

Областное государственное казенное общеобразовательное учреждение

«Ивановская коррекционная школа-интернат №2»

153027, Иваново, ул. Маршала Жаворонкова, 3 тел./факс (4932) 33-23-68 e-mail:

iv.shkola4vida@mail.ru ИНН/КПП 3702315222/370201001

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
протокол № 1
от 30 августа 2021 г.



Утверждаю
Директор ОГКОУ
«Ивановская школа-интернат №2»
Смирнова Т.В.
приказ № 87 от «30» августа 2021г.

**Рабочая программа коррекционного
курса
«Ритмика»
1-4 класс**

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Стр.

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика учебного предмета, курса
3. Описание места учебного предмета, курса в
4. Описание ценностных ориентиров содержания
5. Требования к уровню подготовки учащихся
6. Содержание тем учебного курса
7. Тематическое планирование, в том числе, с учетом рабочей программы образования
8. Материально-технического обеспечение образовательного процесса
9. Приложения к программам
 - 9.1 Календарно-тематическое планирование
 - 9.2. Оценочные средства

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по ритмике разработана на основе:

- Конституции РФ (ст. 43, 44);
- Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации», № 273-ФЗ от 29.12.12;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования и науки РФ № 1598 от 19 декабря 2014 года «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья». Зарегистрирован в Минюсте № 35847 от 03. 02. 2015);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормы;
- Устава ОГКОУ «Ивановская коррекционная школа-интернат № 2»;
- Методические рекомендации Е.П. Ермакова «Примерное содержание коррекционных занятий в специальной общеобразовательной школе для слабовидящих детей», Москва, 1988г.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Занятия способствуют повышению работоспособности, укреплению здоровья, коррекции двигательных нарушений и недостатков физического развития, формированию умения дифференцировать движения и подчинять по степени мышечных усилий, во времени и в пространстве, управлять темпом движения и подчинять свои движения музыке, придавая движениям целесообразность, стройность, выразительность и уверенность.

Занятия ритмикой благодаря разнообразному и систематическому музыкальному сопровождению развивают музыкальный слух, точность движений, эстетические чувства. Это расширяет возможности слепых и слабовидящих учащихся, позволяет им участвовать в художественной самодеятельности, на вечерах отдыха. У учащихся создаются благоприятные условия для общения, воспитывается чувство коллективизма, взаимопомощь, дисциплинированность, трудолюбие и другие качества.

2. Общая характеристика учебного предмета, курса.

Ребенок с нарушением зрения более чем зрячий зависит от выбора, удержание в памяти и использования слуховой информации. Ограниченный опыт физических действий, отставание в развитии психических функций, плохо развитая общая моторика, несформированность эмоциональной и двигательной выразительности делают важным включение уроков ритмики в систему коррекционной работы с детьми, имеющими нарушение зрения. Как известно, слабовидящий ребенок страдает многими сопутствующими отклонениями: он зажат (или излишне расторможен), у него неадекватная самооценка и, как следствие проблемы в общении.

Помимо глазных диагнозов, таких как «миопия высокой степени», «амблиопия высокой степени», «глаукома», «катаракта», «дистрофия сетчатки», «отслойка сетчатки» имеются сопутствующие заболевания: ДЦП, гидроцефалия, ЗПР, ММД, эпилепсия, тугоухость. У таких детей возникают трудности при выполнении некоторых упражнений, для преодоления которых требуется больше времени, чем для обучающихся основной группы.

Цель программы по ритмике для слабовидящих обучающихся - создание условий для формирования творчески развитой личности, готовой саморазвиваться и самосовершенствоваться.

Задачи программы по ритмике для слабовидящих обучающихся:

- ✓ Развитие чувства ритма, связи движений с музыкой.
- ✓ Преодоление трудностей развития движений.
- ✓ Формирование ритмичности и пластичности движений, умений управлять темпом движений.
- ✓ Развитие выразительности движений и самовыражения.
- ✓ Развитие двигательной активности, координации движений для уверенного владения своим телом.
- ✓ Знание специальных ритмических упражнений и умение их выполнять.
- ✓ Развитие потребности в выполнении движений под музыку.
- ✓ Развитие ориентировочной, регулирующей и контролирующей роли зрения при выполнении различных видов ритмических упражнений.

Главные принципы программы по ритмике для слабовидящих обучающихся:

-непрерывность и систематичность школьного и внешкольного образования и воспитания;

-гуманизм в межличностных отношениях;

-научность и интеграция;

-индивидуализация и дифференциация процесса образования и воспитания учащихся с ослабленным зрением.

В процессе занятий ритмикой эффективно развивается координация движений, быстрота, сила, выносливость, подвижность в суставах, темп движений и подчинение своих движений музыке, которые придают целесообразность, стройность и уверенность. Танцевальная направленность упражнений способствует развитию выразительности, пластичности и ритмичности движений.

Занятия ритмикой оказывают на детей и немалое воспитательное воздействие. То, что упражнения выполняются всем коллективом и часто при необходимости требуют четкого взаимодействия всех участников, это сплачивает ребят, повышает дисциплину, со временем появляется чувства ответственности, товарищества.

Кроме того, у слабовидящих детей развиваются память и внимание, вырабатывается активное торможение (учащиеся постепенно приучаются делать четкие остановки с окончанием музыки, точно переходить с одного движения на другое: с шага на бег или поскоки и т. д.).

Постепенно появляются уверенность, находчивость, воспитываются активность, инициатива. В тесной связи со всей учебно-воспитательной работой школы занятия по ритмике направлены на воспитание организованной, творческой, гармонически развитой личности слабовидящего ребенка.

Так как все занятия по ритмике проводятся под музыку, преподаватель с особой ответственностью подходит к подбору музыкальных произведений. Не всякая пьеса используется в работе по движению, а лишь та, которая представляет собой художественную ценность, имеет ясную форму, выразительна и доступна для детского восприятия.

В ритмические занятия включаются движения:

-из области физкультуры (основные движения, гимнастические упражнения, упражнения с предметами, построения и перестроения);

-из области танца (элементы народного, бального, современного танцев);

-используются сюжетно-образные движения (изображаются движения животных, птиц, действия людей и т. д.).

В процессе ритмических занятий все эти движения постепенно совершенствуются, становятся более свободными, ритмичными, координированными, выразительными, пластичными. Участие в ритмических и гимнастических упражнениях, в играх и танцах способствует правильному

физическому развитию детей, имеет оздоровительное значение. Выбор гимнастических упражнений и регулирование физической нагрузки согласовываются со школьным медицинским кабинетом.

К основным видам, используемым на занятиях по ритмике, относятся ритмическая ходьба, бег, прыжки с различными движениями рук, проговариванием речевок, стихотворений, бег в различном темпе, общеразвивающие упражнения, выполняемые под счет учителя; упражнения с предметами и без предметов; танцы; музыкально-ритмические и подвижные игры.

Основными средствами ритмики являются движения (танцевальные и ритмические упражнения, элементы художественной гимнастики с предметами и без предметов, различные музыкально-ритмические и речевые игры, упражнения в ползании и лазании, ритмические эстафеты) и музыка. На занятиях ритмикой используется широкое применение речевых упражнений и игр, которые способствуют развитию речи, выработке хорошей дикции, улучшению слуховой и двигательной памяти. Движение как реакция на прослушанное, как творческое отображение музыки в действии свойственно всем детям любого возраста. В несложных, веселых и подвижных танцах и играх ребенок получает радость от самого процесса движения под музыку, оттого, что у него все получается, от возможности выразить, проявить себя. Занимаясь ритмикой, слабовидящие дети активно участвуют в передаче характера музыки, ее темпа, динамики, ритма, формы. Они подвижны, эмоциональны, восприимчивы к музыке, и многие понятия по музыкальной грамоте ими легче усваиваются через движение.

Успешно осуществляется коррекция и компенсация нарушенных функций слабовидящих детей. Использование классических и народных элементов у станка (опоры) и на середине зала развивают мускулатуру и выворотность ног, шаг, приседания, координацию движений, постановку корпуса, ног, рук и головы.

Элементы фитнеса и аэробики повышают психический и эмоциональный тонус, с помощью этих упражнений приобретается стройность и пластичность движений, улучшается самочувствие и настроение.

Упражнения на дыхание, расслабление и растягивание мышц благоприятно воздействуют на развитие физических качеств, способствуют быстрому восстановлению организма и подготовке его к дальнейшей деятельности.

С самых первых занятий ритмикой важно приучать детей слушать музыку, начинать и заканчивать движение в соответствии с началом и концом

звучания аккомпанемента. Тем самым мы тренируем слуховое внимание, волю ребенка, произвольность движений.

Используются различные методические приемы — это и словесные указания, привлечение внимания к звучанию музыки, характеру вступления и заключения, зрительные сигналы и т.д.

Основные методические приемы:

- ✓ объяснение педагога,
- ✓ показ примера,
- ✓ поощрение детей,
- ✓ подчеркивание в них чувства собственного достоинства,
- ✓ многократное закрепление этих правил на занятиях, в играх.

Основной формой программы по ритмике для слабовидящих является занятие с группой учащихся. Групповая форма позволяет педагогу внимательней наблюдать за качественным преобразованием двигательной активности учащегося, создать непринужденную атмосферу поисковых действий, помочь каждому учащемуся развивать его собственные импульсы пластических ощущений.

На основе закономерностей процесса обучения строится общедидактическая (основная) структура урока.

Она состоит из трех этапов:

- актуализация уже полученных знаний и освоенных способов действия,
- формирование новых знаний и способов действий,
- применение усвоенного материала.

Каждый из этих основных этапов может быть разукрупнен на более мелкие этапы. Например, структуру занятия могут составлять следующие этапы:

- 1) организация начала занятия,
- 2) актуализация опорных знаний, способов действий,
- 3) подготовка к основному этапу занятия,
- 4) усвоение новых знаний и способов действий,
- 5) первичная проверка понимания,
- 6) закрепление знаний и способов действий,
- 7) обобщение и систематизация знаний, 8) контроль и самопроверка знаний,
- 9) подведение итогов занятия.

Методы проведения занятия:

- фронтальный (одновременное выполнение);
- групповой (деление на группы);
- индивидуальный (каждый учащийся получает свое задание и выполняет его самостоятельно);
- дозированный (с учетом индивидуальных возможностей учащихся).

Основные принципы, используемые на занятиях:

- систематичность
- постепенность в развитии эмоциональных способностей детей
- строгая последовательность при развитии эмоционального состояния
- целенаправленность
- формирование музыкальной активности.

Большую роль в процессе овладения учащимися элементами хореографии играют методы обучения.

От их совершенства зависит развитие личности, качество усвоения, специальных знаний и овладение навыками танцевального искусства (теоретические, наглядные, практические).

Программа по ритмике 1-4 класс включает следующие разделы:

1. Ритмика.
2. Специальные ритмические упражнения.
3. Упражнения на связь движений с музыкой.
4. Упражнения ритмической гимнастики.
5. Подготовительные упражнения к танцам.
6. Элементы танцев.
7. Танцы.
8. Музыкально-ритмические игры и занятия.

3. Описание места учебного предмета, курса в учебном плане.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья коррекционный курс «Ритмика» для обучающихся 14 классов рассчитан на 1 занятие в неделю по 0,5 часа, 34 занятия в год.

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета.

Отличительная особенность программы по ритмике для слабовидящих обучающихся — это акцентирование внимания педагога не столько на внешней стороне обучения детей музыкально-ритмическим движениям (то есть формировании двигательных умений), сколько на анализе тех внутренних процессов, которые являются регулирующей основой движения под музыку. Это прежде всего сенсорные, мыслительные, эмоциональные процессы, а также их подвижность. Движение является как бы видимым айсбергом глубинных психических процессов, и по двигательной реакции под музыку можно с достаточной степенью достоверности провести диагностику как музыкального, так и психомоторного развития ребенка.

Основная направленность программы по ритмике - научить компенсировать двигательный и эмоциональный дефицит, научить владеть своим телом, воспитание художественного вкуса, познание танцевальной культуры, формирование навыков творческой деятельности, физическое совершенство личности средствами искусства танца.

Занятия ритмикой помогают улучшить отношения в коллективе, разнообразить общение детей, скомпенсировать самооценку, учить лучше понимать друг друга и себя. Удовольствие и радость положительно складываются на развитие всех психических функций, что повышает учебный потенциал, способствует росту каждого ученика.

Музыкально-ритмическая деятельность развивает умение отметить начало и конец в движении мелодии, слышать ритмический рисунок мелодии, осознавать средства музыкальной выразительности. Танцевальные упражнения не требуют специальных снарядов, длительной подготовки, определенной площадки, они прививают слабовидящим учащимся культуру движений: правильную постановку рук, ног, туловища, умение сочетать движения в различных плоскостях, с различной амплитудой, определять точность положения частей тела, координационную способность.

Музыкально-ритмическая деятельность включает в себя различные задания, упражнения, игровое творчество и является составной частью подготовительного обучения в области классической, народной и современной хореографии, художественной гимнастики и аэробики. В музыкальных играх дети также создают определенный образ и передают в движении разнообразные чувства.

Приобретая опыт пластической интерпретации музыки, ребенок овладевает не только разнообразными двигательными навыками и умениями, но также и опытом творческого осмысления музыки, ее эмоционально-телесного выражения. Именно этот опыт и умения помогут ребенку в дальнейшем успешно осваивать и другие виды художественно-творческих и спортивных

видов деятельности: это может быть последующее обучение хореографии, гимнастики, а также занятия в музыкальных школах, секциях, театральных студиях.

Ценность искусства танца - как способ познания красоты, гармонии, духовного мира человека, нравственного выбора, смысла жизни, эстетического развития человека.

5. Требования к уровню подготовки учащихся.

Слабовидящий выпускники начальной школы осознают значимость ритмичных движений в жизнедеятельности человека и для своего дальнейшего развития. У учащихся будет формироваться потребность в ритмичных, красивых, пластичных движениях и умение выполнять упражнения для их развития, повышаться двигательная активность.

Слабовидящие обучающиеся получают возможность освоить разнообразные виды ритмических движений, упражнений, игр, упражнений полезных для глаз и важных для развития зрительного восприятия. У них разовьётся чувство ритма, музыкально-ритмическая память, будут совершенствоваться двигательные умения и навыки, укрепится здоровье, повысится работоспособность, в т.ч. зрительная. Младшим слабовидящим школьникам будет доступно освоить двигательное самовыражение в соответствии с характером музыкального сопровождения движений в танцах и играх, речевое самовыражение в соответствии с ритмом песни, стихотворений, речевых игр. У учащихся разовьётся позитивное самоощущение, что связано с состоянием раскрепощенности, уверенности в себе, ощущением собственного эмоционального благополучия, своей значимости в коллективе, сформированной положительной самооценки.

Слабовидящие обучающиеся научатся владеть своим телом, координируя простые и сложные движения, согласовывать свои движения с музыкой, дифференцировать движения по степени мышечных усилий, во времени и пространстве, управлять темпом движений и подчинять свои движения музыке, согласовывать свои действия с действиями других, выполнять тонкокоординированные движения, регулировать двигательный компонент речи, освоят навыки зрительно-моторной координации.

Слабовидящие выпускники овладеют опытом саморегуляции движений, их зрительным контролем в процессе выполнения ритмических движений и упражнений. У них повысится двигательные функции и качества,

представления о пространстве, навыки пространственной ориентировки, коммуникации, зрительные и речевые возможности.

1. Ритмика (теоретические сведения).

Слабовидящий выпускник научится:

- осознавать ритмическую деятельность и её роль в жизни человека, понимать её значение для собственного развития;
- дифференцировать виды ритмической деятельности и некоторые формы музыкально-ритмической деятельности;
- называть виды ритмической деятельности, формы музыкально-ритмической деятельности, рассказывать о содержании движений;
- узнавать на дидактическом материале и точно обозначать части тела; описывать их двигательных возможностей;
- знать и понимать связь движения с заданным ритмом, характером музыки, связь техники речи с характером движения; – расширять свой кругозор в сфере двигательной деятельности;
- понимать роль занятий ритмической деятельностью для укрепления и повышения зрения, развития зрительных умений.
- понимать доступность и ограничения в движениях, упражнениях в соответствии с фактором риска для зрения.

2. Специальные ритмические упражнения.

Слабовидящий выпускник научится:

- действительно и результативно реагировать на сигнальные слова «движение», «темп», «ритм»;
- выполнять и регулировать движения тела и его частей в соответствии с освоенным видом ритмического упражнения;
- согласовывать темп движения с проговариванием;
- организовывать движения глаз в соответствии с движениями рук, в соответствии с заданным темпом.

3. Упражнения на связь движений с музыкой.

Слабовидящий выпускник научится:

- выполнять и регулировать движения тела и его частей в соответствии с освоенным видом упражнений;

- согласовывать характер, темп, направление движения в соответствии с видом упражнений на связь движений с музыкой;
- слышать и понимать характер, ритм музыки, песни для организации и регуляции динамичности, устремлённости, ритмичности движений;
- передавать движением звучания музыки;
- осваивать новые виды ходьбы и бега; – свободной, произвольной смене направления движения.

4. Упражнения ритмической гимнастики.

Слабовидящий выпускник научится:

- осваивать содержание, амплитуду движения ритмической гимнастики в соответствии с видом упражнения;
- выполнять и регулировать ритмические гимнастические движения без предмета; с предметом в соответствии с его характером; – правильно захватывать предмет для выполнения определённого упражнения;
- дифференцировать движения кисти, пальцев для захвата и удерживания предмета;
- зрительному прослеживанию за перемещением предмета;
- расширять свои знания о предметном мире, понимать возможности предметов окружения для выполнения с ними упражнений; – стремиться и побуждать себя к выразительности и красоте движения;
- обогащать представления о собственных личностных, в т.ч. двигательных и зрительных возможностях.

5. Подготовительные упражнения к танцам.

Слабовидящий выпускник научится:

- сознательно относиться к своим движениям, анализировать свой двигательный опыт;
- называть точным словом и дифференцировать части ног, анализировать схему тела;
- регулировать движения ступни ног; дифференцировать их по степени мышечных усилий;

-
- принимать положение полуприседа;
- необходимым двигательным навыкам, применяемым при обучении танцам;
- принимать правильную осанку и осознано её поддерживать; – расширять двигательные умения и навыки; согласованным движениям с другими в выполнении подготовительных упражнений к танцам.

6. Элементы танцев.

Слабовидящий выпускник научится:

- сознательно относиться к своим движениям;
- точности движения;
- дифференцировать виды танцевальных движений, обозначать их точным словом;
- необходимым двигательным навыкам как элементам танцев;
- согласованным танцевальным движениям с партнёрами.

7. Танцы.

Слабовидящий выпускник научится:

- умению осваивать базовые позиции и движения изучаемого танца; – сознательно относиться к своим движениям, положениям тела, позам;
- умению анализировать и синтезировать элементы танца, детально осваивать их и целостно воспроизводить;
- воспроизводить танцевальные движения в общем ритме и темпе с партнёрами;
- произвольно использовать представления о пространстве и умения ориентироваться в нем;
- формировать навыки самостоятельного выражения движений под музыку;
- технике и культуре движений танца;
- следить за осанкой, развивать гибкость, пластичность, координацию движений;

-
- уметь слушать и анализировать танцевальную музыку, двигаться под музыку;
- дифференцировать танцы и танцевальные движения;
- навыкам организованных коллективных движений и действий;
- динамической стороне общения: легкости вступления в контакт, инициативности, готовности к общению.

8. Музыкально-ритмические игры и занятия. Слабовидящий выпускник научится:

- осваивать имитационные и образно-игровые движения;
- дифференцировать музыкально-ритмические игры и в соответствии с её видом организовывать свои движения, проявлять двигательную активность;
- принимать участие в организации музыкально-ритмических игр;
- понимать и передавать невербальное сообщение партнёру в коммуникативном танце;
- регулировать силу, высоту голоса, интонации звучащей в речевых играх речи;
- произвольному двигательному, голосовому, мимическому, пантомимическому самовыражению в играх.
- воображать игровые ситуации.

6. Содержание тем учебного курса.

I. Ритмика.

Занятия ритмикой в жизни человека. Тело человека и его двигательные возможности. Ритмические упражнения в жизнедеятельности, в том числе в учебной деятельности. Музыка и движение. Красота движения и музыкально-ритмическая деятельность. Упражнения в музыкально-ритмической деятельности. Танцевальные движения и танцы. Движение и речь. Ритмика и зрение.

II. Специальные ритмические упражнения.

Движения. Ритмичная ходьба с акцентами на определенный счет, с хлопками, упражнениями с движениями рук и туловища, проговариванием

стихов, пословиц и др. без музыкального сопровождения. Ритмичные движения на счет (четный, нечетный) с паузой. Ритмичные хлопки в ладоши. Ходьба и бег в различном темпе. Ритмичное изменение положения рук. Ритмические тонко координированные движения рук. Упражнения для глаз, их движений.

III. Упражнения на связь движений с музыкой.

Движение. Характер движения. Движения под пение. Движение под музыку. Движение в соответствии с частью музыкального произведения. Ходьба, бег с движениями рук на акцент в музыке. Ходьба, бег с выполнением выпадов, поворотов, остановок на акцент в музыке. Ходьба, бег в соответствии с характером и ритмом музыки. Передача движением звучания музыки. Смена направления движения с началом музыкальной фразы. Динамичность, ритмичность, устремленность движений. Упражнения для глаз, их движений.

IV. Упражнения ритмической гимнастики.

Содержание и амплитуда движения. Общеразвивающие и специальные упражнения. Упражнения с предметами и без предметов. Упражнения для глаз, их движений. Упражнения на зрительно-моторную координацию. Упражнения на зрительную пространственную ориентировку.

V. Подготовительные упражнения к танцам.

Упражнения для ступни ног. Вставание на полупальцы. Выставление ноги на носок. Полуприседание. Выставление ноги на пятку, носок.

VI. Элементы танцев.

Точность движения. Выставление ноги на пятку и носок. Шаг с притопом на месте. Выставление ноги на пятку с полуприседом. Хороводный шаг. Тройной шаг. Шаг польки. Музыкально-двигательный образ.

VII. Танцы.

Красота движения. Танец. Хоровод. Хлопки. Красивые, изящные движения. Виды танцев. Весёлые, грустные мелодии. Народные мелодии.

VIII. Музыкально-ритмические игры и занятия.

–
 Подвижные игры. Музыкально-ритмические игры.
 Музыкально-ритмические упражнения и игры по ориентировке в пространстве. Коммуникативные танцы - игры. Корректирующие игры. Речевые игры. Ритм декламация.

7. Тематическое планирование, в том числе, с учетом рабочей программы воспитания

№	Раздел, тема	Кол-во занятий				
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	5 класс
1.	Ритмика.	1	2	2	2	2
2.	Специальные ритмические упражнения.	5	4	4	4	4
3.	Упражнения на связь движений с музыкой.	4	4	4	4	4
4.	Упражнения ритмической гимнастики.	6	7	7	7	7
5.	Подготовительные упражнения к танцам.	3	3	3	3	3
6.	Элементы танцев.	4	4	4	4	4
7.	Танцы.	6	6	6	6	6
8.	Музыкально-ритмические игры и занятия.	4	4	4	4	4

8. Материально-технического обеспечение образовательного процесса

- зал для занятий ритмикой;
- магнитофон;
- ноутбук;
- акустическая система;
- телевизор;
- зеркала;
- на полу разметка 8см, в виде полосок по периметру зала и кружочков в шахматном порядке на середине зала;
- на стенах и окнах – зрительные ориентиры;
- **спортивное оборудование:** станок (опора);
- шведская стенка;

-
- гимнастические комплексы «Аист», «Гимнастика» (наклонные и воздушные лестницы, канат, кольца);
 - две гимнастические скамейки.
 - **спортивный инвентарь:** мячи, скакалки, обручи (большие и малые), гимнастические палки; фитболы, гантели (1 кг), коврики, кегли, мат;
 - разноцветные кегли; резиновые коврики;
 - озвученные мячи.

предметы: платочки, погремушки, ленты, флажки.

Методическое обеспечение курса

- 1.Ерохина О.В. Школа танцев для детей / Серия «Мир вашего ребенка» Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 224 с.
- 2.Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры: Метод. пособие / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов. – М.: Дрофа, 2003. – 96 с.: ил.
- 3.Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Лечебно-профилактический танец. «ФИТНЕС-ДАНС». Учебное пособие – СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2007. – 384 с.: ил.
- 4.Шипилина И.А. Аэробика / Серия «Только для женщин». – Ростов н/Д: «Феникс», 2004. – 224 с.
- 5.Телегин А.А. экспериментальная программа и методические рекомендации по предмету «Ритмика и танец». – ПО «СамВен» 1992г.
- 6.Власенко Г.Я. «Танцы народов Поволжья». – Издательство «Самарский университет» 1992г.
- 7.Мирный В.И. «Хореографическая композиция». – Федеральное государственное учреждение высшего профессионального образования «Самарская Государственная академия культуры и искусств» 2003г.
- 8.Климов А.А. Основы русского народного танца – Москва 1994