

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №11 им. В.И. Смирнова г. Томска**

**Утверждено**  
приказом директора MAOY COШ №11  
им. В.И. Смирнова г. Томска  
№ 217 от «01» 09 2020 г.



**Рабочая программа**

коррекционно-развивающего курса «Ритмика»

для обучающихся

с задержкой психического развития. Вариант 7.2

для 1-4 классов

Составитель: Стрюк Е.А,  
учитель физической культуры

г. Томск 2020

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционно-развивающего курса «Ритмика» предназначена для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) 1-4 классов МАОУ СОШ №11 им. В.И. Смирнова.

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Приказ МОиН РФ от 6.10. 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО» (зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г., рег. № 15785), в ред. изменений.
- ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ от 19.12.2014г. № 1598;
- ПАООП НОО обучающихся с задержкой психического развития.
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России или (и) - Стратегия развития воспитания в РФ от 29.05.2015г.;
- АООП НОО для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) МАОУ СОШ № 11 им. В.И. Смирнова г. Томска
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 № 38528);

Категория обучающихся, на которых ориентирована программа (дети с задержкой психического развития) - это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий.

Категория детей с ЗПР – наиболее многочисленная группа среди детей с ОВЗ, характеризующаяся крайней неоднородностью состава, которая обусловлена значительным разнообразием этиологических факторов, порождающих данный вид психического дизонтогенеза, что обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений.

Общими для всех детей с ЗПР являются трудности произвольной саморегуляции, замедленный темп и неравномерное качество становления высших психических функций, мотивационных и когнитивных составляющих познавательной деятельности.

Для значительной части детей и подростков с ЗПР типичен дефицит коммуникативных способностей, нередко сопряженный с проблемами эмоциональной регуляции, что в совокупности затрудняет их продуктивное взаимодействие с окружающими.

Вариант 7.2 характеризуется усилением внимания к формированию у обучающихся с ЗПР полноценных социальных (жизненных) компетенций; коррекции недостатков в психическом и (или) физическом развитии, оказанию помощи в освоении содержания образования

При организации обучения важно учитывать особенности познавательного развития, эмоционально-волевой и личностной сферы обучающихся с ЗПР, специфику усвоения ими учебного материала.

Для обучающихся с ЗПР (вариант 7.2) обязательной является организация специальных условий обучения и воспитания.

К **специальным педагогическим условиям** реализации данной программы относятся:

- учет психофизиологических особенностей обучающихся с ЗПР (замедленного темпа переработки информации, пониженного общего тонуса, склонности к аффективной дезорганизации деятельности, «органической» деконцентрации внимания и др.)
- применение специальных методов и приемов, средств обучения с учетом особенностей усвоения обучающимся с ЗПР системы знаний, умений, навыков, компетенций
- увеличение времени на выполнение заданий;
- возможность организации короткого перерыва при нарастании в поведении ребенка проявлений утомления, истощения;
- исключение негативных реакций со стороны педагога, недопустимость ситуаций, приводящих к эмоциональному травмированию ребенка.

**Цель** - развитие двигательной активности обучающегося с ЗПР в процессе восприятия музыки.

**Общие задачи коррекционного курса:**

- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- развитие выразительности движений и самовыражения;
- развитие мобильности;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер благодаря согласованному воздействию музыки и движения;
- развитие общей и речевой моторики;

- развитие ориентировки в пространстве;
- формирование навыков здорового образа жизни и укрепление здоровья.

### **Коррекционно-развивающие задачи:**

- Оказывать помощь в освоении образовательной программы.
- Развивать координацию движений.
- Корректировать отдельные стороны психической деятельности и личностной сферы.
- Формировать учебную мотивацию.
- Формировать адекватное учебное поведение.
- Гармонизировать психоэмоциональное состояние, формировать позитивное отношение к своему "Я", повышать уверенность в себе, развивать самостоятельность, формировать навыки самоконтроля.
- Развивать речевую деятельность, формировать коммуникативные навыки, расширять представления об окружающей действительности.
- Формировать жизненные компетенции
- Способствовать повышению социального статуса ребенка в коллективе.

Курс «Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области и является обязательным для освоения, удовлетворяя особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР. В рамках данного курса осуществляется развитие двигательной сферы, способствующее совершенствованию произвольной регуляции деятельности, эстетическому воспитанию, основанному на гармонизирующем воздействии музыки и танца, решению психокоррекционных задач и формированию здорового образа жизни.

**Преимственность и межпредметные связи:** Данный курс опирается на знания, полученные в рамках таких предметов как музыка, физическая культура.

## **2. Общая характеристика коррекционного курса**

Коррекционное значение занятий ритмикой заключается в первую очередь в формировании произвольной регуляции движений, а также системы произвольной регуляции в целом: дети соотносят двигательную активность с музыкой, они подчиняются сложным инструкциям, воспроизводя определенную последовательность движений. Улучшается также ориентировка в пространстве, в т.ч. ее базовый уровень – ориентировки в схеме тела. У обучающихся совершенствуются двигательные навыки, мышечное чувство, координация, улучшается осанка, повышается жизненный тонус.

Постепенно музыка и движение интегрируются с речевым сопровождением. Последнее развивает слуховую память, способствует четкой артикуляции звуков, выполняет психокоррекционную функцию. Отмечено, что занятия ритмикой положительно влияют на

состояние эмоциональной и познавательной сфер, а также развивают творческое воображение.

К основным направлениям работы в ходе реализации коррекционного курса «Ритмика» относят:

- восприятие музыки (определение на слух начала и окончания звучания музыки; различение и опознавание на слух громкой, тихой, негромкой музыки; быстрого, медленного, умеренного темпа);
- упражнения на ориентировку в пространстве (простейшие построения и перестроения);
  - ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
  - упражнения с детскими музыкальными инструментами (игра на элементарных музыкальных инструментах (погремушка, металлофон, бубен, ксилофон, барабан, румба, маракас, треугольник, тарелки и др.);
  - игры под музыку (музыкальные игры и игровые ситуации с музыкально - двигательными заданиями с элементами занимательности, соревнования);
  - танцевальные упражнения (выполнение под музыку элементов танца и несложных танцевальных композиций).

### **3. Описание места коррекционного курса в учебном плане:**

На реализацию данного коррекционного курса в учебном плане отведено 0,5 часа ( раз в две недели), всего 17 часов в год.

### **4. Описание ценностных ориентиров коррекционного курса**

При всей многогранности подходов к сбережению и укреплению здоровья школьников на первое место выходит фактор двигательной активности. И музыкально-ритмическое воспитание в этом смысле оказывается одним из стержневых видов деятельности, поскольку по своей природе является синтетическим, объединяющим музыку, движение и слово. Занятия движениями под музыку для детей имеют особое значение, потому что двигательные упражнения тренируют в первую очередь мозг, подвижность нервных процессов. Организация работы по музыкально-ритмическому воспитанию детей младшего школьного возраста многогранна и объёмна. **Основная направленность** программы оздоровительная, её содержание нацелено на укрепление здоровья личности, создание условий для самореализации. Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей. Занятия ритмикой положительно влияют на творческое воображение школьников, а также на формирование

произвольного внимания, развитие памяти.

## **5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения коррекционного курса**

### **Личностные результаты:**

- 1) осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 6) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 11) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 12) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- 13) владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;
- 14) способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

### **Метапредметные результаты:**

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 4) использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 5) овладение навыками смыслового чтения доступных по содержанию и объему художественных текстов и научно-популярных статей в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 6) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям на уровне, соответствующем индивидуальным возможностям;

- 7) 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;
- 8) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- 9) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- 10) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и других) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- 11) овладение некоторыми базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### **Предметные результаты:**

- развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, двигательной активности, координации движений, двигательных умений и навыков;
- формирование умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий; овладение специальными ритмическими упражнениями (ритмичная ходьба, упражнения с движениями рук и туловища, с проговариванием стихов и т.д.), упражнениями на связь движений с музыкой;
- развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития;
- овладение подготовительными упражнениями к танцам, овладение элементами танцев, танцами, способствующими развитию изящных движений, эстетического вкуса;
- развитие выразительности движений и самовыражения; развитие мобильности.

#### **У обучающегося будут сформированы:**

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

#### **Регулятивные универсальные учебные действия**

##### **Обучающийся научится:**

- принимать и сохранять учебную задачу;

·учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

·адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

### **Познавательные универсальные учебные действия**

#### Обучающийся научится:

·использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные) для

решения задач;

·осуществлять синтез как составление целого из частей;

·проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;

·устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;

·осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;

·устанавливать аналогии;

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

#### Обучающийся научится:

·адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить

монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой

коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;

·допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и

ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

·учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

·формулировать собственное мнение и позицию;

·договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

·строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;

·задавать вопросы;

- использовать речь для регуляции своего действия;

## **Чтение. Работа с текстом**

### **Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного**

#### Обучающийся научится:

- находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;
- определять тему и главную мысль текста;
- понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграммы;
- использовать различные виды чтения: ознакомительное, изучающее, поисковое, выбирать нужный вид чтения в соответствии с целью чтения;
- ориентироваться в соответствующих возрасту словарях и справочниках.

### **Работа с текстом: преобразование и интерпретация информации**

#### Обучающийся научится:

- составлять на основании текста небольшое монологическое высказывание, отвечая на поставленный вопрос.

### **Работа с текстом: оценка информации**

#### Обучающийся научится:

- оценивать содержание, языковые особенности и структуру текста; определять место и роль иллюстративного ряда в тексте.

### **Формирование ИКТ-компетентности обучающихся**

#### **Знакомство со средствами ИКТ, гигиена работы с компьютером**

##### Обучающийся научится:

- использовать безопасные для органов зрения, нервной системы, опорно-двигательного аппарата, эргономичные приёмы работы с компьютером и другими средствами ИКТ; выполнять компенсирующие физические упражнения (минизарядку).

#### **Технология ввода информации в компьютер: ввод текста, запись звука, изображения, цифровых данных**

##### Обучающийся научится:

- владеть компьютерным письмом на русском языке; набирать текст на родном языке; набирать текст на иностранном языке, использовать экранный перевод отдельных слов.

## **6. Содержание коррекционного курса**

Занятия ритмикой конкретизированы и обозначены следующими разделами: «Музыка

и движение» (основные упражнения и основные упражнения в парах), «Движения и речь»,

«Музыка и танец».

«Музыка и движение» является первым разделом, который предполагает овладение базовыми знаниями и умениями в области ритмики. На первых занятиях большое значение уделяется объяснению основ организации занятий (как готовиться к занятиям, как строится, входить в зал под музыку и т.д.). Кроме этого обучающихся с ЗПР учат слушать музыку и согласовывать темп своих движений и ее темп.

На каждом занятии проводится комплекс общеразвивающих упражнений. Он может включать выпрямления и повороты головы, повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»), наклоны, движение рук в разных направлениях, отстукивание, сгибание, разгибание ноги в подъеме, упражнения на расслабления мышц и др.

Раздел «Движение и речь» направлен на овладение базовыми умениями выполнять движения с речевым сопровождением. Для этого могут использоваться различные стишки и речевки, которые помогают задать определенный темп и динамику при выполнении шагов, построений, перестроений и различных двигательных комплексов.

Общеразвивающие упражнения расширяются по своему объему. Обучающиеся повторяют уже изученные и осваивают новые: перекрестные движения рук одновременные движения правой руки вверх, левой в сторону; правой руки вперед, левой вверх, маховые движения рук, выставление ноги на носок вперед, в сторону и назад, наклоны, повороты туловища вправо, влево и др.

Раздел «Музыка и танец» - У обучающихся формируются умения разбиться на пары и построиться назад в шеренги. Этому можно обучать и через игры под музыку. Далее учат выполнять ритмико-гимнастические движения под музыку. Общеразвивающие упражнения могут дополняться такими упражнениями как выставление ноги на носок вперед, в сторону, назад, ходьба с высоким подниманием колен, приседание с опорой и др.

Далее сформированные у обучающихся с ЗПР базовые умения в области ритмики позволяют начать овладение танцевальными движениями и разучивать элементарные танцы и пляски.

Допускается, что в качестве ведущего могут выступать наиболее способные дети. Они показывают остальным как нужно выполнять упражнение и задают общегрупповой темп.

## **7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

№ п/п	Разделы	Часы	Виды учебной деятельности
1	Раздел «Музыка и движение»	7	Ритмические игры и упражнения с предметами. Подготовка к занятиям, выполнение несложных упражнений под музыку, построение в шеренгу, приветствие учителя, общеразвивающие упражнения, гимнастика, ритмические упражнения, ориентировка в направлении движения. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку. Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги.
2	Раздел «Движения и речь»	5	Построения и перестроения с речевками. «Скажу и сделаю сам». «Скажу и сделаю, послушаю и сделаю». Ходьба в шеренге с речевками, речевки под музыку, речевки с движением. Ходьба и перестроения под речевки и под музыку. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку. Общеразвивающие упражнения.
3	Раздел «Музыка и танец»	5	Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения в парах под музыку. Игры под музыку. Разучивание танцевальных движений. Разучивание и исполнение танцев.
	<b>Итого:</b>	<b>17</b>	

### 2 класс

№ п/п	Разделы	Часы	Виды учебной деятельности
1	Раздел «Музыка и движение»	6	Ритмические упражнения, партерная гимнастика, прыжки. Выполнение несложных упражнений под музыку, построение в шеренгу, общеразвивающие упражнения, ориентировка в движении. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под муз Ритмичный, бодрый шаг. Приставные шаги.
2	Раздел «Движения и речь»	6	«Движения со счётом». «Движения с хлопками». «Скажем и сделаем». Речевки под музыку, с ритмическим сопровождением, с движением. Ходьба и перестроения и под м Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Общеразвивающие упражнения.

3	<b>Раздел «Музыка и танец»</b>	5	Перестроение для танцев. Позиции в паре. Разучивание. Танцевальные движения. Координация в танце. Красота движений. Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренг. Общеразвивающие упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения в парах под музыку. Игры под музыку. Разучивание танцевальных движений. Разучивание и исполнение танцев.
	<b>Итого:</b>	<b>17</b>	

### 3 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Разделы</b>	<b>Часы</b>	<b>Виды учебной деятельности</b>
1	<b>Раздел «Музыка и движение»</b>	5	Танцевальные шаги. Развитие координации. Отработка движений. Разучивание позиций рук и ног. Наклоны и повороты корпусом. Гимнастические элементы. Музыкально-ритмические игры и упражнения, ориентировка в направлении движения. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку. Понятие о марше, ритмический счет. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.
2	<b>Раздел «Движения и речь»</b>	5	Движение с речевками. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Музыкально-ритмические игры. Ходьба и перестроения под речевки и под музыку. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку.
3	<b>Раздел «Музыка и танец»</b>	7	Работа по парам. Основные танцевальные точки, шаги. Танцевальные элементы. Диагональ, середина. Позиции ног, рук. Отработка движений. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения в парах под музыку. Игры под музыку. Разучивание танцевальных движений. Разучивание и исполнение танцев.
	<b>Итого:</b>	<b>17</b>	

### 4 класс

№ п/п	Разделы	Часы	Виды учебной деятельности
1	Раздел «Музыка и движение»	4	Музыкально-ритмические игры, линия танца, перестроения. Движение на развитие координации. Развитие координации. Движение на прыгучесть. Партерная гимнастика под музыку. Ориентировка в направлении движения. Прыжки, поскоки под разную музыку. Игры под музыку.
2	Раздел «Движения и речь»	6	Движение с речевками. Ритмические упражнения в различных комбинациях. Музыкально-ритмические игры. Ходьба и перестроения под речевки и под музыку. Перестроение в круг, из круга, сужение и расширение круга. Игры под музыку.
3	Раздел «Музыка и танец»	7	Работа по парам. Движения по линии танца. Перестроения для танцев. Музыкально-ритмические игры. Отработка движений. Танцевальная разминка. Отработка движений. Танцевальный шаг, подскоки вперед, назад, галоп. Разбивка в две шеренги, разбивка на пары из шеренги. Общеразвивающие упражнения.
	<b>Итого:</b>	<b>17</b>	

## 7. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

- просторный зал с зеркалами и хорошим освещением;
- магнитофон, музыкальный центр;
- музыкальные, шумовые инструменты;
- гимнастические палки, ленты, обручи и др.

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. -288 с.
2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
3. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшегошкольного возраста: уч.- мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС,

2001. - 104 с.

5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. - 223 с.
6. Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.
7. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика; уч. пособие / Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 224 с.
8. Овчинникова Т.С., Симкина А.А. Музыка, движение и воспитание. - М.: КАРО; СПб, 2011. - 77с.
9. Чибрикова-Луговская А.Е. Ритмика. - М.: Дрофа, 1998. - 104 с.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 2241331179433258965477892812032749152869128149

Владелец Ястребов Андрей Юрьевич

Действителен с 18.10.2022 по 18.10.2023