

**Государственное казённое общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики «Каракулинская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»**

Рассмотрена на заседании  
методического совета  
Протокол №1 от 29.08.2024 г.

Принята на заседании  
педагогического совета школы  
Протокол №1 от 30.08.2024 г.

Утверждена  
приказом директора школы  
от «30» августа 2024 г. № 91  
\_\_\_\_\_ А.Р. Ильина



Составлена в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г № 1599) на основе федеральной адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. №. 1026

**Адаптированная рабочая программа  
по коррекционному курсу «Ритмика»  
для обучающихся 5 класса  
на 2024 – 2025 учебный год**

**Составитель:** учитель первой квалификационной категории *Буторина Т.Е.*

**Рецензент:** учитель высшей квалификационной категории *Истомина О.Н.*

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа **по коррекционному курсу «Ритмика»** предназначена для обучающегося 5 класса ГКОУ УР «Каракулинская школа для обучающихся с ОВЗ» для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант I).

### **Она разработана на основе:**

1. Федерального Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012 г;
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
3. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г;
4. Приказа Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
5. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
6. Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, 1 вариант) ГКОУ УР «Каракулинская школа для обучающихся с ОВЗ»

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) общеобразовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Общим признаком у всех обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального компонента государственного образовательного стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевою зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении мероприятий. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Формирование музыкально - двигательных навыков. Подготовка учащихся к самостоятельному творчеству. Для реализации данной программы используются следующие формы работ, методы обучения и педагогические технологии.

**Формы работы на уроке:** фронтальная, парная, групповая, индивидуальная работа.

**Методы обучения:** в рамках ФГОС предполагается использование активных и интерактивных методов, как более действенных и эффективных в учебной деятельности.

Педагогические технологии: личноно - ориентированного обучения, проблемного обучения, игровые технологии, здоровье сберегающие технологии, коррекционно-развивающие технологии и информационно-коммуникационные технологии.

Для изучения курса рекомендуется классно-урочная система обучения. Формы организации учебной деятельности носят индивидуальный характер работы.

**Основной целью коррекционного курса «Ритмика»** является обучение детей слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

**Задачи курса:**

- развивать музыкальность детей;

- развивать умения реагировать на музыку движением;
- развивать ритмичность детей при выполнении упражнений различного темпа;
- развивать моторику пальцев и кистей рук при выполнении упражнений с детскими музыкальными инструментами;
- совершенствовать общую моторику, координацию движений, ориентацию в пространстве и регуляцию мышечного тонуса;
- развивать логоритмические способности обучающихся;
- знакомить учащихся с танцевальными движениями;
- повышать уровень познавательной активности учащихся;
- формировать музыкальность, пластичность;
- исправлять недостатки в двигательной деятельности детей.
- помочь самовыражению умственно отсталых школьников;
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения;
- содействовать приобретению навыков искреннего, глубокого и свободного общения с окружающими, развивать эмоциональную отзывчивость;
- активизировать творческие способности.

#### **Описание места коррекционного курса внеурочной деятельности «Ритмика» в учебном плане:**

Изучение предметов обязательной части учебного плана для всех образовательных организаций, имеющих государственную аккредитацию и реализующих адаптированную образовательную программу по ФГОС образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости обучающихся (интеллектуальных нарушений) (вариант 1), предусмотрено в учебное (урочное) время. Согласно учебному плану образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальных нарушений) на коррекционный курсу внеурочной деятельности «Ритмика» в 5 классе отведено по 1 часу в неделю, что составляет 34 часа за учебный год. Продолжительность урока 40 минут.

#### **Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся на уроках ритмики заключается в следующем:**

- корректировать отклонения в интеллектуальном развитии;
- корректировать нарушения двигательной системы;
- помочь самовыражению через занятия музыкально-ритмической деятельностью;
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения;
- содействовать приобретению навыков свободного общения с окружающими.
- развивать слуховое восприятие и узнавание;
- корректировать нарушения эмоционально-личностной сферы;
- корректировать индивидуальные пробелы в знаниях, умениях, навыках.

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, запоминания условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребёнка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Исполнение под музыку стихов, попевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

### **Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):**

#### **Личностные учебные действия:**

– осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

**Коммуникативные учебные действия** обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

**Регулятивные учебные действия** обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

**Познавательные учебные действия** представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;

- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

### **Система оценки достижения обучающихся.**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов – нет фиксируемой динамики;
- 1 балл – минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:

*Стартовый контроль* (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Текущий контроль* (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций образцом.

*Текущий контроль* (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Итоговый контроль* (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

### **Основное содержание учебного предмета.**

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. 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 обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем. Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т.д. – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у обучающихся подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у обучающихся с ОВЗ часто наблюдается нарушение 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 обучающихся, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. 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 обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, обучающиеся приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо общаться друг с другом.

Упражнения на ориентировку в пространстве, правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Практическая работа на каждом уроке - формировать умения правильно выполнять исходное положение, ориентироваться в направлении движения - совершенствовать навык ориентировки в направлении движения вперед, назад, вправо, влево - развивать

музыкальность детей - учить пользоваться ориентирами для построения в колонну по два - развивать умения перестраиваться в круг из шеренги, из движения в рассыпную - развивать навык выполнения во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами.

Ритмико - гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.

Общеразвивающие упражнения.

Наклоны, выпрямления, повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево. Приседания с опорой и без опоры, с предметами. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, круговые движения стопой. Вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движение правой руки - вверх, левой - в сторону; правой руки - вперед, левой - вверх. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой, и обеими одновременно; провонать движения руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнения на расслабление мышц: подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями; подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в свободное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую. Практическая работа на каждом уроке Формировать умения выполнять движения -рук в разных направлениях без предметов и с предметами -развивать умения реагировать на музыку движениями - формировать умения выполнять упражнения для мышц рук, ног, туловища, ступней - вырабатывать осанку - развивать умения выполнять разнообразные перекрестные движения рукой и ногой -развивать ритmicность детей при ходьбе - расслаблять мышцы рук, ног.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Практическая работа на каждом уроке - формировать умения играть несложные мелодии -развивать мелкую мускулатуры пальцев - добиваться круговых движений кистью, одновременное сгибание и разгибание рук -совершенствовать умения выполнять восходящую и нисходящую гамму на детском пианино, аккордеоне, дух. гармошке -формировать умения исполнять несложный ритмический рисунок на бумаге, в разных вариациях.

Игры под музыку.

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; игривое подпрыгивание - тяжелым, комичным. Выполнение имитационных упражнениях и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки.



Практическая работа на каждом уроке - формировать умения передавать в движении развернутый сюжет музыкального рассказа - развивать умения детей придавать движениям нужную выразительность, активизируя воображение - совершенствовать общую моторику, координацию движений, ориентацию в пространстве, регуляцию мышечного тонуса -развивать чувство муз темпа и ритма, певческих способностей, логоритмику - развивать творческую фантазию при выполнении имитационных упражнений. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов музыки. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Танцевальные упражнения.

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек - движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Практическая работа на каждом уроке - знакомить с элементами русской пляски и танцевальными движениями парами - формировать умения выполнять движения парами - формировать координацию движений, их переключаемость, точность

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока отводится на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока включаются упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

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

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

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

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.

В программу включена игра на детских музыкальных инструментах.

Обучению умственно отсталых детей 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.

Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.)

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

## Содержание коррекционного курса.

### «Ритмика» 6 класс

- 1. «Танцевальная азбука» (8 часов).** Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.
- 2.«Ритмика, элементы музыкальной грамоты»(10 часов).** Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности.. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 5 класса, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.
- 3.«Танец» (8 часов).** Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.
- 4.«Беседы по хореографическому искусству» (4 часа).** Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д. Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.
- 5.«Творческая деятельность» (4 часа).** Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В играх детям предоставляется возможность «побывать» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

**Программа рассчитана:**

<b>Класс</b>	<b>1 четверть</b>	<b>2 четверть</b>	<b>3 четверть</b>	<b>4 четверть</b>	<b>Итого</b>
6	9	7	10	8	34

**Учебно – тематический план.**

Четверть	Кол - во часов	Вид занятости (кол-во часов)					
		Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико - гимнастические упражнения, упражнения на выработку осанки	Упражнения с музыкальными инструментами	Танцевальные упражнения	Игры под музыку	Контроль
1 четверть	8	2	2	-	3	1	-
2 четверть	8	2	2	-	3	1	-
3 четверть	10	2	2	1	3	2	-
4 четверть	8	2	1	1	2	1	1
<b>Итого:</b>	34	8	7	2	11	5	1

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
«Ритмика»**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Форма проведения занятия	Основные виды деятельности
<b>Раздел № 1 «Танцевальная азбука» - 9часов</b>					
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на занятии, при выполнении упражнений.	1	03.09	Беседа	Инструктаж по Т.Б. Активировать внимание. Разновидности, ходьбы и бега. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках.
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.  Ориентировка в пространстве.	1	10.09	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Знать основные танцевальные правила . Ориентировка в пространстве, построению в колонну по три. Разминка в центре зала. Перестроение из колонны по три в колонну парами, держать осанку. Чередование ходьбы широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Разминка в центре зала.

3-4	Позиции ног в классическом стиле. Основные понятия.	2	17.09 24.09	Показ Наблюдение	Знать позиции ног в классическом стиле. Основные понятия. Ориентироваться в пространстве. Владеть навыками ходьбы с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием колен, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Оценивать на уроке свою деятельность.
5	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	01.10	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Знать понятие о рабочей и опорной ноге. Ориентироваться в пространстве. Держать осанку. Разминка в центре зала. Строиться в колонну по три, перестроение из колонны по три в колонну парами, в кол Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Чередовать ходьбу с приседанием со сгибанием коленей на носках широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.
6	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1	08.10	Показ Наблюдение	Выполнять основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. Работать над качеством общеразвивающих упражнений. Разминка в центре зала. Соблюдать темп движений, выполнять ОРУ в определенном ритме и темпе. Выполнять упражнения на координацию движений,

					упражнения на расслабление мышц. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
7	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	1	15.10	Показ Наблюдение	Разучивать танцевальные шаги. Шаг с приседанием, приставной, с притопом. Работать над качеством общеразвивающих упражнений. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц. Участвовать в совместной творческой деятельности. Участвовать в совместных играх. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
8	Танцевальный элемент «Марш».	1	22.10	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Выполнять танцевальный элемент «Марш». Разминка на ковриках. Учить танцевальные упражнения. Движение парами: ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Бег. Выполнение танцевальных движений характерных каждой части музыкального произведения. Играть в игры под музыку. Оценивать на уроке свою деятельность.
9	Перестроения. «Линии».	1	29.10		Выполнять перестроения. «Линии». Выполнять танцевальные упражнения: шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп.

					<p>Уметь передавать в движениях динамическое настроение в музыке, сильной доле такта.</p> <p>Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия – исполнять самостоятельно.</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>
<b>Раздел № 2 «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» - 9 часов</b>					
10	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	12.11	Показ, наблюдение	<p>Уметь исполнять ритмический рисунок (хлопки, выстукивания, притоп).</p> <p>Передавать в движениях развёрнутый сюжет музыкального рассказа.</p> <p>Менять роли в импровизации.</p> <p>Придумывать варианты к играм и пляскам.</p> <p>Передавать в движениях части музыкальных произведений; чередовать музыкальные фразы, динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.</p> <p>Самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений.</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
11	Ритмический рисунок. Размер 2/4, 3/4, 4/4.	1	19.11	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Исполнять ритмический рисунок (хлопки, выстукивания, притоп). Размер 2/4, 3/4, 4/4.</p> <p>Ориентироваться в пространстве.</p> <p>Научиться перестроению из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой - на шаг назад.</p> <p>Играть в подвижные игры.</p>

					Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
12	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1	26.11	Показ Наблюдение	Знать что такое ритмическая схема, ритмическая игра. Упражнения на расслабление мышц. Ходить и бегать с предметами. Уметь перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Играть в подвижные игры. Оценивать на уроке свою деятельность.
13	Пластичная гимнастика.	1	03.12	Показ Наблюдение	Выполнять пластическую гимнастику, упражнения на координацию движений, на расслабление мышц. Уметь ходить и бегать с предметами. Подстраиваться из нескольких кругов в звездочки. Участвовать в совместной творческой деятельности. Играть подвижные игры: Оценивать на уроке свою деятельность.
14	Элементы асимметричной гимнастики.	1	10.12	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Выполнять элементы асимметричной гимнастики. Разучивать танцевальные элементы: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Исполнять движения пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого



					<p>известные элементы движений танца.  Выполнять упражнения с детскими музыкальными инструментами.  Слушать объяснения учителя.  Выполнять упражнения на расслабление мышц.  Играть подвижные игры.  Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
15	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1	17.12	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Активировать внимание.  Учить синхронности и координация движений, используя танцевальные упражнения.  Учить движение парами. Боковой галоп.  Выполнять подскоки, боковой галоп, шаг польки индивидуально и в парах.  Слушать объяснения учителя.  Полька «Дружные тройки» - исполнять самостоятельно.  Выполнять упражнения на расслабление мышц  Играть в игры под музыку.  Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
16	Гимнастика.	1	24.12	Показ Наблюдение	<p>Слышать части музыки, выполнять соответствующие движения.  Различать части музыки, выполнять соответствующие движения.  Активировать внимание.  Выразительно исполнять польку «Дружные тройки».</p>
17	Упражнения на развитие тела под музыку.	1	14.01	Объяснение, словесное сопровождение движений под	<p>Закреплять и обобщать музыкальные и ритмические навыки, знания.  Правильно, быстро и точно выполнять выученные ритмические движения с</p>

				музыку, наблюдение	хореографическими элементами. Работать над качеством исполнения, ансамблем. Исполнение на оценку танца «Дружные тройки». Оценивать на уроке свою деятельность.
18	Красота движений.	1	21.01		Уметь ориентироваться в пространстве. Совершенствовать технику ходьбы тихим шагом, быстрым шагом, галопом по центру зала, по диагонали. Сохранять неправильные дистанции во всех видах построений, используя ленты, круги, скакалки. Чувствовать и выполнять красоту движений. Повторять перестроения 1 и 2 четверти. Слушать объяснения учителя. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки». Оценивать на уроке свою деятельность.
<b>Раздел № 3 «Беседы по хореографическому искусству» - 4 часа</b>					
19- 20	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	2	28.01 04.02	Показ. Наблюдение. Беседа.	Активировать внимание. Поддерживать беседу на тему «Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней». Владеть навыками направления движения вправо – влево, в шеренге, цепочкой, в круг, из круга; по три, по два, по одному. Уметь делать 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

					<p>стороны с напряжением.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Выполнять общеразвивающие упражнения с мячом.</p> <p>Играть в музыкально - подвижные игры под музыку: «Вправо – влево, бросай!»</p> <p>«Пустое место».</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
21-22	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	2	11.02 18.02	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Изучать и знать танцы народов РФ, их особенности и костюмы.</p> <p>Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.</p> <p>Уметь одновременно прохлопывать и протопывать несложные ритмические рисунки в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен).</p> <p>Протопывание того, что прохлопал и наоборот.</p> <p>Самостоятельно исполнять простые ритмические рисунки.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Составление несложных танцев, композиций.</p> <p>Играть в музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
<b>Раздел № 4 «Танец» - 8 часов</b>					
23	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание	1	25.02	Показ	Исполнять русские народные движения в танце «Кадриль».

	танца в паре.			Наблюдение	<p>Передавать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта. Самостоятельно ускорять и замедлять темп движений.</p> <p>Работать над качеством выполнения движений.</p> <p>Знать основные движения русского танца и точно выполнить их: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка (для мальчиков) на месте и с продвижением.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>
24-25	Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка.	2	04.03 11.03	Показ. Наблюдение.	<p>Выполнять элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка.</p> <p>Учить русский народный танец «Кадриль».</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p>
26	Простейшие фигуры в танцах.	1	18.03	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Исполнять на оценку русский народный танец «Кадриль».</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность и деятельность одноклассников.</p>

27.	Танец «Полька».	2	01.04 08.04	Показ Наблюдение	Выполнять танцевальные элементы польки
28.					Ориентироваться в пространстве. Выполнять движения с предметами более сложных, чем в предыдущих четвертях. Танцевать выученные танцы. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».

29. 30.	Танец «Вальс».	2	15.04 22.04	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Выполнять танцевальные элементы вальса. Ориентироваться в пространстве. Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги. Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах. Участвовать в совместных играх. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность. Работать над качеством ритмико-гимнастических упражнений. Выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений. Самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка Выполнять упражнения на расслабление мышц. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>
<b>Раздел № 5 «Творческая деятельность» - 4 часа</b>					
31	Этюдная работа.	1	29.04	Объяснение, словесное сопровождение	<p>Выполнять этюдную работу, ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки. Отмечать в движении ритмический рисунок,</p>

				движений под музыку, наблюдение	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. Игры под музыку с пением и речевым сопровождением. Действия с воображаемыми предметами.
32	Образные танцы.	1	06.05	Показ Наблюдение	Слушать объяснения учителя. Основные движения образных танцев. Участвовать в работе над самостоятельным исполнением этюда. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
33	Театрализация и танец.	1	13.05	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Различать театрализацию и танец. Участвовать в совместной творческой деятельности. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
34	Итоговое занятие.	1	20.05	Концерт	Закреплять навыки в процессе специальных упражнений (с предметами, с детскими музыкальными инструментами) под музыку. Уметь легко и непринуждённо выполнять все игровые и плясовые движения; в игровых и плясовых движениях передавать различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.

					<p>Качественное исполнение на оценку «Танца с хлопками».</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>			

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

#### **Организация учебного кабинета:**

- Выбор помещения и его рациональная планировка соответствует Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам (СанПиН 2.4.2. № 178-02)
- Кабинет оснащен техническими средствами и созданы условия для их эффективного использования и хранения. В наличие: музыкальный центр, компьютер.
- Интерьер оформлен в соответствии с функциональной значимостью кабинета и ритмики.
- Основной принцип размещения и хранения учебного оборудования - по видам учебного оборудования, с учетом частоты использования данного учебного оборудования и правил безопасности.
- Информационный наглядный материал находится на цифровых носителях.
- Оборудование: детские музыкальные инструменты барабаны, бубны, маракасы, деревянные ложки, металлофоны, маски, музыкальные игрушки.

#### **Материальные средства:**

- актовый зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

#### **Аудиоматериалы.**

- «Ритмическая мозаика» (1 часть) Музыкальная палитра 2009г.
- «Ритмическая мозаика» (2 часть) Музыкальная палитра 2009г.



- «Ритмическая мозаика» (3 часть) Музыкальная палитра 2009г/
- «Ритмическая мозаика» (4 часть) Музыкальная палитра 2009г.
- Музыка для балльных танцев. ALL TIMES/
- 

#### Список литературы.

- Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (М., 2008)
- Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
- Рот З.Я. Танцы в начальной школе Практическое пособие М., Айрис Пресс, Айрис дидактика, 2007
- Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
- «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
- Учите детей танцевать. Учебно-методическое пособие. М., Владос 2002
- Агапова И.А., Давыдова М.А. Лучшие музыкальные игры для детей. – М.: ЛАДА, 2006. – 224 с.
- Андреева М., Шукшина З. Первые шаги в музыке. – М., 1993
- Артёмова Л.В. Театрализованные игры школьников. – М., 1991.
- Боровик Т. Звуки, ритмы и слова. – Минск, 1999.
- Бекина С.И, Ломова Т.П, Соковнина Е.Н. «Музыка и движение (Упражнения, игры и пляски для детей 6 -7 лет) Москва. Просвещение 1984 г.
- Буцкиев Л. Подвижные игры под музыку, 1987 г
- Бырченко Т. С песенкой по лесенке. Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1991.
- Гоголева М. Ю. Логоритмика в детском саду. Ярославль. Академия развития, 2006 г.
- Касицина М. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007
- Каргушина М. Ю. Логоритмика для малышей. Творческий центр «Сфера». Москва 2005 г, М. А. Косицина, И. Г. Бородина «Коррекционная ритмика», Москва 2005 г.
- Музыка и движение. Издательство «Просвещение», 1983г.
- Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. под. ред. Медведевой. Е. А. Москва 2002 г.
- Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией доктора педагогических наук, профессора В.В.Воронковой, – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013г. Автор программы «Ритмика» А.А. Айдарбекова.
- Пожиленко. Е. А. Артикуляционная гимнастика. Санкт – Петербург 2006 г.

- 7. Полевая Н. В, Перминова Л. В. Комплекс коррекционно – музыкальных занятий «Дружная семейка». Санкт – Петербург. Детство – пресс.2010 г.
- Ритмика. Москва, Издательский центр «Академия», 1999г.
- Лифиц И. Франио Г. Методическое пособие по ритмике, издательство Москва 1987 год.
- Руднева С.Д. Фиш З. Ритмика. Музыкальное движение Москва просвещение 1972 год.

### **Информационно-коммуникационные средства.**

#### **Демонстрационный материал на цифровых носителях:**

- Видеофильмы «Школа танцев для детей»; «Танцевально-ритмическая гимнастика»; «Ритмика» Т. Суворовой, части 1-5.
- Музыкальные презентации, видеофильмы «Шишкина школа. Музыка»
- Кридская. Е.Д. Музыка 1-4 класс. Электронный ресурс.
- Видеокурс «Гимнастика для детей».
- Музыкальные записи произведений композиторов, звучание оркестра.

**Интернет ресурсы:** Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР) по предмету «Музыка». – Режим доступа: <http://www.sohool-collection.edu.ru/>. Учитель.ru (<http://teacher.fio.ru>)

Государственное казённое общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики «Каракулинская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрена на заседании  
методического совета  
Протокол №1 от 29.08.2024 г.

Принята на заседании  
педагогического совета школы  
Протокол №1 от 30.08.2024 г.

Утверждена  
приказом директора школы  
от «30» августа 2024 г. № 91  
А.Р. Ильина

Составлена в соответствии с ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г № 1599) на основе федеральной адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. №. 1026



**Адаптированная рабочая программа  
по коррекционному курсу «Ритмика»  
для обучающихся 6 класса  
на 2024 – 2025 учебный год**

**Составитель:** учитель первой квалификационной категории *Буторина Т.Е.*

**Рецензент:** учитель высшей квалификационной категории *Истомина О.Н.*

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа **по коррекционному курсу «Ритмика»** предназначена для обучающегося 6 класса ГКОУ УР «Каракулинская школа для обучающихся с ОВЗ» для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант I).

### **Она разработана на основе:**

7. Федерального Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012 г;
8. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
9. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г;
10. Приказа Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. N 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
11. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
12. Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, 1 вариант) ГКОУ УР «Каракулинская школа для обучающихся с ОВЗ»

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) общеобразовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Общим признаком у всех обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального компонента государственного образовательного стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении мероприятий. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

Формирование музыкально - двигательных навыков. Подготовка учащихся к самостоятельному творчеству. Для реализации данной программы используются следующие формы работ, методы обучения и педагогические технологии.

**Формы работы на уроке:** фронтальная, парная, групповая, индивидуальная работа.

**Методы обучения:** в рамках ФГОС предполагается использование активных и интерактивных методов, как более действенных и эффективных в учебной деятельности.

Педагогические технологии: личноно - ориентированного обучения, проблемного обучения, игровые технологии, здоровье берегающие технологии, коррекционно-развивающие технологии и информационно-коммуникационные технологии.

Для изучения курса рекомендуется классно-урочная система обучения. Формы организации учебной деятельности носят индивидуальный характер работы.

**Основной целью коррекционного курса «Ритмика»** является обучение детей слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

**Задачи курса:**

- развивать музыкальность детей;

- развивать умения реагировать на музыку движением;
- развивать ритмичность детей при выполнении упражнений различного темпа;
- развивать моторику пальцев и кистей рук при выполнении упражнений с детскими музыкальными инструментами;
- совершенствовать общую моторику, координацию движений, ориентацию в пространстве и регуляцию мышечного тонуса;
- развивать логоритмические способности обучающихся;
- знакомить учащихся с танцевальными движениями;
- повышать уровень познавательной активности учащихся;
- формировать музыкальность, пластичность;
- исправлять недостатки в двигательной деятельности детей.
- помочь самовыражению умственно отсталых школьников;
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения;
- содействовать приобретению навыков искреннего, глубокого и свободного общения с окружающими, развивать эмоциональную отзывчивость;
- активизировать творческие способности.

**Описание места коррекционного курса внеурочной деятельности «Ритмика» в учебном плане:**

Изучение предметов обязательной части учебного плана для всех образовательных организаций, имеющих государственную аккредитацию и реализующих адаптированную образовательную программу по ФГОС образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости обучающихся (интеллектуальных нарушений) (вариант 1), предусмотрено в учебное (урочное) время.

Согласно учебному плану образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальных нарушений) на коррекционный курс внеурочной деятельности «Ритмика» в 6 классе отведено по 1 часу в неделю, что составляет 34 часа за учебный год. Продолжительность урока 40 минут.

**Коррекция недостатков психического и физического развития обучающихся на уроках ритмики заключается в следующем:**

- корригировать отклонения в интеллектуальном развитии;
- корригировать нарушения двигательной системы;
- помочь самовыражению через занятия музыкально-ритмической деятельностью;
- способствовать преодолению неадекватных форм поведения, снятию эмоционального напряжения;
- содействовать приобретению навыков свободного общения с окружающими.
- развивать слуховое восприятие и узнавание;
- корректировать нарушения эмоционально-личностной сферы;
- корректировать индивидуальные пробелы в знаниях, умениях, навыках.

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, запоминания условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии,

развивают у ребёнка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

### **Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):**

#### **Личностные учебные действия:**

– осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

**Коммуникативные учебные действия** обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

**Регулятивные учебные действия** обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

**Познавательные учебные действия** представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;

- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

### **Система оценки достижения обучающихся.**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов – нет фиксируемой динамики;
- 1 балл – минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:

*Стартовый контроль* (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Текущий контроль* (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций образцом.

*Текущий контроль* (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

*Итоговый контроль* (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).



## Основное содержание учебного предмета.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. 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 обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем. Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т.д. – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у обучающихся подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у обучающихся с ОВЗ часто наблюдается нарушение 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 обучающихся, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. 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 обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, обучающиеся приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо общаться друг с другом.

Упражнения на ориентировку в пространстве, правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

Практическая работа на каждом уроке - формировать умения правильно выполнять исходное положение, ориентироваться в направлении движения - совершенствовать навык ориентировки в направлении движения вперед, назад, вправо, влево - развивать музыкальность детей - учить пользоваться ориентирами для построения в колонну по два - развивать умения перестраиваться в круг из шеренги, из движения в рассыпную - развивать навык выполнения во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами.

Ритмико - гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.

Общеразвивающие упражнения.

Наклоны, выпрямления, повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево. Приседания с опорой и без опоры, с предметами. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, круговые движения стопой. Вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движение правой руки - вверх, левой - в сторону; правой руки - вперед, левой - вверх. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой, и обеими одновременно; провожать движения руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнения на расслабление мышц: подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями; подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в свободное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую. Практическая работа на каждом уроке Формировать умения выполнять движения -рук в разных направлениях без предметов и с предметами -развивать умения реагировать на музыку движениями - формировать умения выполнять упражнения для мышц рук, ног, туловища, ступней - вырабатывать осанку - развивать умения выполнять разнообразные перекрестные движения рукой и ногой -развивать ритmicность детей при ходьбе - расслаблять мышцы рук, ног.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Практическая работа на каждом уроке - формировать умения играть несложные мелодии -развивать мелкую мускулатуры пальцев - добиваться круговых движений кистью, одновременное сгибание и разгибание рук -совершенствовать умения выполнять восходящую и нисходящую гамму на детском пианино, аккордеоне, дух. гармошке -формировать умения исполнять несложный ритмический рисунок на бумаге, в разных вариациях.

Игры под музыку.

Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; игривое подпрыгивание - тяжелым, комичным. Выполнение имитационных упражнениях и игр, построенных на конкретных раздражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Практическая работа на каждом уроке - формировать умения передавать в движении развернутый сюжет музыкального рассказа - развивать умения детей придавать движениям нужную выразительность, активизируя воображение - совершенствовать общую моторику, координацию движений, ориентацию в пространстве, регуляцию мышечного тонуса -развивать чувство муз темпа и ритма, певческих способностей, логоритмику - развивать творческую фантазию при выполнении имитационных упражнений. Передача притопами,

хлопками и другими движениями резких акцентов музыки. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Танцевальные упражнения.

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек - движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Практическая работа на каждом уроке - знакомить с элементами русской пляски и танцевальными движениями парами - формировать умения выполнять движения парами - формировать координацию движений, их переключаемость, точность

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока отводится на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока включаются упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

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

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

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

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.

В программу включена игра на детских музыкальных инструментах.

Обучению умственно отсталых детей 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.

Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.)

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

## Содержание коррекционного курса. «Ритмика» 6 класс

**1. «Танцевальная азбука» (8 часов).** Этот раздел включает изучение основных позиций и движений классического, народно — характерного и бального танца. Упражнения способствуют гармоничному развитию тела, технического мастерства, культуры движений, воспитывают осанку, развивают гибкость и координацию движений, помогают усвоить правила хореографии.

**2.«Ритмика, элементы музыкальной грамоты»(10 часов).** Роль ритмики в повседневной жизни. Инструктаж по технике безопасности.. Музыкально-ритмическая деятельность включает ритмические упражнения, построения и перестроения, музыкальные игры для школьников 5 класса, слушание и разбор танцевальной музыки. Упражнения этого раздела способствует развитию музыкальности: формировать восприятие музыки, развития чувства ритма и лада, обогащение музыкально — слуховых представлений, развитие умений координировать движений с музыкой.

**3.«Танец» (8 часов).** Этот раздел включает изучение народных плясок, исторических и современных бальных танцев. Наиболее подходящий материал по возможности выбирается в зависимости от конкретных условий. В процессе разучивания танца педагог добивается, чтобы учащиеся исполняли выученные танцы музыкально, выразительно, осмысленно, сохраняя стиль эпохи и национальный характер танца.

**4.«Беседы по хореографическому искусству» (4 часа).** Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д. Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течении всего курса обучения; включает в себя лекции по истории русского балета, истории мирового балета, общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях. Цель занятий состоит в том, чтобы помочь учащимся ясно представить себе исторический путь развития хореографического искусства, его борьбу за прогрессивную направленность, самобытность и реализм, его связь с другим видами искусства. Беседы проводятся отдельным занятием 1 раз в четверть и дополняются наглядными пособиями, прослушиванием или просмотром записей фрагментов из балетов, творческих концертов и т.д.

**5.«Творческая деятельность» (4 часа).**

Организация творческой деятельности учащихся позволяет педагогу увидеть характер ребёнка, найти индивидуальный подход к нему с учётом пола, возраста, темперамента, его интересов и потребности в данном роде деятельности, выявить и развить его творческий потенциал. В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия.

**Программа рассчитана:**

<b>Класс</b>	<b>1 четверть</b>	<b>2 четверть</b>	<b>3 четверть</b>	<b>4 четверть</b>	<b>Итого</b>
6	9	7	10	8	34

**Учебно – тематический план.**

Четверть	Кол - во часов	Вид занятости (кол-во часов)					
		Упражнения на ориентировку в пространстве	Ритмико - гимнастические упражнения, упражнения на выработку осанки	Упражнения с музыкальными инструментами	Танцевальные упражнения	Игры под музыку	Контроль
1 четверть	8	2	2	-	3	1	-
2 четверть	8	2	2	-	3	1	-
3 четверть	10	2	2	1	3	2	-
4 четверть	8	2	1	1	2	1	1
Итого:	34	8	7	2	11	5	1

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Ритмика».**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Форма проведения занятия	Основные виды деятельности
<b>Раздел № 1 «Танцевальная азбука» - 9 часов</b>					
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на занятии, при выполнении упражнений.	1	03.09	Беседа	Инструктаж по Т.Б. Активировать внимание. Разновидности, ходьбы и бега. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках.
2	Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса.  Ориентировка в пространстве.	1	10.09	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Знать основные танцевальные правила . Ориентировка в пространстве, построению в колонну по три. Разминка в центре зала. Перестроение из колонны по три в колонну парами, держать осанку. Чередование ходьбы широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Разминка в центре зала.

3-4	Позиции ног в классическом стиле. Основные понятия.	2	17.09 24.09	Показ Наблюдение	Знать позиции ног в классическом стиле. Основные понятия. Ориентироваться в пространстве. Владеть навыками ходьбы с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием колен, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Оценивать на уроке свою деятельность.
5	Понятие о рабочей и опорной ноге.	1	01.10	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Знать понятие о рабочей и опорной ноге. Ориентироваться в пространстве. Держать осанку. Разминка в центре зала. Строиться в колонну по три, перестроение из колонны по три в колонну парами, в кол Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Чередовать ходьбу с приседанием со сгибанием коленей на носках широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.
6	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина.	1	08.10	Показ Наблюдение	Выполнять основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина. Работать над качеством общеразвивающих упражнений. Разминка в центре зала. Соблюдать темп движений, выполнять ОРУ в определенном ритме и темпе. Выполнять упражнения на координацию движений,

					упражнения на расслабление мышц. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
7	Разучивание танцевальных шагов. Шаг с приседанием, приставной, с притопом.	1	15.10	Показ Наблюдение	Разучивать танцевальные шаги. Шаг с приседанием, приставной, с притопом. Работать над качеством общеразвивающих упражнений. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц. Участвовать в совместной творческой деятельности. Участвовать в совместных играх. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
8	Танцевальный элемент «Марш».	1	22.10	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Выполнять танцевальный элемент «Марш». Разминка на ковриках. Учить танцевальные упражнения. Движение парами: ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Бег. Выполнение танцевальных движений характерных каждой части музыкального произведения. Играть в игры под музыку. Оценивать на уроке свою деятельность.
9	Перестроения. «Линии».	1	29.10		Выполнять перестроения. «Линии». Выполнять танцевальные упражнения: шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп.



					<p>Уметь передавать в движениях динамическое настроение в музыке, сильной доле такта.</p> <p>Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия – исполнять самостоятельно.</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>
<b>Раздел № 2 «Ритмика, элементы музыкальной грамоты» - 9 часов</b>					
10	Первый подход к ритмическому исполнению (хлопки, выстукивания, притоп).	1	12.11	Показ, наблюдение	<p>Уметь исполнять ритмический рисунок (хлопки, выстукивания, притоп).</p> <p>Передавать в движениях развёрнутый сюжет музыкального рассказа.</p> <p>Менять роли в импровизации.</p> <p>Придумывать варианты к играм и пляскам.</p> <p>Передавать в движениях части музыкальных произведений; чередовать музыкальные фразы, динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.</p> <p>Самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений.</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
11	Ритмический рисунок. Размер 2/4, 3/4, 4/4.	1	19.11	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Исполнять ритмический рисунок (хлопки, выстукивания, притоп). Размер 2/4, 3/4, 4/4.</p> <p>Ориентироваться в пространстве.</p> <p>Научиться перестроению из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой - на шаг назад.</p>

					Играть в подвижные игры. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
12	Ритмическая схема. Ритмическая игра.	1	26.11	Показ Наблюдение	Знать что такое ритмическая схема, ритмическая игра. Упражнения на расслабление мышц. Ходить и бегать с предметами. Уметь перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Играть в подвижные игры. Оценивать на уроке свою деятельность.
13	Пластичная гимнастика.	1	03.12	Показ Наблюдение	Выполнять пластическую гимнастику, упражнения на координацию движений, на расслабление мышц. Уметь ходить и бегать с предметами. Подстраиваться из нескольких кругов в звездочки. Участвовать в совместной творческой деятельности. Играть подвижные игры: Оценивать на уроке свою деятельность.
14	Элементы асимметричной гимнастики.	1	10.12	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Выполнять элементы асимметричной гимнастики. Разучивать танцевальные элементы: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.

					<p>Исполнять движения пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений танца.</p> <p>Выполнять упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Выполнять упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Играть подвижные игры.</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
15	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1	17.12	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Активировать внимание.</p> <p>Учить синхронности и координации движений, используя танцевальные упражнения.</p> <p>Учить движение парами. Боковой галоп.</p> <p>Выполнять подскоки, боковой галоп, шаг польки индивидуально и в парах.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Полька «Дружные тройки» - исполнять самостоятельно.</p> <p>Выполнять упражнения на расслабление мышц</p> <p>Играть в игры под музыку.</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
16	Гимнастика.	1	24.12	Показ Наблюдение	<p>Слышать части музыки, выполнять соответствующие движения.</p> <p>Различать части музыки, выполнять соответствующие движения.</p> <p>Активировать внимание.</p> <p>Выразительно исполнять польку «Дружные тройки».</p>

17	Упражнения на развитие тела под музыку.	1	14.01	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Закреплять и обобщать музыкальные и ритмические навыки, знания. Правильно, быстро и точно выполнять выученные ритмические движения с хореографическими элементами. Работать над качеством исполнения, ансамблем. Исполнение на оценку танца «Дружные тройки». Оценивать на уроке свою деятельность.
18	Красота движений.	1	21.01		Уметь ориентироваться в пространстве. Совершенствовать технику ходьбы тихим шагом, быстрым шагом, галопом по центру зала, по диагонали. Сохранять неправильные дистанции во всех видах построений, используя ленты, круги, скакалки. Чувствовать и выполнять красоту движений. Повторять перестроения 1 и 2 четверти. Слушать объяснения учителя. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки». Оценивать на уроке свою деятельность.
<b>Раздел № 3 «Беседы по хореографическому искусству» - 4 часа</b>					
19-20	Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней.	2	28.01 04.02	Показ. Наблюдение. Беседа.	Активировать внимание. Поддерживать беседу на тему «Бальный танец от эпохи средневековья до наших дней». Владеть навыками направления движения вправо – влево, в шеренге, цепочкой, в круг, из

					<p>круга; по три, по два, по одному. Уметь делать 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.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Выполнять общеразвивающие упражнения с мячом.</p> <p>Играть в музыкально - подвижные игры под музыку: «Вправо – влево, бросай!» «Пустое место».</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>
21-22	Танцы народов РФ, их особенности и костюмы.	2	11.02 18.02	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Изучать и знать танцы народов РФ, их особенности и костюмы.</p> <p>Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.</p> <p>Уметь одновременно прохлопывать и протопывать несложные ритмические рисунки в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Протопывание того, что прохлопал и наоборот.</p> <p>Самостоятельно исполнять простые ритмические рисунки.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Составление несложных танцев, композиций.</p> <p>Играть в музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p>

					Оценивать на уроке свою деятельность.
<b>Раздел № 4 «Танец» - 8 часов</b>					
23	Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре.	1	25.02	Показ Наблюдение	<p>Исполнять русские народные движения в танце «Кадриль».</p> <p>Передавать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта. Самостоятельно ускорять и замедлять темп движений.</p> <p>Работать над качеством выполнения движений.</p> <p>Знать основные движения русского танца и точно выполнить их: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка (для мальчиков) на месте и с продвижением.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>
24- 25	Элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка.	2	04.03 11.03	Показ. Наблюдение.	<p>Выполнять элементы народной хореографии: ковырялочка, елочка, гармошка.</p> <p>Учить русский народный танец «Кадриль».</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p>

26	Простейшие фигуры в танцах.	1	18.03	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Исполнять на оценку русский народный танец «Кадриль». Оценивать на уроке свою творческую деятельность и деятельность одноклассников.
27. 28.	Танец «Полька».	2	01.04 08.04	Показ Наблюдение	Выполнять танцевальные элементы польки Ориентироваться в пространстве. Выполнять движения с предметами более сложных, чем в предыдущих четвертях. Танцевать выученные танцы. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».

29. 30.	Танец «Вальс».	2	15.04 22.04	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	<p>Выполнять танцевальные элементы вальса. Ориентироваться в пространстве. Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги. Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах. Участвовать в совместных играх. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность. Работать над качеством ритмико-гимнастических упражнений. Выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений. Самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка Выполнять упражнения на расслабление мышц. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>
<b>Раздел № 5 «Творческая деятельность» - 4 часа</b>					
31	Этюдная работа.	1	29.04	Объяснение, словесное	Выполнять этюдную работу, ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки.



				сопровождение движений под музыку, наблюдение	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. Игры под музыку с пением и речевым сопровождением. Действия с воображаемыми предметами.
32	Образные танцы.	1	06.05	Показ Наблюдение	Слушать объяснения учителя. Основные движения образных танцев. Участвовать в работе над самостоятельным исполнением этюда. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
33	Театрализация и танец.	1	13.05	Объяснение, словесное сопровождение движений под музыку, наблюдение	Различать театрализацию и танец. Участвовать в совместной творческой деятельности. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
34	Итоговое занятие.	1	20.05	Концерт	Закреплять навыки в процессе специальных упражнений (с предметами, с детскими музыкальными инструментами) под музыку. Уметь легко и непринуждённо выполнять все игровые и плясовые движения; в игровых и плясовых движениях передавать различные нюансы музыки: напевность, грациозность,

					энергичность, нежность, игривость и т.д. Качественное исполнение на оценку «Танца с хлопками». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>			

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

#### **Организация учебного кабинета:**

- Выбор помещения и его рациональная планировка соответствует Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам (СанПиН 2.4.2. № 178-02)
- Кабинет оснащен техническими средствами и созданы условия для их эффективного использования и хранения. В наличие: музыкальный центр, компьютер.
- Интерьер оформлен в соответствии с функциональной значимостью кабинета и ритмики.
- Основной принцип размещения и хранения учебного оборудования - по видам учебного оборудования, с учетом частоты использования данного учебного оборудования и правил безопасности.
- Информационный наглядный материал находится на цифровых носителях.
- Оборудование: детские музыкальные инструменты барабаны, бубны, маракасы, деревянные ложки, металлофоны, маски, музыкальные игрушки.

#### **Материальные средства:**

- актовый зал;
- магнитофон;
- компьютер, оснащенный звуковыми колонками;
- фонотека; диски DVD, диски DVD– караоке
- детские песни из мультфильмов (ремиксы, оригиналы и минусовки);
- наглядные демонстрационные пособия;
- коврики для выполнения упражнений;
- мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.

### **Аудиоматериалы.**

- «Ритмическая мозаика» (1 часть) Музыкальная палитра 2009г.
- «Ритмическая мозаика» (2 часть) Музыкальная палитра 2009г.
- «Ритмическая мозаика» (3 часть) Музыкальная палитра 2009г/
- «Ритмическая мозаика» (4 часть) Музыкальная палитра 2009г.
- Музыка для балльных танцев. ALL TIMES/
- 

### **Список литературы.**

- Шершнева В.Г. «От ритмики к танцу». (М., 2008)
- Бабенкова Е.А., Федоровская О.М. «Игры, которые лечат». (-М.: ТЦ Сфера, 2009)
- Роот З.Я. Танцы в начальной школе Практическое пособие М., Айрис Пресс, Айрис дидактика, 2007
- Дереклеева Н.И. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы». (-М.: ВАКО, 2007)
- «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
- Учите детей танцевать. Учебно-методическое пособие. М., Владос 2002
- Агапова И.А., Давыдова М.А. Лучшие музыкальные игры для детей. – М.: ЛАДА, 2006. – 224 с.
- Андреева М., Шукшина З. Первые шаги в музыке. – М., 1993
- Артёмова Л.В. Театрализованные игры школьников. – М., 1991.
- Боровик Т. Звуки, ритмы и слова. – Минск, 1999.
- Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. «Музыка и движение (Упражнения, игры и пляски для детей 6 -7 лет) Москва. Просвещение 1984 г.
- Буцкиев Л. Подвижные игры под музыку, 1987 г
- Бырченко Т. С песенкой по лесенке. Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1991.
- Гоголева М. Ю. Логоритмика в детском саду. Ярославль. Академия развития, 2006 г.
- Касицина М. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007
- Картушина М. Ю. Логоритмика для малышей. Творческий центр «Сфера». Москва 2005 г, М. А. Косицина, И. Г. Бородинина «Коррекционная ритмика», Москва 2005 г.
- Музыка и движение. Издательство «Просвещение», 1983г.
- Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. под. ред. Медведевой. Е. А. Москва 2002 г.

- Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией доктора педагогических наук, профессора В.В.Воронковой, – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2013г. Автор программы «Ритмика» А.А. Айдарбекова.
- Пожиленко. Е. А. Артикуляционная гимнастика. Санкт – Петербург 2006 г.
- 7. Полевая Н. В, Перминова Л. В. Комплекс коррекционно – музыкальных занятий «Дружная семейка». Санкт – Петербург. Детство – пресс.2010 г.

### **Информационно-коммуникационные средства.**

#### **Демонстрационный материал на цифровых носителях:**

- Видеофильмы «Школа танцев для детей»; «Танцевально-ритмическая гимнастика»; «Ритмика» Т. Суворовой, части 1-5.
- Музыкальные презентации, видеофильмы «Шишкина школа. Музыка»
- Кридская. Е.Д. Музыка 1-4 класс. Электронный ресурс.
- Видеокурс «Гимнастика для детей».
- Музыкальные записи произведений композиторов, звучание оркестра.

**Интернет ресурсы:** Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР) по предмету «Музыка». – Режим доступа: <http://www.sohool-collection.edu.ru/>. Учитель.ru (<http://teacher.fio.ru>)