Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Специальная общеобразовательная школа-интернат»
г. Губаха, Пермский край

ПРИНЯТО:
ППО учителей начальных классов
МБОУ СОШИ
Протокол № 1 от 30.08.2026г.

СОГЛАСОВАНО:
Педагогическим советом
МБОУ СОШИ
протокол № 1 от 31.08.2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4444F5F82CBA5866374861E07D767A24
Владелец: БРАТЧИКОВА АЛЕВТИНА МИХАЙЛОВНА
Действителен: с 09.09.2025 до 03.12.2026

УТВЕРЖДЕНО:
Директор МБОУ СОШИ
_____А. М. Братчикова
Приказ от 31.08.2026 г. № 1

Адаптированная образовательная программа

учебного предмета «Ритмика»

для обучающихся 3 «а» класса

на 2026 – 2027 учебный год

Учитель:

Яндаева Юлия Олеговна

Губаха, 2026 г.

Пояснительная записка.

Перечень нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

3. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

4. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. №1026;

5. Приказ Министерства просвещения РФ от 21 сентября 2022 г. № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников»;

6. Адаптированная основная общеобразовательная программа МБОУ СОШИ;

7. Учебный план МБОУ СОШИ на 2026 - 2027 учебный год.

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с нарушением интеллекта средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ритмика оказывает положительное влияние на психофизиологические процессы, познавательную, эмоционально-волевую сферы ребенка, обеспечивает коррекцию психомоторики детей данной категории.

Цель программы:

Воспитание гармонично-развитой личности средствами музыкально-ритмической деятельности, осуществление коррекции отклонений у детей.

Задачи:

Формировать понятия о некоторых музыкальных терминах (ритм, темп, характер музыки).

Знакомить с разнообразием движений, разучивать различные движения, танцы, музыкально-ритмические игры, упражнения.

Развивать музыкально-двигательные навыки и умения.

Развивать познавательный интерес, творческую активность, воображение и фантазию у детей, их умение самостоятельно отражать свои впечатления от музыки.

Развивать коммуникативные навыки.

Воспитывать у детей правильное отношение к окружающему миру.

Воспитывать положительные качества личности (дружелюбие, дисциплинированность, коллективизм)

Осуществлять средствами музыкально-ритмической деятельности коррекцию познавательной, эмоционально-волевой, моторной, личностной сфер обучающегося.

Общая характеристика учебного предмета.

Программа по ритмике состоит из **пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».** Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

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

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве. Тренинг проводится в начале занятия, являясь
организующим моментом. Эти упражнения включают гимнастическую ходьбу, легкий бег. Сюда входят упражнения на укрепление мышц шеи, плечевого пояса, рук и ног, мышц туловища, специальные упражнения для формирования рефлекса правильной осанки, исправления таких недостатков, как плоскостопие, косолапость, шаркающая походка т.д.

В этот раздел входят упражнения на развитие ловкости, равновесия, на развитие динамической и статической координации. 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 представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нём. Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. помогают развивать ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков, координации движений. Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. В этот раздел входят упражнения для развития гибкости и подвижности рук, ног, тела. Большое внимание уделяется пластическому тренингу, который служат в качестве общего тренажа взамен резких тренирующих элементов и используется как метод релаксации и как одна из форм ЛФК.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. В программу включена игра на фортепиано, духовой гармонике, на деревянных ложках. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном и металлофоном. Задания на координацию движений рук проводятся после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки. Упражнения на ложках, с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук, что очень важно для коррекции моторики у детей с ДЦП с нарушениями двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

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 детей с **танцам и пляскам** предшествует работа по привитию навыков чёткого 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. Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

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

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

Описание места учебного предмета в учебном плане.

В федеральном базисном учебном плане на предмет ритмики в 3 классе выделяется 1 час в неделю. Общее число часов за год обучения составляет: 3 класс - 34 часа.

I четверть - 9 часов II четверть - 8 часов III четверть - 9 часов IV четверть - 8 часов

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Ритмика».

Личностные результаты:

-Сформированность мотивации учебной деятельности, включая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.

-Любознательность и интерес к новому содержанию и способам решения проблем, приобретению новых знаний и умений, мотивации достижения результата, стремления к совершенствованию своих танцевальных способностей; навыков творческой установки.

-Умение свободно ориентироваться в ограниченном пространстве, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения.

Предметные результаты:

-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 обще развивающие упражнения в определенном ритме и темпе;

-легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;

-ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;

- ощущать смену частей музыкального произведения

Характеристика базовых учебных действий обучающихся

Личностные	-эмоциональная отзывчивость на музыку; -любовь к родине, к русской народной музыке; - учебно – познавательный интерес к новому учебному материалу; - мотивация к разным видам музыкальной деятельности; - основа для формирования ЗОЖ, организация культурного досуга.
Регулятивные	- выполнять задания, оценивать результаты своей деятельности; - корректировать собственное исполнение; - формирование волевых усилий; - воспринимать мнение сверстников и взрослых; - принимать участие в музыкальных инсценировках.
Познавательные	- воспринимать музыку, выражать свое отношение к музыкальным произведениям; - расширить свои представления о жанре и характере музыки; - выявлять настроения и чувства, выражаемые в музыке; - эмоциональное сопереживание музыке.
Коммуникативные	- высказывать свое мнение о музыке (монолог, диалог); -задавать вопросы; - проявлять творческую активность в процессе хорового пения, коллективной творческой деятельности; -эмоционально выражать свое отношение к музыкальным произведениям.

Содержание учебного предмета «Ритмика» 3 класс

Раздел	Час	Содержание
Упражнения на ориентировку в пространстве.	**8**	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.
Ритмико-гимнастические упражнения.	**8**	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 резинки). 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. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах. 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 (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.
Упражнения с музыкальными инструментами	**8**	Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.
Игры под музыку	**2**	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, лавне, 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.
Танцевальные упражнения.	**8**	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.

Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения программы учебного предмета «Ритмика»

Уровень	Критерии оценивания
I уровень (высокий)	Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.
II уровень (средний)	Выполняют упражнения в целом соответствующей с высоким уровнем, но нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений. Имеют место случаи неправильного выполнения приёмов на практике.
III уровень (ниже среднего)	Выполняют нормативы в соответствии ниже среднему уровню. Не умеют пользоваться навыками на практике, выполняют упражнения по подражанию. Выполняют упражнения с помощью учителя. Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений.

Календарно-тематическое планирование

№ урока	*Тема урока*	*Основные элементы*	*Коррекционная работа*	*Основные понятия*
Танцевальная композиция «Наступила осень» (2 часа)				
1.	Экзерсис. Танцевальная композиция «Наступила осень».	Полет птиц: плавные движения рук, ходьба на носочках «клином». Змейка по диагонали. Простой спокойный шаг.	Развитие координации движений, выражение чувства радости,	«Клин».
2.	Экзерсис. Танцевальная композиция «Наступила осень»	Вращение вокруг себя на носочках (кружение в воздухе листьев), свободное вращение по залу, плавные движения рук, легкое приседание с опусканием головы и рук.	Развитие плавности движений, умения действовать по представлению.	
Танцевальная фантазия (2 часа)				
3.	Экзерсис. Танцевальная	Игра «Море волнуется».	Развитие творческих	

	фантазия.		способностей детей, мышления.	
4.	Экзерсис. Танцевальная фантазия	Игра «Замри».	Развитие воображения, памяти, внимания.	
Движения с мячом (3 часа)				
5.	Экзерсис. «Мой веселый, звонкий мяч».	Упражнения с мячом в сочетании с речевым текстом. Игра «Повтори за мной».	Синхронизация речи и движения. Укрепление мышечной системы. Развитие чувства ритма.	
6.	Экзерсис. «Успей поймать мяч».	Бросок мяча вверх - поворот, Удар мячом об пол- хлопок. Игра «Самый ловкий».	Укрепление мышечной системы, координации движений.	
7.	Экзерсис. «Броски мяча в паре».	Упражнения с мячом в паре. Игра «Ты мне – я тебе».	Вырабатывать быстроту реакции, умения работать в паре.	
Хоровод (5 часов)				
8.	Экзерсис. Змейка с воротцами.	«Цепочка», «шаг плавный хороводный», «воротца».	Развитие умения двигаться коллективно.	«Змейка с воротцами».
9.	Экзерсис. Корзиночка.	Образование два круга, внутренний круг и внешний, переплетение рук «корзиночка», шаг «припадание», переплетение рук за спиной.	Развивать правильную постановку корпуса, воспитывать внимательное отношение друг к другу.	Корзиночка
10.	Экзерсис. «Прочес» или «Гребень».	Построение в две линии, простой или переменный шаг, смена линий местами (проходят сквозь линии правым или левым плечом).	Устранение скованности, развитие плавности, легкости движений.	Прочес или Гребень.
11.	Экзерсис. Плетем плетень.	Большой круг, (д) – стоят лицом к центру, (м) – спиной, движения (д) –по часовой стрелке, (м) – против, при встрече меняют руки.	Развитие умения выполнять совместные действия.	Плетень.
12.	Экзерсис. До- за- до.	Стоя в две линии (в шахматном порядке) 1-я линия идет назад и встает на место 2-й линии, а вторая линия огибая первую,	Развитие умения выполнять совместные действия.	До – за – до.

		встает на ее место.		
«Танец Сударушка» (3 часа)				
13.	Экзерсис. Сударушка	Два тройных шага с ударом, шаги сопровождаются плавными движениями рук. Боковой шаг с притопом. Правые руки - «свечой», левые - под локоть.	Развитие чувства ритма, укрепление мышечной системы, Воспитывать внимательное отношение друг к другу.	
14.	Экзерсис. Сударушка.	Вращение в паре, поворот (д) под рукой (м) по ходу танца.	Развитие координации движений.	
15.	Экзерсис. Сударушка.	До –за –до , (м) поворот влево, (д) поворот вправо.	Развитие координации движений. Вырабатывать правильную постановку корпуса.	
16.	Экзерсис. Закрепление.	Повторить и закрепить пройденный материал.		
«Прыжки через длинную скакалку» (2 часа)				
17.	Прыжки через длинную скакалку по одному.	Прыжки на двух ногах, на одной, прыгать делая повороты в воздухе.	Развивать ритмичность, легкость движений, Вырабатывать силу воли.	
18.	Прыжки через длинную скакалку по двое.	Прыжки по двое на двух ногах, подбегать под веревку вдвоем.	Вырабатывать быстроту реакции, умение работать в паре.	
«Прыжки через короткую скакалку».(2 часа)				
19.	Прыжки через короткую скакалку.	Прыжки со скрещенными ногами, прыжки на одной ноге, держать другую вытянутой вперед, бегать со скакалкой одновременно вращать и прыгать через нее.	Воспитание воли, уверенности в своих возможностях.	
20.	Прыжки через короткую скакалку.	Прыгать через скакалку в боковом направлении, прыгать через скакалку, держа оба конца ее одной рукой и описывая скакалкой круги по полу.	Укрепление мышц, подвижности голеностопного сустава.	
Танцевальная композиция «В сказочной стране» (3 часа)				

21.	Экзерсис. Танцевальная композиция «В сказочной стране»	-два концентрических круга; -движения в паре «кружения»; -плавные круговые взмахи руками поочередно; -«воротики». Игра «Три движения».	Развивать актерское мастерство, мыслить образами.	
22.	Экзерсис. Танцевальная композиция. «В сказочной стране».	- колонна; - две колонны; - кружение; - фигуры по представлению. Игра «Воздух, вода, земля, ветер».	Развивать творческие способности, воображение, импровизировать на основе музыки.	
23.	Экзерсис. Танцевальная композиция. «В сказочной стране».	- ручеек; - «звездочка»; - прыжки в паре. Игра «Карлики и великаны».	Вырабатывать правильную постановку корпуса, развивать координацию движений.	
24.	Закрепление.	Закрепить и повторить пройденный материал. Игра «Я ищу тебя».		
		Танец «Веснянка» (3 часа)		
25.	Экзерсис. Танец. «Веснянка».	- движения по диагонали; - движение «волна» - собираем цветы». - плетем веночек из цветов; - одеваем на голову своей паре. Игра «Повтори-ка»	Развитие легкости движения, воображения, внимательного отношения друг к другу.	
26.	Экзерсис. Танец «Веснянка».	- движения с венком из цветов в руках (поднимаем руки к солнцу, на носочках вращаемся вокруг себя влево, вправо) - припадание влево, вправо. Игра «Что изменилось».	Развитие координации движений, воображения.	
27.	Экзерсис. Танец «Веснянка».	- круг большой; - два маленьких; - змейка с воротцами; - концовка с поклоном. Игра «Нос – Ухо – Нос».	Развитие координации движений.	

		«Ритмические фантазии» (3 часа)		
28.	Экзерсис. «Танец с бубнами»	Круг, в центре круга трое детей с бубнами. Ритмичные удары в бубны, остальные танцуют, используя знакомые движения. Игра «Найди бубен»	Объединение ритма и темпа действия участников.	
29.	Экзерсис. «Танец петрушек».	- Подскоки вправо, влево; - Сидя на полу, 2 раза удары ладонями рук об пол сбоку от себя; 2 раза перед собой; 2 раза над головой. - ритмичные повороты корпуса вправо, влево, встряхивая кистями рук, как бы «звеня бубенчиками».	Укрепление мышечной системы, координации движений, вырабатывать правильную постановку корпуса.	
30.	Экзерсис. «Пляска клоунов».	Галоп вправо 3 притопа, влево 3 притопа, поворот вокруг себя, кувырок, «чехарда», - «колесо», «бочонок».	Вырабатывать ритмичность, силу и легкость движений.	
		«Музыкальные игры» (2 часа)		
31.	«Свободный музыкальный ансамбль».	Использование музыкальных инструментов (гитара, барабан, пианино, дудка, скрипка и т.д.) Изобразить ансамбль, подтанцовка. Индивидуальные исполнители.	Развивать воображение, актерское мастерство.	
32.	«Мультяшки».	Изобразить любого героя мультфильма, придумать для него одно характерное движение или несложный танец.	Развитие творческих способностей.	
33.	Экзерсис. Закрепление.			
34.	ИТОГОВОЕ ПОВТОРЕНИЕ.			

Примерный репертуар:

Игры: Железнова «Подвижные игры», Суворова «Колобок», «Дед мороз», «Кот и мыши» Т. Ломовой; «Летчики, следите за погодой!» М. Раухвергера; «Как на тоненький ледок…» (русская народная песня); «Кто скорее?» Л. Шварца; «На зарядку!» «Великаны и гномы» Львов-Компанеец. «Горелки», «Игра с бубном» Ломова.

Упражнения: энергетическая гимнастикаа,«Мельница» Т. Ломовой; «Игра с мячами», «Упражнение для рук» Шостакович; «Упражнения с флажками» Ф. Шуберта; «Поскоки» С. Затеплинского; «Поезд» Е. Тиличеевой. Повторять знакомые упражнения.
Пляски: Суворова «Ритмика№1-4», Железновы «Подвижные игры №1-46»,«Калинка» (русская народная песня); «Парная пляска» ;«Русский хоровод» Ломова ,«Приставной шаг в сторону» Жилинский.; «Аннушка» (чешская полька); Свиридов «Метель; «Мы в зеленые луга пойдем» Н. Леви; «Приглашение», «Ковырялочка» р.н.м. ,«Тук, тук молотком» р.н.м., Игра на музыкальных инструментах «Звенящий колокольчик»,«Звенящий треугольник» Рустамов, Гармошка» Таличеева.

Список используемой литературы для педагога.

1. Барышникова Т. Азбука хореографии (Внимание дети). – М.: Ральф, 2000 г.
2. Бекина С. И. и др. Музыка и движение. – М.: Просвещение, 1984 г.
3. Базарова Н., Мей В. Азбука классического танца. – Л.: Искусство, 1983 г.
4. Васильева Т. Балетная осанка. Методическое пособие. – М.: Высшая школа изящных искусств.
5.Венедеева И. Будь молодой и грациозной.- М., 2006г.
6. Зацепина К., Климов А. и др. Народно-сценический танец. Учебно-
методическое пособие. – М.: Искусство, 1976 г.
7. Иваницкая А.,Мотов В., Иванова О.,Шарабарова М. Ритмичуская гимнастика на ТВ- М.,1999г.
8. Пинаева Е. Новые детские диско-танцы. Учебно-методическое пособие, - М.: ПБОЮЛ Монастырская М. В., 2003 г.
9. Пинаева Е. Образные танцы для детей. Учебно-методическое пособие. – Пермь: ОЦХТУ «Росток», 2005 г.
10. "От рождения до школы". / Под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, 11.М.А.Васильевой. - М.: Мозаика-Синтез, 2010.
12. Лисицкая Т. Гимнастика и танец. – М.,2010г.
13.Ротерс Т. Музыкально- ритмическое воспитание и художественная гимнастика. – М.,1986.
14.Книги 1, 2 / Под общей ред. С.Г. Шевченко. - М.: Школьная Пресса, 2003.
15. Программы дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушением речи: Коррекция нарушений речи. Чиркина Г.В. - М.: Просвещение, 2009.
16. Зумуруева О.Развиваем музыкальный и ритмический слух. - М.: Феникс 2013.
17. Е.В Конорова Ритмика: Методическое пособие. В 2-х выпусках. Выпуск 1: Занятия по ритмике в первом и втором классах ДМШ.- М.: Музыка,2012.

18. Пилипенко Л. Начнем с ритма. Методическое пособие для начинающих. Ритмические прописи. .-М.:Катанскиий,2012.
19. Пилипенко Л. Азбука ритмов.- М.: Катанскиий,2012.
20. Нестерова Н.Начинаем мы считать. Ритмическая тетрадь. 1 кл.- М.: Композиторов(СПб) 2008.

Для реализации программы необходимы:

- музыкальный центр;
- музыкальные накопители;
- народные музыкальные инструменты;
-реквизиты (гимнастические палки, коврики, платочки, флажки, и т.п.).