

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 2 «А» класса
на 2024 – 2025 учебный год**

Составитель: учитель высшей квалификационной категории *Коростина О.А.*

Рецензент: учитель высшей квалификационной категории *Лазарева Е.В.*

Пояснительная записка.

Данная адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» для обучающегося 2 «А» предназначена для детей с интеллектуальными нарушениями, 1 вариант.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) общеобразовательном учреждении VIII вида 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.

Рабочая учебная программа по коррекционному курсу «Ритмика» 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»

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.

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.

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.

Форма организации: студия ритмики и пластики, конкурс пластических образов, постановка концертных номеров

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.

Цель коррекционного курса «Ритмика» – развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- знакомство с основными музыкально – ритмическими понятиями;
- развитие представлений о характере музыки и средствах выразительности через отображение в движениях, пластических миниатюрах, образных играх;
- коррекция двигательных нарушений;
- активизация двигательной и произвольной памяти;

- улучшение координации и точности движений, ориентации в пространстве;
- развитие слухового восприятия, памяти, мышления, дыхательного аппарата, речевой моторики, быстроты реакции;
- развитие слухоречевого координирования, музыкальной памяти, чувства ритма;
- снятие эмоционального напряжения, преодоление неадекватных форм поведения;
- общее развитие обучающихся (развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей);
- развитие способности переживать содержание музыкального образа, передавать его в движении;
- приобщение к традициям народной культуры;
- воспитание положительных качеств личности, навыков организованных действий, дисциплинированности, вежливого обращения друг с другом.

Описание места учебного предмета «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 предмет «Ритмика» во 2 классе отведено по 1 часу в неделю, что составляет 34 часа за учебный год. Продолжительность урока 40 минут.

Планируемые результаты.

Личностные:

персональная идентичность

- принятие и частичное освоение социальной роли обучающегося;
- формирование и развитие мотивации к учебному процессу;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности;
- формирование и развитие первоначальных навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в процессе выполнения совместной учебной деятельности;
- развитие умения слышать инструкцию к учебному заданию.

Предметные:

Минимальный уровень

Должны:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- выполнять несложные движения и упражнения вместе с педагогом
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе самостоятельно или по образцу;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень

Должны:

- рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами);
- инсценировать доступные музыкальные произведения.
-

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 достижений.

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 с 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 ритмичность детей при ходьбе - расслаблять мышцы рук, ног.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжатие 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 мускулатуру 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 упражнений 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 разделов.

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Контроль
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	8	-
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	12	-
3.	Упражнения с музыкальными инструментами	4	-
4.	Танцевальные упражнения	8	-
5.	Игры под музыку Танцевальные упражнения	6	-
Итого:		34	-

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Ритмическая ходьба с хлопками. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

Ритмико – гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Эти упражнения способствуют выработке координационных движений (согласованность движения рук с движениями ног, туловища, головы). Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Упражнения с мячом и скакалкой.

Упражнения с музыкальными инструментами

Упражнения с детскими музыкальными инструментами. В этом разделе начинается работа с подготовительных упражнений: сгибание, разгибание пальцев в кулак, сцепление с напряжением и без, сопоставление пальцев. Передача частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.

Танцевальные упражнения

Обучению танцам и пляскам должна предшествовать работа по развитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хороводного шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего – с озорной, плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами: с флажками (ходим быстрее и шире), с платочком (плавно и легко). Повторение элементов танца по программе 3 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные подскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски:

приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца.

Игры под музыку

Игры под музыку. Игры под музыку научат детей создавать музыкально-двигательный образ, но детям нужно называть название предмета, которое определяет характер движения: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг). Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

- «Если нравится тебе, делай так!»
- «Кот и мыши»
- «Птица без гнезда».
- «Попрыгунчики-воробушки».
- «Да? – Нет?»
- «Горка - яма».
- «Тревога», «Круг и кружочки».
- «Быстро построиться».
- «Вправо – влево, бросай!»
- «Пустое место».
- «Тихо – громко».

Программа рассчитана:

Класс	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Итого
2	8	8	9	8	34

Календарно – тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Тип урока	Дата проведения	Направление работы при изучении предметного материала	Основные виды деятельности	Вид контроля
	Раздел «Ориентировка в пространстве»						
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Разминка в кругу.	1	Урок нового знания	05.09	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. Игра с пением и речевым сопровождением «Кот и мыши»	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. Играть с пением и речевым сопровождением «Кот и мыши». Самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ. Оценивать на уроке свою деятельность.	Предварительный
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Разминка в центре	1	Урок рефлексии	12.09	Ориентировка в пространстве, построению в колонну по три. Разминка в центре зала.	Ориентироваться в пространстве. Держать осанку. Разминка в центре зала.	Текущий

	зала.				<p>Перестроение из колонны по три в колонну парами, держать осанку.</p> <p>Чередование ходьбы широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.</p> <p>Построение в колонны по три.</p> <p>Разминка в центре зала.</p> <p>Упражнения с музыкальными инструментами.</p> <p>Игра «Если нравится тебе, делай так!»</p>	<p>Строиться в колонну по три, перестроение из колонны по три в колонну парами, в кол</p> <p>Ходить в соответствии с метрической пульсацией.</p> <p>Чередовать ходьбу с приседанием со сгибанием коленей на носках широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.</p> <p>Играть в игру «Если нравится тебе, делай так!»</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>	
	Раздел «Ритмико– гимнастические упражнения»						
3.	Ритмико – гимнастические упражнения.	1	Урок рефлексии	19.09	<p>Работа над качеством общеразвивающих упражнений.</p> <p>Разминка в центре зала.</p> <p>Выполнение упражнений на координацию движений, на расслабление мышц.</p> <p>Соблюдение темпа движений, выполнять ОРУ в определенном ритме и темпе.</p> <p>Игра с пением «Если нравится тебе, делай так!»</p>	<p>Работать над качеством общеразвивающих упражнений.</p> <p>Разминка в центре зала.</p> <p>Соблюдать темп движений, выполнять ОРУ в определенном ритме и темпе.</p> <p>Выполнять упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Играть в игру с пением «Если</p>	Текущий

						нравится тебе, делай так!» Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	
4.	Ритмико – гимнастические упражнения. Разминка в центре зала. Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия.	1	Урок открытия нового знания	26.09	Работа над качеством общеразвивающих упражнений. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц. Знакомиться с танцем «Парная пляска». Чешская народная мелодия. Совместная творческая деятельность. Упражнения с детскими музыкальными инструментами Подвижные игры под музыку.	Работать над качеством общеразвивающих упражнений. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц. Участвовать в совместной творческой деятельности. Упражнения с детскими музыкальными инструментами: сгибание и разгибание кистей рук, встряхивая и расслабляя. повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Выполнять упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Участвовать в совместных играх. Знакомиться с танцем «Парная пляска» Чешская народная мелодия. Участвовать в совместных играх. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	Текущий
5.	Разминка на	1	Урок	03.10	Разминка на ковриках.	Разминка на ковриках.	Текущий

	ковриках. Танцевальные упражнения. Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия. т. «Яблочко» - знакомство		открытия нового знания		Разучивание танцевальных упражнений. Движение парами: ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Бег. Основные движения «Парной пляски». Учить передавать в движениях части музыкальных произведений, чередование музыкальных фраз. Игры под музыку.	Учить танцевальные упражнения. Движение парами: ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Бег. Разучивание основных движений «Парной пляски». Выполнение танцевальных движений характерных каждой части музыкального произведения. Играть в игры под музыку. Оценивать на уроке свою деятельность.	
6.	Танцевальные упражнения. Танец. Разминка на ковриках. т. «Яблочко»	1	Урок рефлексии	10.10	Разучивание танцевальных упражнений. Выполнение основных движений польки: шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп. Научить передавать в движениях динамическое настроение в музыке, сильную долю такта. Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия - самостоятельное исполнение. Подвижные игры под музыку.	Выполнять танцевальные упражнения: шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп. Уметь передавать в движениях динамическое настроение в музыке, сильной доле такта. Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия – исполнять самостоятельно. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	Текущий

7. 8.	Разминка в кругу. Танцевальные упражнения. «Парная пляска», т. «Яблочко»	2	Урок рефлексии	17.10 24.10	Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки. Широкий высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Передача в движении сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Выразительное исполнение танца «Парная пляска» Чешская народная мелодия Подвижные игры под музыку.	Выполнять ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки основные движения чешского танца. Протопывание несложных ритмических рисунков. Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия - выразительное исполнение. Подвижные игры под музыку. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	Текущий
9.	Контрольно-обобщающий урок.	1	Урок развивающего контроля	31.10	Выявление успешности овладения обучающимися ранее изученного материала. Работа над качеством выполнения упражнений, движений. Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Активирование внимания. Передача в движениях	Участвовать в совместных играх. Передавать в движениях развёрнутый сюжет музыкального рассказа. Менять роли в импровизации. Придумывать варианты к играм и пляскам. Передавать в движениях части музыкальных произведений; чередовать музыкальные фразы, динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельно ускорять и	Периодический

					частей музыкальных произведений; чередование музыкальных фраз, динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.	замедлять темп разнообразных движений. Оценивать на уроке свою деятельность.	
	Раздел «Упражнения на координацию движений»						
10.	Упражнения на координацию движений, ориентировку в пространстве. Подвижные игры.	1	Урок открытия нового знания	14.11	Ориентироваться в пространстве. Перестроение из одного круга в два, в три отдельных маленьких круга. Учить взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Выполнение круговых движений левой ноги в сочетании с рукой. Повторение «Парной пляски» Чешская народная мелодия. Подвижные игры: «Птица без гнезда».	Ориентироваться в пространстве. 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. Уметь взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Выполнять круговые движения левой ноги в сочетании с рукой. Играть в подвижные игры:	Предварительный

					«Попрыгунчики-воробушки».	«Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	
11.	Упражнения на расслабление мышц. Игра.	1	Урок рефлексии	21.10	Упражнения на расслабление мышц. Выпрямлять руки в суставах и напрягать все мышцы от плеча до кончиков пальцев; стойка на полупальцах; перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Ходьба и бег с предметами. Перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».	Упражнения на расслабление мышц. Уметь выпрямлять руки в суставах и напрягать все мышцы от плеча до кончиков пальцев; стойка на полупальцах; перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. 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: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки». Оценивать на уроке свою деятельность.	Текущий
12.	Ритмико - гимнастические упражнения. Перестроения.	1	Урок рефлексии	28.11	Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнения на координацию движений, на расслабление мышц. Ходьба и бег с предметами. Построение из нескольких кругов в звездочки.	Выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, на расслабление мышц. Уметь ходить и бегать с предметами. Подстраиваться из нескольких	Текущий

					<p>Творческая деятельность.</p> <p>Подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p>	<p>кругов в звёздочки.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Играть подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	
	Раздел «Танец»						
13.	Танцевальные упражнения.	1	Урок открытия нового знания	05.12	<p>Учить танцевальным элементам: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.</p> <p>Танец « Дружные тройки»- знакомить с музыкой, движениями.</p> <p>Исполнение движений пружиннее, 19лавне, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений танца.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание,</p>	<p>Разучивать танцевальные элементы: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку.</p> <p>Присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.</p> <p>Учить танец « Дружные тройки»- знакомство с танцем.</p> <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>Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</p>	Текущий

					<p>повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</p> <p>Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p>	<p>Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Выполнять упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Играть подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	
14.	Полька «Дружные тройки».	1	Урок открытия нового знания	12.12	<p>Активирование внимания.</p> <p>«Дружные тройки»- работа в парах.</p> <p>Выполнение бокового галопа, подскока, шага польки, индивидуально и в парах.</p> <p>Выполнение упражнений на расслабление мышц.</p> <p>Игры под музыку.</p> <p>Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен.</p>	<p>Активировать внимание.</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>Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен.</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	Текущий
15.	Полька «Дружные тройки»	1	Урок рефлексии	19.12	<p>Закрепление движений польки.</p> <p>Работа на различие частей музыки, выполнение</p>	<p>Слышать части музыки, выполнять соответствующие движения.</p> <p>Различать части музыки,</p>	Текущий

					соответствующих движений. Ориентировка в пространстве. Игры под музыку. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен.	выполнять соответствующие движения. Активировать внимание. Выразительно исполнять польку «Дружные тройки».	
16.	Обобщающий урок.	1	Урок развивающего контроля	26.12	Выявление успешности овладения обучающимися ранее изученного материала. Закрепить и обобщить музыкальные и ритмические навыки, знания. Правильное, быстрое и точное выполнение выученных ритмических упражнений с хореографическими элементами. Работа над качеством исполнения, ансамблем. «Дружные тройки» - исполнение на оценку.	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.	Периодический
	Раздел «Ориентировка в пространстве. Ритмико – гимнастические упражнения»						

17.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игра.	1	Урок рефлексии	09.01	<p>Ориентироваться в пространстве.</p> <p>Совершенствование техники ходьбы тихим шагом, быстрым шагом, галопом по центру зала, по диагонали.</p> <p>Сохранение неправильных дистанций во всех видах построений, используя ленты, круги, скакалки.</p> <p>Повторение перестроений 1 и 2 четверти.</p> <p>Перестроение из общего круга в кружочки по два, по три по четыре и обратно в общий круг.</p> <p>Игры «Тревога», «Круг и кружочки».</p>	<p>Уметь ориентироваться в пространстве.</p> <p>Совершенствовать технику ходьбы тихим шагом, быстрым шагом, галопом по центру зала, по диагонали.</p> <p>Сохранять неправильные дистанции во всех видах построений, используя ленты, круги, скакалки.</p> <p>Повторять перестроения 1 и 2 четверти.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки».</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	Предварительный
18.	Ритмико - гимнастические упражнения на ковриках.	1	Урок рефлексии	16.01	<p>Работа над качеством выполнения упражнений.</p> <p>Ритмико - гимнастические упражнения на ковриках.</p> <p>Учить неторопливо, приседать с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание.</p> <p>Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд.</p>	<p>Работать над качеством выполнения упражнений.</p> <p>Ритмико - гимнастические упражнения на ковриках.</p> <p>Уметь неторопливо приседать с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание.</p> <p>Приседать с одновременным выставлением ноги вперёд.</p> <p>Выполнять упражнения на расслабление мышц.</p>	Текущий

					Упражнения на расслабление мышц. Музыкально - подвижные игры под музыку.	Играть в музыкально – подвижные игры.	
19.	Ритмико - гимнастические упражнения. Разминка в центре зала.	1	Урок рефлексии	23.01	Активирование внимания. Продолжать работу над ориентировкой в пространстве: направления движения вправо – влево, в шеренге, цепочкой, в круг, из круга; по три, по два, по одному. Разминка в центре зала. 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. Слушать объяснения учителя. Общеразвивающие упражнения с мячом. Музыкально - подвижные игры под музыку: «Вправо – влево, бросай!» «Пустое место».	Активировать внимание. 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 стороны с напряжением. Слушать объяснения учителя. Выполнять общеразвивающие упражнения с мячом. Играть в музыкально - подвижные игры под музыку: «Вправо – влево, бросай!» «Пустое место». Оценивать на уроке свою деятельность.	Текущий
20.	Упражнения с детскими	1	Урок открытия	30.01	Разучивание несложных	Уметь сгибать и разгибать кисти рук, встряхивать,	Текущий

	музыкальными инструментами		нового знания		<p>мелодий.</p> <p>Исполнение различных ритмов на детских музыкальных инструментах.</p> <p>Учить сгибать и разгибать кисти рук, встряхивать, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</p> <p>Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.</p> <p>Самостоятельное составление простых ритмических рисунков.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Составление несложных танцев, композиций.</p> <p>Игры с пением, речевым сопровождением.</p>	<p>повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</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> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	
21.	Танцевальные упражнения.	1	Урок	06.02	Активирование внимания.	Активировать внимание.	Текущий
22.	Основные движения	1	открытия нового знания	13.02	Знакомить с основными движениями народного танца.	Знакомиться с танцевальными движениями русского народного танца.	

	русского Танца.				Творческая деятельность. Игра на детских музыкальных инструментах. Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Играть в музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением. Оценивать на уроке свою деятельность.	
23. 24.	«Кадриль». Русский народный танец.	1 1	Урок открытия нового знания	20.02 27.02	Исполнение русских народных движений в танце «Кадриль». Учить передавать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа движений. Работа над качеством выполнения основных движений 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. Творческая деятельность. Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.	Исполнять русские народные движения в танце «Кадриль». Передавать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта. Самостоятельно ускорять и замедлять темп движений. Работать над качеством выполнения движений. 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. Участвовать в совместной творческой деятельности. Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением. Оценивать на уроке свою	Текущий

						творческую деятельность.	
25.	«Кадриль» - выразительное исполнение.	1	Урок рефлексии	06.03	Выразительное исполнение русского народного танца «Кадриль». Участвовать в совместной творческой деятельности. Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.	Выразительно исполнять русский народный танец «Кадриль». Участвовать в совместной творческой деятельности. Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.	Текущий
26.	Обобщающий урок.	1	Урок развивающего контроля	13.03	Выявление успешности овладения обучающимися ранее изученного материала.	Исполнять на оценку русский народный танец «Кадриль». Оценивать на уроке свою творческую деятельность и деятельность одноклассников.	Итоговый
27.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	Урок рефлексии	27.03	Ориентировка в пространстве. Выполнение движений с предметами более сложных, чем в предыдущих четвертях. Исполнение выученных танцев в предыдущих четвертях. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».	Ориентироваться в пространстве. Выполнять движения с предметами более сложных, чем в предыдущих четвертях. Танцевать выученные танцы. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».	Текущий
28.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	Урок открытия нового знания	03.04	Ориентировка в пространстве. Учить рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в	Ориентироваться в пространстве. Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в	Текущий

					<p>три колонны, шеренги. Соблюдение правильной дистанции в колонне по три и в концентрических кругах. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	<p>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.</p>	
29.	Ритмико - гимнастические упражнения	1	Урок рефлексии	10.04	<p>Работа над качеством ритмико-гимнастических упражнений, общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений. Правильное и быстрое нахождение нужного темпа ходьбы, бега в соответствии с характером и построением, музыкального отрывка. Упражнения на расслабление мышц. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	<p>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>	Текущий

30.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	Урок открытия нового знания	17.04	<p>Учить играть гаммы на металлофоне, ксилофоне.</p> <p>Разучивание несложных мелодий.</p> <p>Учить исполнять различные ритмы на металлофоне в среднем и быстром темпе.</p> <p>Импровизация.</p> <p>Передать в движении развёрнутый сюжет музыкального рассказа.</p> <p>Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	<p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Играть гаммы на металлофоне, ксилофоне.</p> <p>Уметь самостоятельно исполнять различные ритмы на металлофоне в среднем и быстром темпе.</p> <p>Уметь самостоятельно импровизировать.</p> <p>Передать в движении развёрнутый сюжет музыкального рассказа.</p> <p>Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	Текущий
31.	«Танец с хлопками» Карельская народная мелодия. Игры под музыку.	1	Урок открытия нового знания	24.04	<p>Знакомить с «Танцем с хлопками» Карельская народная мелодия.</p> <p>Разбор музыки по частям, индивидуальная работа.</p> <p>Учить 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</p>	<p>Танец с хлопками» - разбор музыки по частям.</p> <p>Выполнять ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки.</p> <p>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,</p>	Текущий

					веселой, задорной пляски. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	даже во время веселой, задорной пляски. Игры под музыку с пением и речевым сопровождением. Действия с воображаемыми предметами.	
32.	Танцевальные упражнения. «Танец с хлопками». Карельская народная мелодия	1	Урок рефлексии	08.05	Танец «Танец с хлопками». Карельская народная мелодия. Различать основные характерные движения народных танцев. Разучивание движений, самостоятельная работа в парах. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».	Слушать объяснения учителя. Основные движения народных танцев. Участвовать в работе над самостоятельным исполнением танца в парах. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	Текущий
33.	«Танец с хлопками» Карельская народная мелодия	1	Урок рефлексии	15.05	«Танец с хлопками». Карельская народная мелодия - закрепление движений, выразительное исполнение. Участвовать в совместной творческой деятельности.	«Танец с хлопками» - закреплять движения и выразительно исполнять. Участвовать в совместной творческой деятельности. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	Текущий
34.	Контрольно-обобщающий урок.	1	Урок развивающего контроля	22.05	Выявление успешности овладения обучающимися ранее изученного материала. Закрепление навыков в процессе специальных упражнений (с предметами, с детскими музыкальными	Закреплять навыки в процессе специальных упражнений (с предметами, с детскими музыкальными инструментами) под музыку. Уметь легко и непринуждённо выполнять все игровые и	Итоговый

				инструментами) под музыку. Умение 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. Танец «Танец с хлопками» - исполнение на оценку.	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.	
--	--	--	--	---	---	--

Описание материально-технического обеспечения

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.

Список учебно - методической литературы для учителя.

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012г.

- Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, 1 вариант) ГКОУ УР «Каракулинская школа для обучающихся с ОВЗ».
- 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
- 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. 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.
- Полевая Н. В, Перминова Л. В. Комплекс коррекционно – музыкальных занятий «Дружная семейка». Санкт – Петербург. Детство – пресс.2010 г.
- Ритмика. Москва, Издательский центр «Академия», 1999г.
- Руднева С.Д. Фиш З. Ритмика. Музыкальное движение Москва просвещение 1972 год.
- Ткаченко Т.С Народные танцы Москва 1975.
- Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва 1989 год.
- Фирилева Ж.Е. СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – Санкт-Петербург: «Детство-пресс», 2000.
- Фиш Э., РудневаС. Музыкальное движение. – Санкт-Петербург: Издательский центр «Гуманитарная Академия», 2000.
- Школа танцев для детей. Под ред. Савчук О. – Санкт-Петербург: «Ленинградское издательство», 2010.\

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.school-collection.edu.ru/>. Учитель.ру (<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 3 «А» класса
на 2024 – 2025 учебный год**

Составитель: учитель высшей квалификационной категории *Коростина О.А.*

Рецензент: учитель высшей квалификационной категории *Лазарева Е.В.*

Пояснительная записка.

Данная адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» для обучающегося 3 «А» предназначена для детей с интеллектуальными нарушениями, 1 вариант.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) общеобразовательном учреждении VIII вида 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.

Рабочая учебная программа по коррекционному курсу «Ритмика» 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»

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.

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.

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.

Форма организации: студия ритмики и пластики, конкурс пластических образов, постановка концертных номеров

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

Педагогические технологии: лично - 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.

Цель коррекционного курса «Ритмика»— развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа;
- коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;

- развитие двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формирование правильной осанки;
- формирование эстетического вкуса.
- развитие навыков участия в коллективной творческой деятельности.
-

Описание места учебного предмета «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 предмет «Ритмика» в 3 классе отведено по 1 часу в неделю, что составляет 34 часа за учебный год. Продолжительность урока 40 минут.

Планируемые результаты.

Личностные:

персональная идентичность

- осознание себя как обучающегося, как члена семьи, одноклассника, друга;
- формирование мотивации к обучению и познанию;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- формирование самостоятельности при выполнении учебных заданий, поручений;
- понимание личной ответственности за свои поступки;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в процессе выполнения совместной учебной деятельности.

Предметные:

Минимальный уровень

Должны:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;

- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- выполнять несложные движения и упражнения вместе с педагогом
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточный уровень

Должны:

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

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 с 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 поднятие 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 ритмичность 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 разделов.

№ п/п	Название раздела	Кол-во часов	Контроль
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве	4	-
2.	Ритмико-гимнастические упражнения	13	-
3.	Упражнения с музыкальными инструментами	3	-
4.	Игры под музыку	8	-
5.	Танцевальные упражнения	6	-
Итого:		34	-

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Ритмическая ходьба с хлопками. Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

Ритмико – гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения. Эти упражнения способствуют выработке координационных движений (согласованность движения рук с движениями ног, туловища, головы). Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Упражнения с мячом и скакалкой.

Упражнения с музыкальными инструментами.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами. В этом разделе начинается работа с подготовительных упражнений: сгибание, разгибание пальцев в кулак, сцепление с напряжением и без, сопоставление пальцев. Передача частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.

Танцевальные упражнения.

Обучению танцам и пляскам должна предшествовать работа по развитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хороводного шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего – с озорной, плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами: с флажками (ходим быстрее и шире), с платочком (плавно и легко). Повторение элементов танца по программе 3 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные подскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски:

приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца.

Танцы и пляски.

- Дружные тройки. Полька. Музыка И.Штрауса.
- Украинская пляска «Коло». Украинская народная мелодия.
- Парная пляска. Чешская народная мелодия.
- Пляска мальчиков «Чеботуха». Русская народная мелодия.
- Танец с хлопками. Карельская народная мелодия.

Игры под музыку.

Игры под музыку. Игры под музыку научат детей создавать музыкально-двигательный образ, но детям нужно называть название предмета, которое определяет характер движения: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг). Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

- «Если нравится тебе, делай так!»
- «Кот и мыши»
- «Птица без гнезда».
- «Попрыгунчики-воробушки».
- «Да? – Нет?»
- «Горка - яма».
- «Тревога», «Круг и кружочки».
- «Быстро построиться».
- «Вправо – влево, бросай!»
- «Пустое место».
- «Тихо – громко»

Программа рассчитана:

Класс	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Итого
3	9	7	9	9	34

Календарно – тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Тип урока	Дата проведе ния	Направление работы при изучении предметного материала	Основные виды деятельности	Вид контроля
	Раздел «Ориентировка в пространстве»						
1.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Разминка в кругу.	1	Урок нового знания	05.09	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.	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. Играть с пением и речевым	Предварительный

					Игра с пением и речевым сопровождением «Кот и мыши»	сопровождением «Кот и мыши». Самостоятельно создавать музыкально-двигательный образ. Оценивать на уроке свою деятельность.	
2.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Разминка в центре зала.	1	Урок рефлексии	12.09	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. Упражнения с музыкальными инструментами. Игра «Если нравится тебе, делай так!»	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. Играть в игру «Если нравится тебе, делай так!» Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	Текущий
	Раздел «Ритмико– гимнастические упражнения»						
3.	Ритмико – гимнастические	1	Урок	19.09	Работа над качеством	Работать над качеством	Текущий

	упражнения.		рефлексии		<p>общеразвивающих упражнений.</p> <p>Разминка в центре зала.</p> <p>Выполнение упражнений на координацию движений, на расслабление мышц.</p> <p>Соблюдение темпа движений, выполнять ОРУ в определенном ритме и темпе.</p> <p>Игра с пением «Если нравится тебе, делай так!»</p>	<p>общеразвивающих упражнений.</p> <p>Разминка в центре зала.</p> <p>Соблюдать темп движений, выполнять ОРУ в определенном ритме и темпе.</p> <p>Выполнять упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Играть в игру с пением «Если нравится тебе, делай так!»</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>	
4.	<p>Ритмико – гимнастические упражнения.</p> <p>Разминка в центре зала.</p> <p>Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия.</p>	1	Урок открытия нового знания	26.09	<p>Работа над качеством общеразвивающих упражнений.</p> <p>Упражнения на координацию движений.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Знакомиться с танцем «Парная пляска». Чешская народная мелодия.</p> <p>Совместная творческая деятельность.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</p> <p>Подвижные игры под музыку.</p>	<p>Работать над качеством общеразвивающих упражнений. Упражнения на координацию движений.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами: сгибание и разгибание кистей рук, встряхивая и расслабляя. повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</p> <p>Выполнять упражнения для кистей рук с барабанными</p>	Текущий

						<p>палочками.</p> <p>Участвовать в совместных играх.</p> <p>Знакомиться с танцем «Парная пляска» Чешская народная мелодия.</p> <p>Участвовать в совместных играх.</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>	
5.	<p>Разминка на ковриках.</p> <p>Танцевальные упражнения.</p> <p>Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия.</p> <p>т. «Яблочко» - знакомство</p>	1	Урок открытия нового знания	03.10	<p>Разминка на ковриках.</p> <p>Разучивание танцевальных упражнений.</p> <p>Движение парами: ходьба с приседанием, кружение с продвижением.</p> <p>Бег. Основные движения «Парной пляски».</p> <p>Учить передавать в движениях части музыкальных произведений, чередование музыкальных фраз.</p> <p>Игры под музыку.</p>	<p>Разминка на ковриках.</p> <p>Учить танцевальные упражнения.</p> <p>Движение парами: ходьба с приседанием, кружение с продвижением.</p> <p>Бег.</p> <p>Разучивание основных движений «Парной пляски».</p> <p>Выполнение танцевальных движений характерных каждой части музыкального произведения.</p> <p>Играть в игры под музыку.</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	Текущий
6.	<p>Танцевальные упражнения.</p> <p>Танец.</p> <p>Разминка на ковриках.</p>	1	Урок рефлексии	10.10	<p>Разучивание танцевальных упражнений.</p> <p>Выполнение основных движений польки: шаг на носках, шаг польки,</p>	<p>Выполнять танцевальные упражнения:</p> <p>шаг на носках, шаг польки, широкий, высокий бег, сильные поскоки, боковой</p>	Текущий

	т. «Яблочко»				<p>широкий, высокий бег, сильные поскоки, боковой галоп.</p> <p>Научить передавать в движениях динамическое настроение в музыке, сильную долю такта.</p> <p>Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия - самостоятельное исполнение.</p> <p>Подвижные игры под музыку.</p>	<p>галоп.</p> <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>	
7. 8.	Разминка в кругу. Танцевальные упражнения. «Парная пляска», т. «Яблочко»	2	Урок рефлексии	17.10 24.10	<p>Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки.</p> <p>Широкий высокий бег.</p> <p>Сильные поскоки, боковой галоп.</p> <p>Передача в движении сильной доли такта.</p> <p>Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.</p> <p>Выразительное исполнение танца «Парная пляска» Чешская народная мелодия</p> <p>Подвижные игры под музыку.</p>	<p>Выполнять ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки</p> <p>основные движения чешского танца.</p> <p>Протопывание несложных ритмических рисунков.</p> <p>Танец «Парная пляска» Чешская народная мелодия - выразительное исполнение.</p> <p>Подвижные игры под музыку.</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>	Текущий
9.	Контрольно-обобщающий урок.	1	Урок развивающего	31.10	Выявление успешности овладения обучающимися	Участвовать в совместных играх.	Периодический

			контроля		<p>ранее изученного материала. Работа над качеством выполнения упражнений, движений. Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Активирование внимания. Передача в движениях частей музыкальных произведений; чередование музыкальных фраз, динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.</p>	<p>Передавать в движениях развёрнутый сюжет музыкального рассказа. Менять роли в импровизации. Придумывать варианты к играм и пляскам. Передавать в движениях части музыкальных произведений; чередовать музыкальные фразы, динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельно ускорять и замедлять темп разнообразных движений. Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	
	Раздел «Упражнения на координацию движений»						
10.	Упражнения на координацию движений, ориентировку в пространстве. Подвижные игры.	1	Урок открытия нового знания	14.11	<p>Ориентироваться в пространстве. Перестроение из одного круга в два, в три отдельных маленьких круга. Учить взмахом отвести правую ногу в сторону и</p>	<p>Ориентироваться в пространстве. Научиться перестроению из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём</p>	Предварительный

					<p>поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги.</p> <p>Выполнение круговых движений левой ноги в сочетании с рукой.</p> <p>Повторение «Парной пляски» Чешская народная мелодия.</p> <p>Подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p>	<p>отступления одной группы детей на шаг вперед, другой - на шаг назад.</p> <p>Уметь взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги.</p> <p>Выполнять круговые движения левой ноги в сочетании с рукой.</p> <p>Играть в подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>	
11.	Упражнения на расслабление мышц. Игра.	1	Урок рефлексии	21.10	<p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Выпрямлять руки в суставах и напрягать все мышцы от плеча до кончиков пальцев; стойка на полупальцах; перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.</p> <p>Ходьба и бег с предметами.</p> <p>Перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.</p>	<p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Уметь выпрямлять руки в суставах и напрягать все мышцы от плеча до кончиков пальцев; стойка на полупальцах; перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.</p> <p>Ходить и бегать с предметами.</p> <p>Уметь перестраиваться из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и</p>	Текущий

					Подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».	обратно в общий круг. Играть в подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки». Оценивать на уроке свою деятельность.	
12.	Ритмико - гимнастические упражнения. Перестроения.	1	Урок рефлексии	28.11	Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнения на координацию движений, на расслабление мышц. Ходьба и бег с предметами. Построение из нескольких кругов в звёздочки. Творческая деятельность. Подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».	Выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, на расслабление мышц. Уметь ходить и бегать с предметами. Подстраиваться из нескольких кругов в звёздочки. Участвовать в совместной творческой деятельности. Играть подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки». Оценивать на уроке свою деятельность.	Текущий
	Раздел «Танец»						
13.	Танцевальные упражнения.	1	Урок открытия нового знания	05.12	Учить танцевальным элементам: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	Разучивать танцевальные элементы: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.	Текущий

					<p>Танец « Дружные тройки»- знакомить с музыкой, движениями.</p> <p>Исполнение движений пружиннее, 20 лавне, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений танца.</p> <p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</p> <p>Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p>	<p>Учить танец « Дружные тройки»- знакомство с танцем.</p> <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>Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</p> <p>Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Выполнять упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Играть подвижные игры: «Птица без гнезда». «Попрыгунчики-воробушки».</p> <p>Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	
14.	Полька. «Дружные тройки».	1	Урок открытия нового знания	12.12	<p>Активирование внимания.</p> <p>«Дружные тройки»- работа в парах.</p> <p>Выполнение бокового галопа, подскока, шага польки, индивидуально и в парах.</p>	<p>Активировать внимание.</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>	Текущий

					<p>Выполнение упражнений на расслабление мышц. Игры под музыку. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен.</p>	<p>Полька «Дружные тройки» - исполнять самостоятельно. Выполнять упражнения на расслабление мышц Играть в игры под музыку. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен. Оценивать на уроке свою деятельность.</p>	
15.	Полька «Дружные тройки»	1	Урок рефлексии	19.12	<p>Закрепление движений польки. Работа на различие частей музыки, выполнение соответствующих движений. Ориентировка в пространстве. Игры под музыку. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен.</p>	<p>Слышать части музыки, выполнять соответствующие движения. Различать части музыки, выполнять соответствующие движения. Активировать внимание. Выразительно исполнять польку «Дружные тройки».</p>	Текущий
16.	Обобщающий урок.	1	Урок развивающего контроля	26.12	<p>Выявление успешности овладения обучающимися ранее изученного материала. Закрепить и обобщить музыкальные и ритмические навыки, знания. Правильное, быстрое и точное выполнение выученных ритмических упражнений с хореографическими</p>	<p>Закреплять и обобщать музыкальные и ритмические навыки, знания. Правильно, быстро и точно выполнять выученные ритмические движения с хореографическими элементами. Работать над качеством исполнения, ансамблем.</p>	Периодический

					элементами. Работа над качеством исполнения, ансамблем. «Дружные тройки» - исполнение на оценку.	Исполнение на оценку танца «Дружные тройки». Оценивать на уроке свою деятельность.	
	Раздел «Ориентировка в пространстве. Ритмико – гимнастические упражнения»						
17.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Игра.	1	Урок рефлексии	09.01	Ориентироваться в пространстве. Совершенствование техники ходьбы тихим шагом, быстрым шагом, галопом по центру зала, по диагонали. Сохранение неправильных дистанций во всех видах построений, используя ленты, круги, скакалки. Повторение перестроений 1 и 2 четверти. Перестроение из общего круга в кружочки по два, по три по четыре и обратно в общий круг. Игры «Тревога», «Круг и кружочки».	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. Повторять перестроения 1 и 2 четверти. Слушать объяснения учителя. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки». Оценивать на уроке свою деятельность.	Предварительный
18.	Ритмико - гимнастические	1	Урок	16.01	Работа над качеством	Работать над качеством	Текущий

	упражнения на ковриках.		рефлексии		<p>выполнения упражнений. Ритмико - гимнастические упражнения на ковриках. Учить неторопливо, приседать с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд. Упражнения на расслабление мышц. Музыкально - подвижные игры под музыку.</p>	<p>выполнения упражнений. Ритмико - гимнастические упражнения на ковриках. Уметь неторопливо приседать с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Приседать с одновременным выставлением ноги вперёд. Выполнять упражнения на расслабление мышц. Играть в музыкально – подвижные игры.</p>	
19.	Ритмико - гимнастические упражнения. Разминка в центре зала.	1	Урок рефлексии	23.01	<p>Активирование внимания. Продолжать работу над ориентировкой в пространстве: направления движения вправо – влево, в шеренге, цепочкой, в круг, из круга; по три, по два, по одному. Разминка в центре зала. Уметь делать наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их</p>	<p>Активировать внимание. 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 стороны с напряжением. Слушать объяснения учителя. Выполнять общеразвивающие</p>	Текущий

					<p>перед собой, с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением.</p> <p>Слушать объяснения учителя.</p> <p>Общеразвивающие упражнения с мячом.</p> <p>Музыкально - подвижные игры под музыку: «Вправо – влево, бросай!»</p> <p>«Пустое место».</p>	<p>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>	
20.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	Урок открытия нового знания	30.01	<p>Разучивание несложных мелодий.</p> <p>Исполнение различных ритмов на детских музыкальных инструментах.</p> <p>Учить сгибать и разгибать кисти рук, встряхивать, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</p> <p>Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.</p> <p>Самостоятельное составление простых ритмических рисунков.</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Составление несложных</p>	<p>Уметь сгибать и разгибать кисти рук, встряхивать, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.</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>	Текущий

					танцев, композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.	Участвовать в совместной творческой деятельности. Составление несложных танцев, композиций. Играть в музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением. Оценивать на уроке свою деятельность.	
21. 22.	Танцевальные упражнения. Основные движения русского Танца.	1 1	Урок открытия нового знания	06.02 13.02	Активирование внимания. Знакомить с основными движениями народного танца. Творческая деятельность. Игра на детских музыкальных инструментах. Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.	Активировать внимание. Знакомиться с танцевальными движениями русского народного танца. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Играть в музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением. Оценивать на уроке свою деятельность.	Текущий
23. 24.	«Кадриль». Русский народный танец.	1 1	Урок открытия нового знания	20.02 27.02	Исполнение русских народных движений в танце «Кадриль». Учить передавать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа движений. Работа над качеством выполнения основных	Исполнять русские народные движения в танце «Кадриль». Передавать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта. Самостоятельно ускорять и замедлять темп движений. Работать над качеством выполнения движений. Знать основные движения русского танца и точно	Текущий

					<p>движений 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>Творческая деятельность.</p> <p>Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p>	<p>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>	
25.	«Кадриль» - выразительное исполнение.	1	Урок рефлексии	06.03	<p>Выразительное исполнение русского народного танца «Кадриль».</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p>	<p>Выразительно исполнять русский народный танец «Кадриль».</p> <p>Участвовать в совместной творческой деятельности.</p> <p>Музыкально – подвижные игры с пением, речевым сопровождением.</p>	Текущий
26.	Обобщающий урок.	1	Урок развивающего контроля	13.03	<p>Выявление успешности овладения обучающимися ранее изученного материала.</p>	<p>Исполнять на оценку русский народный танец «Кадриль».</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность и деятельность одноклассников.</p>	Итоговый
27.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	Урок рефлексии	27.03	<p>Ориентировка в пространстве.</p> <p>Выполнение движений с предметами более сложных, чем в предыдущих</p>	<p>Ориентироваться в пространстве.</p> <p>Выполнять движения с предметами более сложных,</p>	Текущий

					<p>четвертях. Исполнение выученных танцев в предыдущих четвертях. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	<p>чем в предыдущих четвертях. Танцевать выученные танцы. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	
28.	Упражнения на ориентировку в пространстве.	1	Урок открытия нового знания	03.04	<p>Ориентировка в пространстве. Учить рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги. Соблюдение правильной дистанции в колонне по три и в концентрических кругах. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	<p>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.</p>	Текущий
29.	Ритмико - гимнастические упражнения	1	Урок рефлексии	10.04	<p>Работа над качеством ритмико-гимнастических упражнений, общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений. Правильное и быстрое</p>	<p>Работать над качеством ритмико-гимнастических упражнений. Выполнять общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений. Самостоятельно уметь</p>	Текущий

					<p>нахождение нужного темпа ходьбы, бега в соответствии с характером и построением, музыкального отрывка.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	<p>правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка</p> <p>Выполнять упражнения на расслабление мышц.</p> <p>Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p> <p>Оценивать на уроке свою творческую деятельность.</p>	
30.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	1	Урок открытия нового знания	17.04	<p>Учить играть гаммы на металлофоне, ксилофоне.</p> <p>Разучивание несложных мелодий.</p> <p>Учить исполнять различные ритмы на металлофоне в среднем и быстром темпе.</p> <p>Импровизация.</p> <p>Передать в движении развёрнутый сюжет музыкального рассказа.</p> <p>Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	<p>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</p> <p>Играть гаммы на металлофоне, ксилофоне.</p> <p>Уметь самостоятельно исполнять различные ритмы на металлофоне в среднем и быстром темпе.</p> <p>Уметь самостоятельно импровизировать.</p> <p>Передать в движении развёрнутый сюжет музыкального рассказа.</p> <p>Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».</p>	Текущий
31.	«Танец с хлопками» Карельская	1	Урок открытия нового	24.04	<p>Знакомить с «Танцем с хлопками» Карельская народная мелодия.</p>	<p>Танец с хлопками» - разбор музыки по частям.</p> <p>Выполнять ритмичные</p>	Текущий

	народная мелодия. Игры под музыку.		знания		Разбор музыки по частям, индивидуальная работа. Учить 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. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	движения в соответствии с различным характером музыки. 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.	Танцевальные упражнения. «Танец с хлопками». Карельская народная мелодия	1	Урок рефлексии	08.05	Танец «Танец с хлопками». Карельская народная мелодия. Различать основные характерные движения народных танцев. Разучивание движений, самостоятельная работа в парах. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко».	Слушать объяснения учителя. Основные движения народных танцев. Участвовать в работе над самостоятельным исполнением танца в парах. Подвижные игры: «Тревога», «Круг и кружочки», «Тихо – громко». Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	Текущий
33.	«Танец с	1	Урок	15.05	«Танец с хлопками».	«Танец с хлопками» -	Текущий

	хлопками» Карельская народная мелодия		рефлексии		Карельская народная мелодия - закрепление движений, выразительное исполнение. Участвовать в совместной творческой деятельности.	закреплять движения и выразительно исполнять. Участвовать в совместной творческой деятельности. Оценивать на уроке свою творческую деятельность.	
34.	Контрольно-обобщающий урок.	1	Урок развивающего контроля	22.05	Выявление успешности овладения обучающимися ранее изученного материала. Закрепление навыков в процессе специальных упражнений (с предметами, с детскими музыкальными инструментами) под музыку. Умение 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. Танец «Танец с хлопками» - исполнение на оценку.	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.	Итоговый

Описание материально-технического обеспечения.

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.

Список учебно - методической литературы для учителя.

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012г.
- Адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями, 1 вариант) ГКОУ УР «Каракулинская школа для обучающихся с ОВЗ».
- Агапова И.А., Давыдова М.А. Лучшие музыкальные игры для детей. – М.: ЛАДА, 2006. – 224 с.
- 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
- 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. 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.
- 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.
- Ткаченко Т.С Народные танцы Москва 1975.

- Франио Г. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Москва 1989 год.
- Фирилева Ж.Е. СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – Санкт-Петербург: «Детство-пресс», 2000.
- Фиш Э., Руднева С. Музыкальное движение. – Санкт-Петербург: Издательский центр «Гуманитарная Академия», 2000.
- Школа танцев для детей. Под ред. Савчук О. – Санкт-Петербург: «Ленинградское издательство», 2010.

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>)