск, 1999.
21. Танцы. – Казань: издательство «Дом печати», 2003.
22. Тарасова Н. Теория и методика преподавания народно-сценического танца. Учебное пособие / Н.Б. Тарасова. – СПб., ИГПУ, 1996.
23. Ткаченко, Т. Народный танец. / Т. Ткаченко - М., 1975.
24. Три башкирских танца. – Республиканский центр народного творчества. – Уфа, 1992.
25. Устинова Л.А. Русские танцевальные миниатюры Татьяны Устиновой. – М.: «Импрессарио», 2013.
26. Хворост, И. Белорусские народные танцы. / И. Хворост - Минск, 1997.

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (<http://school-collection.edu.ru>).
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (<http://fcior.edu.ru>).
3. Мультимедийные презентации
4. Видео уроки танцев и постановки детских коллективов танцевальных на музыкальные клипы
5. Сайт "Начальная школа".- Режим доступа: <http://1-4.prosv.ru>
6. Сеть творческих учителей [www.it-n.ru](http://www.it-n.ru)
7. [Социальная сеть работников образования nsportal.ru](http://nsportal.ru) <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/izo>