

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и спорта Республики Карелия
Администрация Олонецкого национального муниципального района
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа имени
Сорвина Валентина Дмитриевича»

Принято:
на заседании МО,
руководитель МО (ФИО)
Сафонова И.Н.
(протокол №1 от 28.08.2026)

Согласовано:
на педагогическом совете
МКОУ «ООШ №2
г. Олонца им. Сорвина В.Д.»
(протокол №1 от 28.08.2026)

Утверждаю:
Директор МКОУ «ООШ №2
г. Олонца им. Сорвина В.Д.»
Фадеева А.А.
(приказ №242 от 28.08.2026)

Подписано цифровой подписью: Фадеева Анна Анатольевна
DN: c=RU, st=Республика Карелия, l=Олонец, title=Директор, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2 Г. ОЛОНЦА
ИМЕНИ СОРВИНА ВАЛЕНТИНА ДМИТРИЕВИЧА", 1.2.643.100.3=12083134323436333037303334,
1.2.643.3.131.1.1=120С313031343031343530303236, email=fadeevaana34@gmail.com, givenName=Анна
Анатольевна, sn=Фадеева, cn=Фадеева Анна Анатольевна
Дата: 2026.08.28 16:18:39 +0300

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Ритмика»
для обучающихся 2-3 классов

г.Олонец 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по ритмике составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в рабочей программе воспитания школы и включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы и тематическое планирование.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА

Актуальность программы сегодня осознается всеми. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по настоящему возможно лишь тогда, когда “дух” и “тело”, находятся в гармонии, необходимы меры целостно развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Ритмика способствует правильному физическому развитию и укреплению детского организма. Развивается эстетический вкус, культура поведения и общения, художественно - творческая и танцевальная способность, фантазия, память, обогащается кругозор. Занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, гармонически развитой личности.

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, 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 утренников. 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.

Целью программы является приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования.

Данная цель решает следующие образовательные **задачи**:

- формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма;
- способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала;
- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса.

Обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать.

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

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Ритмика», является обязательным для изучения во 2-3 классах и на его изучение отводится 68 ч. Материал предмета «Ритмика» по классам располагается следующим образом:

во 2 классе 34ч

в 3 классе 34ч

Метапредметные результаты.

- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.
- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям
- Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.

- Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
- Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
- Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
- Формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.
- Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.

Предметные результаты.

Выпускник научится:

- Ориентироваться в понятиях «ритмика»
- Воспринимать музыку различных жанров, размышлять о музыкальных произведениях как о способе выражения чувств и мыслей человека, эмоционально, эстетически откликаться на искусство, выражая своё отношение к нему в различных видах музыкально – творческой деятельности.
- Ценить отечественные народные музыкальные традиции.
- Воплощать художественно – образное содержание и интонационно – методические особенности профессионального и народного творчества в движениях, играх, действиях) Соотносить выразительные и изобразительные интонации, воплощать особенности музыки в исполнительской деятельности на основе полученных знаний.

Выпускник получит возможность научиться:

- Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.
- Выполнять эстетически красиво танцевальные движения, комбинации.
- Реализовывать творческий потенциал.
- Организовывать культурный досуг.
- Оказывать помощь в организации и проведении школьных культурно – массовых мероприятий.

Содержание учебного предмета «Ритмика»

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей.

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.

Программа по ритмике состоит из четырёх разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Игры под музыку
4. Танцевальные упражнения

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

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

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать*).

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок».

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

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 поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание 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 колени, 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. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, 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 с движениями 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 класс

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	3		3	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
2	Ритмико- гимнастические упражнения	12		12	https://easyen.ru/blog/?page49
3	Танцевальные упражнения	13		13	
4	Игры под музыку	6		6	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		34	

3 класс

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Введение в предмет. Основы безопасности	2		2	
2	Общефизическая подготовка и ритмическая гимнастика	3		3	https://easyen.ru/blog/?page49
3	Знакомство с	5		5	

	хореографией. Танец «Вару-Вару»				
4	Развитие координации. Этюд «Пружинка»	4		4	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/
5	Народно-сценический танец «Сударушка»	5		5	
6	Ритмическая гимнастика и координация	5		5	
7	Современная хореография. Танец «Самба»	5		5	
8	Творческое самовыражение и импровизация	5		5	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		34	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практические работы	
1	Музыкально – ритмическая разминка. Разучивание композиции «Весёлые путешествен ники»	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/fiz_minutki_na_urokakh/fizminutka_dlja_glaz_parovoz_bukashka/319-1-0-84824
2	Музыкально – ритмическая разминка. Разучивание	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/fiz_minutki_na_urokakh/fizminutka_dlja_glaz_parovoz_bukashka/319-1-0-84824

	композиции «Весёлые путешествен ники»				
3	Первый подход к ритмическо му исполнению (хлопки, выстукивани я, притоп).	1		1	
4	Понятие о правой, левой руке, правой, левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.	1		1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
5	Поза исполнителя . Зритель, исполнитель . Положение фигуры по отношению к зрителю. Ракурс.	1		1	
6	Танцевальна я зарядка. Упражнения для рук.	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/fiz_minutki_na_urokakh/vesjolaja_tancev_alnaja_razminka_letka_enka/319-1-0-56093
7	Ритмическая схема. Ритмическая	1		1	https://easyen.ru/load/dopolnitelnoe_obrazovanie/dop_obr/vesjolye_lados_hki_ritmicheskaja_igra/486-1-0-60953

	игра.				
8	Ритмические упражнения с предметом (мяч, обруч, платок).	1		1	
9	Простейшие танцевальные элементы в форме игры.	1		1	
10	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима.	1		1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
11	Упражнения для развития плавности и мягкости движений. Пластичная гимнастика.	1		1	
12	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1		1	
13	Синхронность и координация движений, используя танцевальные	1		1	

	упражнения.				
14	Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.	1		1	
15	Упражнения для суставов. Разминка «Буратино».	1		1	
16	Упражнения на расслаблени е мышц.	1		1	
17	Этюдная работа. Пантомима. Игра «Телефон», «Замри».	1		1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/
18	Музыкальны е, танцевальны е темы.	1		1	
19	Разучивание простейших танцевальны х элементов «Часики», «Качели», «Мельница».	1		1	
20	Настроение в музыке и танце.	1		1	

	Характер исполнения.				
21	Выразительные средства музыки и танца. Музыка, движение, исполнители, костюмы.	1		1	https://easyen.ru/load/muzyka/raznoe/mk_prezentacija_po_muzyke_na_tem_u_sredstva_muzykalnoj_vyrazitelnosti_2_klass/32-1-0-62223
22	Правила танцевального этикета.	1		1	
23	Аэробика.	1		1	
24	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1		1	https://easyen.ru/load/metodika/video/fizminutka_dvigajsja_zamri/5-1-0-74150
25	Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.	1		1	
26	Ритмические упражнения.	1		1	https://easyen.ru/load/metodika/video/videorolik_utrennjaja_gimnastika/5-1-0-41206
27	Ритмические упражнения.	1		1	
28	Партерная гимнастика.	1		1	
29	Партерная гимнастика.	1		1	
30	Фигуры в	1		1	

	танце. Квадрат, круг, линия, звездочка, воротца, змейка.				
31	Ходьба, бег, ОРУ. Специальны е упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательны х действиях и заданиях.	1		1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/
32	Ходьба, бег, ОРУ. Специальны е упражнения для развития мышечной силы и гибкости в образных, игровых и двигательны х действиях и заданиях.	1		1	
33	Ритмические танцы.	1		1	
34	Ритмические танцы.	1		1	
ОБЩЕЕ		34		34	

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ				
-------------------------------------	--	--	--	--

3 КЛАСС

№ п / п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1		1	https://easyen.ru/load/fizkultura/uroki/pravila_povedenija_i_tekhniki_bez_opasnosti_na_urokakh_fizicheskoy_kultury/427-1-0-32043
2	Разминка. Музыкальный этюд «Котятa».	1		1	https://easyen.ru/load/nachalnykh/fizminutki_na_urokakh/tancevalnaja_razminka_dobryj_kot/319-1-0-57981
3	Общеразвивающие упражнения	1		1	
4	Общеразвивающие упражнения	1		1	
5	Ритмико-гимнастические упражнения	1		1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
6	Танец «Вару-	1		1	

	Вару» (разучивание)				
7	Ритмико-гимнастические упражнения.	1		1	
8	Танец «Вару-Вару» (закрепление)	1		1	
9	Танец «Вару-Вару» (отработка)	1		1	
10	Танец «Вару-Вару» (исполнение)	1		1	
11	Разминка. Музыкальный этюд «Пружинка».	1		1	
12	Упражнения на развитие координации движений	1		1	https://www.youtube.com/watch?v=HqDGuiWmm0E&t=192s
13	Упражнения на развитие координации движений	1		1	https://www.youtube.com/watch?v=wUWWJO9L6m0&t=61s
14	Упражнения на развитие координации движений	1		1	
15	Танец «Сударушка»	1		1	
16	Танец «Сударушка»	1		1	

1 7	Танец «Сударушка»	1		1	
1 8	Танец «Сударушка»	1		1	
1 9	Танец «Сударушка»	1		1	
2 0	Разминка. Музыкальный этюд «Фонарики».	1		1	
2 1	Общеразвиваю щие упражнения.	1		1	
2 2	Общеразвиваю щие упражнения.	1		1	https://dzen.ru/video/watch/64d6f51bece9da147664601a?f=d2d
2 3	Упражнения на координацию движений.	1		1	
2 4	Упражнения на координацию движений.	1		1	
2 5	Танец «Самба».	1		1	
2 6	Танец «Самба».	1		1	
2 7	Танец «Самба».	1		1	
2 8	Танец «Самба».	1		1	
2	Танец	1		1	

9	«Самба».				
3 0	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку).	1		1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/
3 1	Разминка. Музыкальный этюд «Хлопушки»	1		1	
3 2	Общеразвиваю щие упражнения.	1		1	
3 3	Индивидуальн ое творчество.	1		1	
3 4	Урок-смотр знаний	1		1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		34	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Учебник "Физическая литература" В.И. Лях 1- 4 класс

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

УМК учителя:

1. Бондаренко Л. “Методика хореографической работы в школе и внешкольных учреждениях”
2. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников. - Волгоград: Учитель, 2007. -111с.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. – СПб «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
- 4.Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду. - М.: Айрис-пресс, 2003. -112с.
5. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Зятымина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Зятымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009г

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

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