Приложение к АООП НОО
для обучающихся с задержкой
психического развития

Рабочая программа по Ритмике

д. Воробьева 2024 год

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «Ритмика» для учащихся 1доп - 4 классов составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ № 1599 от 19 декабря 2014 г.;
- Федеральная адаптивная основная общеобразовательная программа с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Учебный план образовательной организации.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

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

Задачи:

- развивать умение слушать музыку;
- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа. Корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности, овладевать музыкально-ритмической деятельностью в разных её видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально-ритмические рисунки, импровизация);
- овладеть различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;

- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, чёткости и точности движений;
- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии, нормализация мышечного тонуса, снятия неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие обучающегося.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью.

2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «РИТМИКА»

Преподавание ритмики в школе для обучающихся с ОВЗ обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно-развивающего обучения данному предмету является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

Связь содержания программы с учебными предметами.

Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

Программа содержит 5 разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.
4. Игры под музыку.
5. Танцевальные упражнения.

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

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

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

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

Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

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

В соответствии со спецификой региона дополнены следующие разделы: танцевальные упражнения: народные танцевальные традиции Урала.

Особенности реализации программы.

Особенности методики преподавания предмета. Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с умственной отсталостью обуславливаются структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в психических функциях, эмоционально-волевой сфере, моторике. В связи с этим в занятия по ритмике включаются такие направления, как:

- коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного);
- коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния (радости, нежности, печали, удивления и т.д.), учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения;
- коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий;
- развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии. Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
- Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
- Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
- Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

- ритмопластика и ритмическая гимнастика;

- логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
- психогимнастика под музыку;
- корригирующие игры с пением;
- коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
- коммуникативные танцы;
- хореографические этюды с предметами и без предметов;
- элементы музицирования;
- импровизация;
- ритмический диктант;

Во время проведения занятий используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока, рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока. интерес к теме или уроку. распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

3. МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет	Количество часов году					Всего
	1 доп. класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	
Ритмика	1/33	1/33	1/34	1/34	1/34	168

Рабочая программа рассчитана на пять лет изучения в начальной школе из расчета 1 час в неделю, всего – 168 часов

в 1 дополнительном классе на 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели;

в 1 классе на 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели;

во 2 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

в 3 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

в 4 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели.

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

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

Предметных результатов:

1 дополнительного и 1 класс

Минимальный уровень:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

- уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- 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;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

2 класс

Минимальный уровень:

- уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- 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;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень:

- уметь 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).

3 класс

Минимальный уровень:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

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

Достаточный уровень:

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

4 класс

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

- знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
- уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;
- знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;
- уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Дополнительный и 1 класс

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

1. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

Упражнения на расслабление мышц

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

2. Координация движений, регулируемых музыкой

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

3. Игры под музыку

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.

Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей.
Музыкальные игры с предметами.

4. Танцевальные упражнения

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

2 класс

Содержание программы:

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Ходьба вдоль с поворотами. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

Упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы. Наклоны туловища. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук. Повороты туловища с передачей предмета. Движения рук и ног. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Перекрестные движения. Сопряженные движения рук и ног. Одновременные движения рук и ног. Ускорение и замедление движений. Смена движений.

Упражнения на расслабление мышц

Встряхивание и раскачивание рук. Раскачивание рук поочередно и вместе. Выбрасывание ног.

3. Координация движений, регулируемых музыкой

Круговые движения. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане.

4. Игры под музыку

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки. Различение изменений в музыке. Передача в движениях игровых образов. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен.

5. Танцевальные упражнения

Тихая ходьба, пружинящий шаг. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки, хлопки, полька. Переменные притопы. Элементы русской пляски. Движения местных народных танцев.

3 класс

Содержание программы:

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

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

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

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

Упражнения на координацию движений

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

Упражнения на расслабление мышц

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

3. Координация движений, регулируемых музыкой

Упражнение с барабанными палочками. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

4. Игры под музыку

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

5. Танцевальные упражнения

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

4 класс

Содержание программы:

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений

Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы. Упражнения под музыку. Самостоятельное составление ритмических рисунков. Сочетание хлопков и притопов с предметами.

Упражнения на расслабление мышц

Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя

3. Координация движений, регулируемых музыкой Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.

4. Игры под музыку

Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

5. Танцевальные упражнения

Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег Поскоки с продвижением. Элементы народных танце.

6. ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

- познавательных учебных действий:

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

- регулятивных учебных действий:

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

- коммуникативных учебных действий:

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

7. КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ + ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Календарно - тематическое планирование «Ритмика» 1 доп. класс

№п/п	Наименование раздела программы и тем урока	Количество часов	Дата проведения урока	
			планируемая	фактическая
Упражнения на ориентировку в пространстве 7 ч				
1	Вводный урок. Разнообразие движений под музыку.	1		
2	Ритмические движения в соответствии с характером музыки.	1		
3	Виды ходьбы (бодрый, спокойный, топающий).	1		
4	Отстукивание простых ритмических рисунков в ладоши, ногами.	1		
5	Несложные танцевальные движения в композиции.	1		
6	Прямой и боковой галоп, лёгкий бег.	1		
7	Имитационные движения (зверей, птиц).	1		
Ритмико-гимнастические упражнения 6 ч				
8	Разучивание отдельных танцевальных элементов.	1		

9	Согласованность танцевальных движений под музыку.	1		
10	Изменение направления, формы ходьбы, бега, галопа.	1		
11	Изменение направления, формы ходьбы, бега, галопа.	1		
12	Закрепление по теме «Ходьба в различных направлениях».	1		
13	Виды музыкальных инструментов.	1		
Упражнения с детскими музыкальными инструментами 7 ч.				
14	Ритм в музыке.	1		
15	Исполнение ритма на детских музыкальных инструментах.	1		
16	Формирование навыков общения в детском коллективе.	1		
17	Ознакомление с танцем «Полька».	1		
18	Разучивание отдельных элементов танца.	1		
19	Работа над отдельными частями танца, индивидуально	1		
20	Работа над отдельными частями танца, индивидуально.	1		
Игры под музыку 7 ч				
21	Самостоятельное исполнение танца под музыку.	1		
22	Повторение танцевальных движений.	1		
23	Движения в парах – вынос ноги на каблук, боковой галоп, соскок.	1		
24	Движения в парах – вынос ноги на каблук, соскок.	1		
25	Танцевальные упражнения в сочетании с приставными шагами и прыжками на одной ноге – парные движения.	1		
26	Танцевальные упражнения . Переход в танце по кругу с речетивом.	1		
27	Пальчиковая гимнастика (упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1		
Танцевальные упражнения 6 ч				
28	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку.	1		
29	Темп и ритм.	1		

30	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку.	1		
31	Знакомство с танцем.	1		
32	Движение по линии танца.	1		
33	Повторение пройденного материала.	1		

Календарно - тематическое планирование «Ритмика» 1класс

№п\п	Наименование раздела программы и тем урока	Количество часов	Дата проведения урока	
			планируемая	фактическая
Упражнения на ориентировку в пространстве 7 ч				
1	Вводный урок. Разнообразие движений под музыку.	1		
2	Ритмические движения в соответствии с характером музыки.	1		
3	Виды ходьбы (бодрый, спокойный, топающий).	1		
4	Отстукивание простых ритмических рисунков в ладоши, ногами.	1		
5	Несложные танцевальные движения в композиции.	1		
6	Прямой и боковой галоп, лёгкий бег.	1		
7	Имитационные движения (зверей, птиц).	1		
Ритмико-гимнастические упражнения 6 ч				
8	Разучивание отдельных танцевальных элементов.	1		
9	Согласованность танцевальных движений под музыку.	1		
10	Изменение направления, формы ходьбы, бега, галопа.	1		
11	Изменение направления, формы ходьбы, бега, галопа.	1		
12	Закрепление по теме «Ходьба в различных направлениях».	1		
13	Виды музыкальных инструментов.	1		
Упражнения с детскими музыкальными инструментами 7 ч.				
14	Ритм в музыке.	1		
15	Исполнение ритма на детских музыкальных инструментах.	1		
16	Формирование навыков общения в детском коллективе.	1		
17	Ознакомление с танцем «Полька».	1		

18	Разучивание отдельных элементов танца.	1		
19	Работа над отдельными частями танца, индивидуально	1		
20	Работа над отдельными частями танца, индивидуально.	1		
Игры под музыку 7 ч				
21	Самостоятельное исполнение танца под музыку.	1		
22	Повторение танцевальных движений.	1		
23	Движения в парах – вынос ноги на каблук, боковой галоп, соскок.	1		
24	Движения в парах – вынос ноги на каблук, соскок.	1		
25	Танцевальные упражнения в сочетании с приставными шагами и прыжками на одной ноге – парные движения.	1		
26	Танцевальные упражнения . Переход в танце по кругу с речетивом.	1		
27	Пальчиковая гимнастика (упражнения с детскими музыкальными инструментами).	1		
Танцевальные упражнения 6 ч				
28	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку.	1		
29	Темп и ритм.	1		
30	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку.	1		
31	Знакомство с танцем.	1		
32	Движение по линии танца.	1		
33	Повторение пройденного материала.	1		

Календарно - тематическое планирование «Ритмика» 2 класс

№п\п	Наименование раздела программы и тем урока	Количество часов	Дата проведения урока	
			планируемая	фактическая
Игры под музыку 7 ч				
1	Вводный урок. Разнообразие движений под музыку.	1		
2	Ритмические движения в соответствии с характером музыки.	1		

3	Виды ходьбы (бодрый, спокойный, топающий).	1		
4	Отстукивание простых ритмических рисунков в ладоши, ногами.	1		
5	Несложные танцевальные движения в композиции.	1		
6	Прямой и боковой галоп, лёгкий бег.	1		
7	Имитационные движения (зверей, птиц).	1		
Ритмико-гимнастические упражнения 6 ч				
8	Разучивание отдельных танцевальных элементов.	1		
9	Согласованность танцевальных движений под музыку.	1		
10	Изменение направления, формы ходьбы, бега, галопа.	1		
11	Изменение направления, формы ходьбы, бега, галопа.	1		
12	Закрепление по теме «Ходьба в различных направлениях».	1		
13	Виды музыкальных инструментов.	1		
Упражнения с детскими музыкальными инструментами 7 ч.				
14	Ритм в музыке.	1		
15	Исполнение ритма на детских музыкальных инструментах.	1		
16	Формирование навыков общения в детском коллективе.	1		
17	Ознакомление с танцем «Полька».	1		
18	Разучивание отдельных элементов танца.	1		
19	Работа над отдельными частями танца, индивидуально	1		
20	Работа над отдельными частями танца, индивидуально.	1		
Игры под музыку 7 ч				
21	Самостоятельное исполнение танца под музыку.	1		
22	Повторение танцевальных движений.	1		
23	Движения в парах – вынос ноги на каблук, боковой галоп, соскок.	1		
24	Движения в парах – вынос ноги на каблук, соскок.	1		

25	Танцевальные упражнения в сочетании с приставными шагами и прыжками на одной ноге – парные движения.	1		
26	Танцевальные упражнения. Переход в танце по кругу с речетивом.	1		
27	Пальчиковая гимнастика (упражнения с детскими музыкальными инструментами).	1		
Танцевальные упражнения 6 ч				
28	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку.	1		
29	Темп и ритм.	1		
30	Ритмико-гимнастические упражнения под музыку.	1		
31	Знакомство с танцем.	1		
32	Движение по линии танца.	1		
33	Движение по линии танца.	1		
34	Повторение пройденного материала.	1		

**Календарно – тематическое планирование по коррекционному курсу
«Ритмика» 3 класс**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			планируемая	фактическая
1	Вводный урок. Построение в колонны по три.	1		
2	Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круг.	1		
3	Чередование ходьбы с приседанием.	1		
4	Ходьба на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину	1		
5	Наклоны, повороты и круговые движения головы	1		
6	Движения рук в разных направлениях.	1		
7	Перелезание через сцепленные руки,	1		

	через палку.			
8	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	1		
9	Круговые движения ступни	1		
10	Круговые движения ступни	1		
11	Одновременное прихлопывание и притопывание несложных ритмических рисунков.	1		
12	Упражнения на сложную координацию движений с предметами	1		
13	Упражнения на сложную координацию движений с предметами. Закрепление.	1		
14	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков.	1		
15	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Закрепление.	1		
16	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.	1		
17	Упражнения на выработку осанки.	1		
18	Сгибание и разгибание кистей рук.	1		
19	Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	1		
20	Разучивание несложных мелодий.	1		
21	Исполнение	1		

	различных ритмов на барабане.			
22	Исполнение различных ритмов на бубне.	1		
23	Сжимание пальцев в кулак и разжимание.	1		
24	Передача в движениях частей музыкального произведения.	1		
25	Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом.	1		
26	Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен	1		
27	Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа.			
28	Смена ролей в импровизации	1		
29	Придумывание вариантов к играм и пляскам	1		
30	Действия с воображаемыми предметами	1		
31	Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием	1		
32	Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1		
33	Основные движения народных танцев	1		
34	Урок – концерт «Делай как я!»	1		

Календарно – тематическое планирование по коррекционному курсу «Ритмика» 4 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			планируемая	фактическая
1	Перестроение из колонны по одному в колонну по 4. Построение в шахматном порядке.	1		
2	Построение в колонны, перестроение в круги.	1		
3	Выполнение движений с предметами.	1		
4	Составление ритмических рисунков с предметами (погремушками, барабаном).	1		
5	Общеразвивающие упражнения (наклоны, повороты, общие движения головы)	1		
6	Работа рук: отведение в стороны, скрещивание, разведение, круговые движения плеч, кистей рук.	1		
7	Повороты туловища (вперёд, в стороны, наклоны, сидя с передачей предметов)	1		
8	Работа ног: приседания, поднимание на носки, круговые движения ступни.	1		
9	Упражнения на выработку осанки.	1		
10	Прыжки на двух ногах одновременно, приседание на корточки	1		
11	Сочетания движений рук, ног, туловища, кистей.	1		
12	Упражнения с предметами, составление ритмических рисунков.	1		
13	Ритмичные движения под музыку (бубен, барабан)	1		
14	Движения кистей и пальцев рук в разном темпе.	1		
15	Выполнение не сложных упражнений, песен на детском пианино.	1		
16	Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни.	1		
17	Самостоятельное ускорение и замедление темпа.	1		
18	Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз.	1		
19	Упражнение на передачу в движении ритмического рисунка игровых образцов.	1		
20	Составление танцевальных композиций.	1		
21	Подвижные игры с пением или речевым сопровождением.	1		
22	Инсценирование музыкальных сказок, песен.	1		
23	Повторение элементов танца за 3 класс.	1		

24	Упражнения на различение элементов народных танцев.	1		
25	Элементы русской пляски: шаг кадрили, поскоки.	1		
26	Разучивание народных танцев.	1		
27	Пружинящий бег, поскоки с продвижением назад, быстрые и мелкие шаги на всей ступне.	1		
28	Круговой галоп.	1		
29	Кадриль. Русская народная мелодия.	1		
30	Узбекский танец.	1		
31	Грузинский танец «Лезгинка».	1		
32	Бульба (белорусская народная мелодия).	1		
33	Составление танцевальных композиций.	1		
34	Инсценирование песен.	1		

8. УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Программно-методические материалы:

Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Москва « Просвещение» 2017.

Материально-техническое обеспечение:

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

Методическая литература:

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000

4. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
5. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затымина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

Дополнительная литература для учителя и учащихся:

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

Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
- Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>