

Комитет администрации города Славгорода Алтайского края по образованию  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Лицей № 17» города Славгорода Алтайского края

Рассмотрено на заседании  
УМО начальных классов  
Протокол от 29 августа 2023  
г. №1

Согласовано на заседании  
научно-методического совета  
Протокол от 29 августа 2023 г.  
№1

Утверждено приказом  
МБОУ «Лицей №17»  
от 31 августа 2023 г.  
№ 281

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Ритмика »  
начального общего образования для 4 класса  
Срок реализации программы: 2023 -2024 учебный год

Составители:  
Калинина Елена Ивановна,  
учитель начальных классов,  
высшая квалификационная категория

Славгород, 2023г.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Ритмика» разработана в соответствии с Программой для 1 – 4 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой, автор А.А. Айдарбекова., допущенной Министерством образования РФ. Издательство М.: «Просвещение», 2013 г.

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

### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В результате реализации программы внеурочной деятельности обеспечивается достижение обучающимися с умственной отсталостью:

#### **Предметных результатов:**

##### Минимальный уровень:

- уметь 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;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

##### Достаточный уровень:

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

##### **Достижение личностных результатов:**

- ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие двигательной активности;
- формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;
- осознавать роль танца в жизни;
- понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире

- развитие танцевальных навыков,
- развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
- расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
- освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
- способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, оценивать достигнутые результаты.

### **Достижение базовых учебных действий:**

#### - познавательных учебных действий:

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

#### - регулятивных учебных действий:

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

#### - коммуникативных учебных действий:

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

<b>№ п.п.</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Ожидаемый результат</b>
<b>1</b>	Упражнения на ориентировку в пространстве.	<b>1 уровень</b> - знать и понимать направления движения, знать особенности перестроений в разные фигуры; <b>2 уровень</b> - соблюдать правильную дистанцию в колонне по три, в концентрических кругах; рассчитывать на первый, второй, третий для построения в колонну; <b>3 уровень</b> - ориентироваться в пространстве зала и любого другого помещения;
<b>2</b>	Ритмико-гимнастические упражнения.	<b>1 уровень</b> – знать особенности выполнения упражнений для основных групп мышц; <b>2 уровень</b> – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; <b>3 уровень</b> – самостоятельно выполнять требуемые упражнения;

		выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	<b>1 уровень</b> – знать понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения; <b>2 уровень</b> – ощущать смену частей музыкального произведения; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; <b>3 уровень</b> – уметь четко и быстро скоординировать свои движения под любую, даже не знакомую музыку;
4	Игры под музыку.	<b>1 уровень</b> – знать и повторять текст считалок и танцевальных игр; <b>2 уровень</b> – повторять ритм, заданный учителем, задавать ритм самим; <b>3 уровень</b> – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые движения;
5	Танцевальные упражнения.	<b>1 уровень</b> – знать названия танцевальных элементов и комбинаций; <b>2 уровень</b> – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.; <b>3 уровень</b> – приобретение опыта публичного выступления;

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

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

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

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

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

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.

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

## Содержание программы

### Содержание программы:

#### 1. Упражнения на ориентирование в пространстве

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

#### 2. Ритмико-гимнастические упражнения

##### *Общеразвивающие упражнения*

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

##### *Упражнения на координацию движений*

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

##### *Упражнения на расслабление мышц*

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

**3. Координация движений, регулируемых музыкой** Упражнение с барабанными палочками. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

#### 4. Игры под музыку

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

#### 5. Танцевальные упражнения

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

Календарно - тематическое планирование

№ ур ка	Тема	К-во час	Дата план	Дата факт	Деятельность учащихся	Коррекционная работа	Ожидаемый результат
<b>I четверть</b>							
<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>							
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом.	1			Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Знать исходное положение, построение в шеренгу	Развитие пространственной ориентации	Занимать исходное положение для каждого упражнения. Уметь построиться в шеренгу.
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы.	1			Чередовать ходьбу с приседанием	Развитие быстроты и точности реакции.	Уметь быстро переключаться с одного вида деятельности на другой.
3	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три.	1			Ходить на носочках, пятках. Рассчитываться на 1, 2, 3. Знать положение рук при выполнении этих упражнений	Развитие пространственной организации собственных движений.	Уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в колонны по три, шеренги.
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>							
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	1			Наклоны, повороты, круговые движения головы	Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений.	Знать и отличать понятия «наклон», «поворот». Уметь выполнять движения в заданных направлениях разными частями тела.
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях	1			Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища. Знать, определять тип музыки	Коррекция переключаемости движений.	
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>							

6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1			Взмах ногой в разные стороны с одновременным движением рук. Знать, как соединяются ладошки при хлопке.	Коррекция согласованности движений.	Координировать движения рук и ног. Уметь выполнять одноименные и разноименные движения руками и ногами. Уметь сочетать движения с хлопками.
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Круговые движения ног и рук.	1			Круговые движения ног в сочетании с круговым движением рук (правой, левой)	Развитие точности, координации движений.	
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>							
8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча. РК	1			Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус, стоя на полупальцах. Знать положение головы	Преодоление мышечных зажимов.	Уметь быстро расслабить мышцы и сбросить напряжение в теле.
<b>II четверть</b>							
<b>Игры под музыку</b>							
9	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения	1			Передавать в движениях частей музыкального произведения	Развитие выразительности движений.	Уметь слушать и слышать музыку, реагировать на изменения в музыке.
10	Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке	1			Передать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта	Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания	
<b>Танцевальные упражнения</b>							

11	Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца РК	1			Элементы танца по программе, выполнять чётко, красиво. Знать положение рук при выполнении движений	Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений.	Знать что такое «хоровод», уметь согласовывать движение с речевым сопровождением.
12	Танцевальные упражнения. Шаг на носках	1			Шаг на носках (простой), шаг на носках на счёт три, четыре – опуститься. Шаг польки	Преодоление двигательных зажимов.	Знать особенности выполнения шага на носках, уметь вступить на разный счёт.
13	Танцевальные упражнения. Шаг польки.	1			Высокие подскоки, боковой галоп	Развитие быстроты и точности реакции.	Научиться исполнять шаг польки с высоким и длинным подскоком.
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>							
14	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга	1			Перестроиться из одного круга в два, три	Развитие оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение.	Знать особенности перестроений из линии и колонны в круги. Уметь работать коллективно и слаженно.
15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги	1			Перестроиться в концентрические круги	Развитие умения выполнять совместные действия.	
<b>III четверть</b>							
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>							
16	Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.	1			Сгибать, разгибать, встряхивать, поворачивать руки в разных направлениях. Сжимать, разжимать пальцы в кулак	Коррекция мелкой моторики, подвижности пальцев рук.	Научиться игре на барабане, уметь управляться с барабанными палочками. Повторять ритм, заданный учителем.
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>							

17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами	1			Выполнение движений с лентами, обход их при ходьбе, передаче предметов.	Коррекция двигательных навыков, ловкости, точности.	Научиться манипулировать предметом при выполнении перестроений.
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>							
18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание	1			Приседать, подниматься на носки (движения делать отдельно и слитно) Круговые движения ног (ступни) Выставлять ногу в разных направлениях.	Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения).	Уметь держать осанку и корпус во время движения. Уметь подняться высоко на носочки и низко присесть, при этом соблюдая постановку корпуса.
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1			Упражнения на выработку осанки Перелезание через сцепленные руки, через палку.	Выработка правильной осанки, чувства равновесия.	
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>							
20	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами	1			Выполнять упражнения на координацию движений с предметами	Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений.	Повторять любой ритм, заданный учителем; Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.	1			Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами)	Формирование чувства ритма, восприятия ритмического рисунка. Развитие всех видов памяти.	
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>							

22	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела	1			Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую, из стороны в сторону	Коррекция восприятия своего тела и отдельных его частей.	Уметь ощущать вес собственного тела, переносить тяжесть тела с ноги на ногу.
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>							
23	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах	1			Исполнять гаммы в пределах одной октавы обеими руками (отдельно).	Коррекция слухового восприятия, мелкой моторики руки.	Знать что такое «гамма», научиться исполнять ее на музыкальном инструменте.
24	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. РК	1			Составить простой ритмический рисунок повторять любой ритм, заданный учителем.	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	Исполнять ритмы различных мелодий на барабане или бубне.
<b>Игры под музыку</b>							
25	Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений	1			Прохлопывать несложный ритмический рисунок	Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания.	Уметь скоординировать свои движения в соответствии с характером и темпом музыки.
26	Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца	1			Пружинные движения, плавные, спокойные. Самостоятельно ускорять, замедлять темп упражнений	Развитие произвольности при выполнении движений и действий.	Знать понятия «ширина», «высота». Уметь использовать эти понятия в игре.
<b>IV четверть</b>							
<b>Игры под музыку</b>							
27	Игры под музыку. Передача игровых образов.	1			Передавать образ при инсценировке песни	Развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств.	Передавать в игровых и плясовых движениях различные образы.

28	Игры под музыку. Смена ролей в импровизации.	1			Передавать в движении развернутый сюжет	Формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов.	Уметь импровизировать, исполнять разнохарактерные роли.
29	Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами	1			Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их.	Развитие воображения, коррекция психических процессов.	Развить способность воображать предмет и манипулировать воображаемым предметом.
30	Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением РК	1				Согласование движений с пением.	Уметь согласовывать речь с движением и игрой.
	<b>Танцевальные упражнения</b>						
31	Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп	1			Двигаться парами по кругу лицом, боком	Развитие умения выполнять совместные действия.	Уметь выполнять одно и то же движение в паре, одинаково и синхронно.
32	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1			Двигаться парами по кругу лицом, боком	Коррекция коммуникативных навыков.	Двигаться по кругу, соблюдая дистанцию и одновременно выполнять танцевальные движения.
33	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски	1			Элементы русской пляски на месте, с передвижениями	Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений.	Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка.
34	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев	1			Выполнять основные движения народных танцев	Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу.	



### Контроль выполнения программы

Объекты контроля			
Запланировано занятий		Запланировано тем	
1 четверть		1 четверть	
2 четверть		2 четверть	
3 четверть		3 четверть	
4 четверть		4 четверть	
год		год	
Проведено занятий		Выдано тем	
1 четверть		1 четверть	
2 четверть		2 четверть	
3 четверть		3 четверть	
4 четверть		4 четверть	
год		год	
<b>*Причина невыполнения</b>			

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

### Программно-методические материалы:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой. Подготовительный класс, 1 – 4 класс (автор – А.А. Айдарбекова). - М., «Просвещение», 2009 г.

### Материально-техническое обеспечение:

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

### Методическая литература:

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

### Дополнительная литература для учителя и учащихся:

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

### Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>

- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
- 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>

## **Приложения**

### **РИТМИЧЕСКИЕ ИГРЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ НА УРОКАХ**

#### **Бабочки**

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

Все играющие имитируют бабочек: легко и красиво двигаются под музыку.

Водящий наблюдает. Музыка прекращается, и все превращаются в застывшие красивые фигуры. Водящий выбирает лучшую «бабочку», которая становится ведущей в следующей игре.

#### **Мультияшки**

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

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

#### **Будь внимателен!**

**Цель:** развитие ловкости, внимания.

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

#### **После дождя**

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

Под звучание музыки различных жанров, играющие должны изобразить:

-идёт дождь (руками)

-прохожие идут по лужам (можно с зонтиками)

-солнышко засияло

-всем весело

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

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

#### **Передай платочек**

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

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

### **Приглашение**

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

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

## **ПЛАСТИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ**

### **Кактус и ива**

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

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

### **Мокрые котята**

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

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

### **В царстве золотой рыбки**

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

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

### **Снегурочка**

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

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

### **Вальс бабочек**

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

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

### **Пальма**

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

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

«Завяли листочки»; уронили кисти рук.

«Ветви»; уронили руки от локтя.

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