

казённое общеобразовательное учреждение Омской области
«Нововаршавская адаптивная школа – интернат»
(КОУ «Нововаршавская школа-интернат»)

Рассмотрено
Методическим объединением
Протокол № _____ от
_____ августа _____ г.

Согласовано
Заместитель директора
по УВР

Л.Ю.Арнович

Утверждаю
и.о. директора школы

Л.Ю. Арнович
Приказ № 125-од от
31.08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по коррекционному курсу РИТМИКА
5 класс
по учебному плану 2023-2024 учебный год

Составитель: Морозова Т.Ю., учитель

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся 5 класса с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составлена на основеследующих нормативных правовых документов:

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ от 5.12. 2022 № 1063 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- Приказ от 24.12.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Инструктивное письмо Министерства общего и профессионального образования РФ № 48 от 04.09.1997 «О специфике деятельности специальных (коррекционных образовательных учреждений I-VIII видов)»;
- Инструктивное письмо Минобрнауки РФ от 26 декабря 2000 года № 3 «О дополнении инструктивного письма Минобрнауки России от 04.09.1997 №48»;
- Письмо Министерства образования РФ № 27//582-6 от 10.06.1999 «Рекомендации по социально-трудовой адаптации выпускников специальных (коррекционных образовательных учреждений VIII вида»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ № 120 ФЗ (ст. 18) от 24.06. 1999 «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № АФ-150/06 от 18.04. 2008 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- СанПиН № 2.3/2.4.3590-20, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Устав казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Нововаршавская адаптивная школа-интернат»;
- Адаптированная основная общеобразовательная программа КОУ «Нововаршавская школа-интернат» 5-9 классы (1 вариант) на 2023-2024 учебный год;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждении рабочих программ учебных предметов, коррекционных курсов, программ внеурочной деятельности педагогов казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Нововаршавская адаптивная школа-интернат».

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 общие:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
- развитие общей и речевой моторики,
- эмоционально-волевое развитие учащихся,
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.
- **Образовательные задачи:**
- формировать у учащихся представления о ритмике, предмете, входящем в систему музыкального воспитания;
- формировать художественный вкус детей;
- выявлять способности импровизировать, самостоятельно танцевать;
- знакомить с танцевальными движениями, упражнениями и танцами;
- уточнять, напоминать о том, чтобы танцевальные движения совпадали с ритмом музыки;
- расширить знания о танцах: бальные вальс, танго, эстрадные, народные русские пляски, хороводы, танцы народов мира;
- обобщить музыкально-теоретические понятия;
- систематизировать танцевальные и ритмико-гимнастические упражнения;
- развивать представление о пространстве и умение ориентироваться в нем;
- приобщать детей к музыке и правильному восприятию ее на слух;
- развивать творческие способности;
- учить пользоваться музыкальными, танцевальными терминами;
- тренировать и развивать музыкальную память, слух, мышление, воображение;
- проверять полученные знания и умения о ритмике.

Коррекционно-развивающие задачи:

- корригировать внимание (произвольное, произвольное, устойчивое, переключение внимания, увеличение объема внимания) путем выполнения танцевальных движений;
- коррекция и развитие связной устной речи (регулирующая функция, планирующая функция, анализирующая функция, орфоэпически правильное произношение, пополнение и обогащение пассивного и активного словарного запаса, диалогическая и монологическая речь) через выполнение заданий по логоритмике;
- коррекция и развитие памяти (кратковременной, долговременной) при разучивании танцев;
- коррекция и развитие зрительных восприятий при повторях танцевальных движений;
- развитие слухового восприятия при прослушивании музыкальных произведений;
- коррекция и развитие тактильного восприятия;
- коррекция и развитие мелкой моторики кистей рук (формирование ручной умелости, развитие ритмичности, плавности движений, соразмерности движений);
- коррекция и развитие мыслительной деятельности (операций анализа и синтеза, выявление главной мысли, установление логических и причинно-следственных связей, планирующая функция мышления);

- коррекция и развитие личностных качеств учащихся, эмоционально-волевой сферы (навыков самоконтроля, усидчивости и выдержки, умение выражать свои чувства при разучивании и исполнении танцевальных движений);
- развитие сенсомоторной сферы, слухомоторной координации темпо – ритмических структур;
- развитие пространственной ориентации;
- формирование двигательных навыков в сочетании с речью и музыкой;
- регуляция эмоциональной сферы;
- развитие умений и навыков коллективных действий.

Воспитательные задачи:

- воспитывать интерес к учебе, предмету;
- воспитывать умение работать в парах, в группах;
- воспитывать самостоятельность;
- воспитывать нравственные качества (любовь, бережное отношение к друг к другу, трудолюбие, умение сопереживать и т.п.)

Формулировка задач на урок зависит от темы урока, подобранных заданий и типа урока. Например, на уроке изучения нового материала – дать понятия, познакомить, на уроке закрепления знаний – закрепить, повторить и т.п.

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.

Преподавание ритмики в адаптивной школе- интернат 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.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Обучающая коррекционная ритмика

«Коррекционная ритмика» (КР) – это специальное комплексное занятие, на котором средствами музыки и специальных двигательных и психокоррекционных упражнений происходит коррекция и развитие ВПФ, улучшаются качественные характеристики движения, развиваются личностные качества, саморегуляция и произвольность движений и поведения.

Уроки ритмики, способствуют общему развитию детей с ограниченными возможностями, исправлению недостатков общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, физического развития, эстетического воспитания.

Работа по развитию чувства ритма строится на ритмических упражнениях, движениях, охватывающих интеллектуальную, эмоциональную и волевою сферу учащихся.

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, кадриль, 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.

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.

Основные направления

- формирование пространственных ориентировок, развития пространственного мышления и воображения;
- совершенствование навыков движения (различные виды ходьбы, бега, подскоков, боковой голоп), выполняемых под музыку в разных музыкальных размерах и темпах;
- обучение элементам танца (народно –характерного, эстрадного, бального), выполнение творческих заданий, используя знакомые танцевальные движения, точно подбирая пластику, жесты в соответствии с характером музыкального произведения;
- совершенствование восприятия музыкального искусства через осознание его драматургии, воспитания у детей способности чувствовать музыку, умение передавать в жестах, танцевальных движениях стиль произведения.

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.

«Ритмика» является важной составляющей частью образования, обучающихся, с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Овладение по «Ритмике» знаниями и умениями является необходимым условием успешной социализации обучающихся, формированием у них жизненных компетенций и творческого развития.

Рабочая программа по «Ритмике» предназначена для учащихся 5-8 классов с лёгкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями).

«Ритмика» является одним из важных общеобразовательных предметов в основной образовательной программе для детей с особыми возможностями здоровья.

При составлении программы учитывались возрастные и психофизиологические особенности учащихся, содержание программы отвечает принципам психолого - педагогического процесса и коррекционной направленности обучения и воспитания обучающихся с умственной отсталостью.

Данная программа позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития учащихся. Программа содействует сохранению единого образовательного пространства, предоставляет широкие возможности для реализации различных подходов к построению учебного курса с учётом индивидуальных способностей и потребностей учащегося.

Программа разработана в целях решения оздоровительных, образовательных, воспитательных и коррекционных задач. Рабочая учебная программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта на базовом уровне; дает распределение учебных часов по разделам курса и определяет последовательность изучения разделов с учетом внутри предметных связей, возрастных особенностей учащихся; определяет набор тестов и зачётов, выполняемых учащимися.

Организация занятия по ритмике

Уроки лучше проводить в большом, просторном, хорошо проветренном, светлом помещении. Класс оборудован большими зеркалами, где дети могут смотреть, контролировать, сравнивать музыкально-ритмические движения учителя и свои танцевальные движения исправлять неточности и ошибки. Наблюдая за собой в зеркало, постоянно контролировать координацию движений, рук, ног, головы, тела в полный рост. Ковровые дорожки нужны для партерной гимнастики дети выполняют упражнения на релаксацию лёжа, сидя на полу, движения и упражнения лёжа то на спине, то на животе, то на боку и т.д.

Одежда детей должна быть удобной, не стесняющей их движения и не вызывающей перегрева, желательно, чтобы обуви на ногах не было, если позволяет помещение т.е. если на полу покрытие. Либо обувь спортивная кеды, чешки.

Перед занятием подготовить необходимый реквизит массажные мячи, обручи, флажки, музыкально- шумовые инструменты, платочки, и т.д. Подготовить DVD диски для просмотра, аудио кассеты для прослушивания.

Детям, которым противопоказаны резкие, сложные движения, могут исполнять в играх посильные для них роли, не требующие активных действий (например, роль садовника в игре «Садовник и зоопарк»).

Уроки коррекционной ритмики имеют следующую структуру.

Урок ритмики может состоять из 4-х частей.

1-я вводная часть - двигательная разминка (4 - 5 минут) включает в себя разминку в виде различных видов ходьбы, перестроений и бега в различных направлениях под музыку.

2-я основная часть (20 - 22 минут) состоит из упражнений на развитие и коррекцию основных видов движений, серии движений, музыкально-ритмических движений (1), развитие психических функций и компонентов деятельности, совершенствование психомоторики (2), на развитие способности ориентироваться в пространстве (3), на развитие эмоционально-волевой сферы и компонентов личности (4). Кроме того, по необходимости, в основную часть включают игры различной подвижности.

3-я часть (5-10 минут) игра на музыкально –шумовых инструментах.

4-я заключительная часть - 5 - 8 минут. Включает в себя подвижную или речевую игру (зависит от двигательной нагрузки основной части) и *обязательную релаксационную фазу.*

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика», 5 класс входит в коррекционную область обязательной части учебного плана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В связи с тем, что уроки выпадают на праздничные дни, то количество часов в текущем учебном году составляет 65 часов.

Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в I четверти	Кол-во часов в II четверти	Кол-во часов в III четверти	Кол-во часов в IV четверти	Кол-во часов за год
2	15	16	18	16	65

4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Освоение обучающимися предмета «Ритмика», предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных.*

Личностные результаты

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

Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
1. Рассчитываться на первый, второй, третий, четвёртый для последующего построения три, в четыре колонны, шеренги; 2. Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах; 3. Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой; 4. Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями; 5. Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д., передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; 6. Повторять любой ритм, заданный учителем; 7. Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).	1. Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыкального движения; 2. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; 3. Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения; 4. Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастным построением.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

- испытывать чувство гордости за свою страну;
 - гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
 - адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
 - уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности;
- активно включаться в общепользную социальную деятельность;
- бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия

Коммуникативные учебные действия включают:

- умения вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.);
- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач;
- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия

Регулятивные учебные действия представлены умениями:

- принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления;
- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;
- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;
- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия

- умения дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;
- использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Система оценки достижения обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы, предметные результаты освоения учебного предмета коррекционного курса. Для оценки сформированности каждого действия можно использовать, например, следующую систему оценки:

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных

ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла — способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации. Балльная система оценки позволяет объективно оценить промежуточные и итоговые достижения каждого учащегося в овладении конкретными учебными действиями, получить общую картину сформированности учебных действий у всех учащихся, и на этой основе осуществить корректировку процесса их формирования на протяжении всего времени обучения.

Диагностика уровня усвоения предметных результатов
учебная дисциплина «Ритмика»

<i>№ п.п.</i>	<i>Тема раздела</i>	<i>Форма</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	1 уровень - знать все пространственные понятия; 2 уровень - четко, организованно перестраиваться в круг; 3 уровень - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; знать правила работы перестроения в большой круг, из большого круга в маленькие круги по 2-е, по 3-е, по 4 и наоборот; из круга перестроение в «ворота», из «ворот» в 2 круга; перестроение в «звёздочки»
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	1 уровень – знать названия всех упражнений и особенности их выполнения; 2 уровень – выполнять упражнения с соблюдением всех правил; 3 уровень – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	1 уровень – знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки; 2 уровень – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки, 3 уровень – передавать в движении ритмический рисунок мелодии;
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	1 уровень – знать правила игр; 2 уровень – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; 3 уровень – играть, соблюдая правила;
5	Танцевальные	Групповое	1 уровень – знать названия движений народного

	упражнения.	занятие	<p>танца, различать основные характерные движения некоторых народных танцев;</p> <p>2 уровень – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением;</p> <p>3 уровень – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.</p>
--	-------------	---------	--

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№ п.п.	Раздел	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Упражнения на ориентирование в пространстве	8	2	6
2	Ритмико-гимнастические упражнения	18	3	15
	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения	7	2	5
	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений	7	1	6
	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	4	-	4
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	6	2	4
4	Игры под музыку	12	4	8
5	Танцевальные упражнения	21	3	18
	Итого	65	15	50

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Перестроение в колонну по два, по три, по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в большой круг, из большого круга в маленькие круги по четыре учащихся, по три, по два и наоборот из маленьких кругов в большой круг соблюдая дистанцию. Перестроение из кругов в звездочки и карусели, «воротца», «ручеек». Сохранять правильные дистанции во всех видах построения и перестроения. 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. Сочетание и координирование произносимого текста с ритмическими движениями

Упражнения на расслабление мышц

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

3. Координация движений, регулируемых музыкой

Упражнения передача ритмического диктанта на деревянных ложках. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни Упражнения на бубне, маракасе, румбе.

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. Изучение позиций рук; смена позиций рук отдельно каждой и обеими

одновременно, провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнения на расслабление мышц. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, заповедей и без них. (Коми народные музыкальные инструменты). Музыкальные игры с предметами: с мячом «Пингвины». Музыкальные игры с предметами: с обручем «Раки», «Кто быстрее найдет свой дом». Со скакалкой «Кто быстрее». Движения парами: бег, ходьба, кружения на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Гопак. «Пляска с притопами».

5. Танцевальные упражнения

Подскоки. Галоп. Элементы русской пляски: «кавырялочка», притопы. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением. Элементы народных танцев. Вальсовые движения.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО КОРРЕКЦИОННОМУ КУРСУ РИТМИКА в 5 классе

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся	К-во часов по плану
1-я четверть			
1.	Введение. Упражнения на ориентирование в пространстве.	Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности на уроке ритмики. Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, перестроение в 1 и 2 шеренги. Разучивание музыкально-ритмической игры «Прык-скок».	1
2.	Основные танцевальные правила.	Знакомство с основными танцевальными правилами	1
3.	Направления движения в танцах	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание Направления движения в танцах: гребёнкой, противоходом – в кругах, колоннах, цепочках, змейкой. Разучивание ритмического рисунка хлопки. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Заинька».	1
4.	Позиции рук. Основные правила.	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	1
5.	Основные построения. Круг, колонна, шеренга.	Перестроение из колонны в большой круг. Перестроение из большого круга в два маленьких круга и наоборот. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Логоритмическая разминка «Скачите весело друзья»	1

6.	Позиции в паре. Основные правила.	Перестроение из колонны в две шеренги, выполнение упражнения «воротца» в парах рука поднята вверх и держатся друг за друга. Разучивание музыкально-ритмической игры «Золотые ворота»	1
7.	Движения в русском танце. Ковырялочка, притопы, присядка.	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звёздочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	1
8.	Обобщающее занятие	Выполняет танцевальные упражнения под музыку.	1
9.	Виды ритмико-гимнастических упражнений	Знакомство с видами ритмико-гимнастических упражнений	1
10.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для головы и шеи	Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для головы и шеи.	1
11.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для плеч и рук	Перекрестное поднимание и опускание рук. Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения плеч и рук.	1
12.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для поясничного отдела	Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для поясничного отдела наклоны влево, вправо, повороты корпуса влево, вправо. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	1
13.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для ног	Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для ног. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	1
14.	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения	Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	1
15.	Эстрадная разминка «Солнышко»	Движения кистей рук в разных направлениях. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	1
Итого 1-я четверть:			15
2-я четверть			
16.	Виды упражнений на координацию движений	Знакомство с видами упражнений на координацию движений	1
17.	Виды упражнений на координацию	Разучивание упражнений на координацию движений	1

	движений		
18.	Координация движений, регулируемых музыкой.	Закрепление музыкально-ритмической разминки. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	1
19.	Координация движений, регулируемых музыкой.	Музыкально-ритмическая разминка. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. Игра «Море волнуется раз»	1
20.	Музыкальные игры на координацию движения	Музыкально-ритмическая разминка «Вертолет». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота». Игра «Море волнуется раз»	1
21.	Игры под музыку «дружба»	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений «Мишка с куклой пляшут полечку»	1
22.	Игры под музыку «дружба»	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений «Мишка с куклой пляшут полечку»	1
23.	Игра под музыку «Как на тоненький ледок»	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.	1
24.	Инсценировка игры под музыку «Мишка с куклой пляшут полечку».	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Мишка с куклой пляшут полечку». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.	1
25.	Игра «Ой какое платье у Алены»	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Ой какое платье у Алены». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь	1

		соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.	
26.	Упражнения на ориентирование в пространстве .	Направления движений вперед, назад, направо, налево. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут полечку»	1
27.	Перестроения в две, три шеренги.	Перестроение в две, три шеренги. Перестроение из большого круга в два в три круга и наоборот. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Выполнение логоритмических упражнений. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений под музыкальное сопровождение.	1
28.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	Разучивание упражнений на расслабление мышц	1
29.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	Выполнение упражнений на расслабление мышц	1
30.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	Выполнение упражнений на расслабление мышц	1
31.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	Выполнение упражнений на расслабление мышц	1
Итого 2-я четверть:			16
3-я четверть			
32.	Музыкальные инструменты	Знакомство с музыкальными инструментами	1
33.	Детские музыкальные инструменты	Знакомство с детскими музыкальными инструментами. Отбивание ритма.	1
34.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1
35.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.	1

		Упражнения на детских музыкальных инструментах.	
36.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп. Танцы и пляски.	1
37.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп. Танцы и пляски.	1
38.	Игры под музыку	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	1
39.	Игры под музыку	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	1
40.	Игры под музыку	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	1
41.	Игры под музыку	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	1
42.	Танцевальные упражнения	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок».	1
43.	Танцевальные упражнения	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений. Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг,	1

		танцевальный бег, галоп прямой и боковой.	
44.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	Знакомство с аэробными упражнениями. Разучивание элементов аэробики	1
45.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	1
46.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	1
47.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	1
48.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	1
49.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	1
Итого 3-я четверть			18
50.	Музыкально-ритмические разминки	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъем вытянуть. Круговые движения стопой.	1
51.	Музыкально-ритмические разминки	Разучивание музыкально-ритмической разминки. Наклоны и повороты туловища. Упражнения с подъемами рук. Круговые движения плечами.	1
52.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.	1
53.	Музыкальные игры с предметами. «Мой мяч»	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры с мячом. Под музыку мяч в сторону вправо и влево, переключать мяч из одной руки в другую. Поднимать мяч вверх двумя руками вставая на сочки удерживая равновесие. Разучивание музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	1
54.	Музыкальные игры с предметами. «Мой мяч»	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры с мячом. Под музыку мяч в сторону вправо и влево, переключать мяч из одной руки в	1

		другую. Поднимать мяч вверх двумя руками вставая на сочки удерживая равновесие. Разучивание музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	
55.	Музыкальные упражнения с обручем.	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами. Повторение и закрепление музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	1
56.	Медленный хоровод.	Перестроение из колонны в большой круг. Перестроение из большого круга в два маленьких круга и наоборот. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами.	1
57.	Медленный хоровод.	Перестроение из колонны в две шеренги, выполнение упражнения «воротца» в парах рука поднята вверх и держатся друг за друга. Разучивание музыкально-ритмической игры «Золотые ворота»	1
58.	Хоровод «Калинушка»	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звёздочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	1
59.	Танцевальные упражнения.	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.	1
60.	Игры под музыку	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	1
61.	Танцевальные упражнения. Медленный танец с обручами.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба по центру зала, уметь наметать диагональные линии из угла в угол. Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения с предметом. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1
62.	Медленный танец с обручами.	Ходьба по центру зала, уметь наметать диагональные линии из угла в угол. Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения с предметом. Танцевальные упражнения.	1
63.	Русская пляска	Элементы русской пляски: ковырялочка,	1

		<p>притопы. Положение рук в русском танце. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p> <p>Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений.</p> <p>Уметь работать в паре, в коллективе.</p>	
64.	Танцевальный этюд «Озорники»	<p>Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p> <p>Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений.</p> <p>Уметь работать в паре, в коллективе.</p> <p>Точно передавать музыкальный темп и ритм музыки в «весёлом танце».</p>	1
65.	Обобщающий урок	<p>Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений.</p> <p>Уметь работать в паре, в коллективе.</p> <p>Точно передавать музыкальный темп и ритм музыки в «весёлом танце».</p>	1
Итого за год:			65

7.ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания	Кол-во
Оборудование класса	Большие зеркала	7
	Ковровые дорожки (дети ложатся, садятся во время релаксации, партерной гимнастики)	
Гимнастические предметы	Обручи	6 шт.
	Мячи массажные	6 шт.
Детские музыкальные инструменты:	Металлофон, ксилофон, барабан, бубен, свистульки.	
	Стол для учителя	1
	Стул для учителя	1
	Парты ученические	8
	Стулья ученические	16
	Экран проекционный	1
	Доска для записи	1
	Персональный компьютер	1
	Медиaproектор	1
	Акустическая система	1
Музыкальные инструменты	Баян	1
	фортепиано	1
	Синтезатор «Ямаха» для учителя	1
	Гитара	7
Шумовые инструменты	Для детей трещотки, деревянные ложки	

8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ от 5.12. 2022 № 1063 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- Приказ от 24.12.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Инструктивное письмо Министерства общего и профессионального образования РФ № 48 от 04.09.1997 «О специфике деятельности специальных (коррекционных образовательных учреждений I-VIII видов)»;
- Инструктивное письмо Минобразования РФ от 26 декабря 2000 года № 3 «О дополнении инструктивного письма Минобразования России от 04.09.1997 №48»;
- Письмо Министерства образования РФ № 27//582-6 от 10.06.1999 «Рекомендации по социально-трудовой адаптации выпускников специальных (коррекционных образовательных учреждений VIII вида»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ № 120 ФЗ (ст. 18) от 24.06. 1999 «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № АФ-150/06 от 18.04. 2008 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- СанПиН № 2.3/2.4.3590-20, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Устав казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Нововаршавская адаптивная школа-интернат».
- М.А. Касицина, И.Г. Бородина. Коррекционная ритмика. – М., 2007г.
- Котышева Е.Н. Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями. Санкт – Петербург 2010.
- Медведева Е. А., Левченко И. Ю., Комисарова Л. Н., Добровольская Т. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений – М., 2001.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ПРЕДМЕТУ
«Ритмика» в 5 классе
Количество часов всего 65, в неделю 2.

№ п/п	Тема урока	кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся	дата	
				по плану	по факту
I четверть					
1.	Введение. Упражнения на ориентирование в пространстве.	1	Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности на уроке ритмики. Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, перестроение в 1 и 2 шеренги. Разучивание музыкально-ритмической игры «Прык-скок».	1.09	
2.	Основные танцевальные правила.	1	Знакомство с основными танцевальными правилами	7.09	
3.	Направления движения в танцах	1	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание Направления движения в танцах: гребёнкой, противоходом – в кругах, колоннах, цепочках, змейкой. Разучивание ритмического рисунка хлопки. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	8.09	
4.	Позиции рук. Основные правила.	1	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	14.09	
5.	Основные построения. Круг, колонна, шеренга.	1	Перестроение из колонны в большой круг. Перестроение из большого круга в два маленьких круга и наоборот. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Логоритмическая разминка «Скачите весело друзья»	15.09	
6.	Позиции в паре. Основные правила.	1	Перестроение из колонны в две шеренги, выполнение упражнения «воротца» в парах рука поднята вверх и держатся друг за друга. Разучивание музыкально-ритмической игры «Золотые ворота»	21.09	
7.	Движения в русском	1	Перестроение из большого круга в	22.09	

	танце. Ковырялочка, притопы, присядка.		два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звездочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».		
8.	Обобщающее занятие	1	Выполняет танцевальные упражнения под музыку.	28.09	
9.	Виды ритмико-гимнастических упражнений	1	Знакомство с видами ритмико-гимнастических упражнений	29.09	
10.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для головы и шеи	1	Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для головы и шеи.	5.10	
11.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для плеч и рук	1	Перекрестное поднятие и опускание рук. Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения плеч и рук.	6.10	
12.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для поясничного отдела	1	Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для поясничного отдела наклоны влево, вправо, повороты корпуса влево, вправо. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Заинька».	12.10	
13.	Общеразвивающие ритмико-гимнастические упражнения для ног	1	Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для ног. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Заинька».	13.10	
14.	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения	1	Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Заинька».	19.10	
15.	Эстрадная разминка «Солнышко»	1	Движения кистей рук в разных направлениях. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	20.10	
Итого за I четверть				15	
II четверть					

16.	Виды упражнений на координацию движений	1	Знакомство с видами упражнений на координацию движений	2.11	
17.	Виды упражнений на координацию движений	1	Разучивание упражнений на координацию движений	3.11	
18.	Координация движений, регулируемых музыкой.	1	Закрепление музыкально-ритмической разминки. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	9.11	
19.	Координация движений, регулируемых музыкой.	1	Музыкально-ритмическая разминка. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. Игра «Море волнуется раз»	10.11	
20.	Музыкальные игры на координацию движения	1	Музыкально-ритмическая разминка «Вертолет». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота». Игра «Море волнуется раз»	16.11	
21.	Игры под музыку «дружба»	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений «Мишка с куклой пляшут полечку»	17.11	
22.	Игры под музыку «дружба»	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений «Мишка с куклой пляшут полечку»	23.11	
23.	Игра под музыку «Как на тоненький ледок»	1	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на	24.11	

			тоненький ледок». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.		
24.	Инсценировка игры под музыку «Мишка с куклой пляшут полечку».	1	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Мишка с куклой пляшут полечку». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.	30.11	
25.	Игра «Ой какое платье у Алены»	1	Разучивание и закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Ой какое платье у Алены». Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.	1.12	
26.	Упражнения на ориентирование в пространстве .	1	Направления движений вперед, назад, направо, налево. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут полечку»	7.12	
27.	Перестроения в две, три шеренги.	1	Перестроение в две, три шеренги. Перестроение из большого круга в два в три круга и наоборот. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Выполнение логоритмических упражнений. Уметь согласовывать	8.12	

			разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений под музыкальное сопровождение.		
28.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	1	Разучивание упражнений на расслабление мышц	14.12	
29.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	1	Выполнение упражнений на расслабление мышц	15.12	
30.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	1	Выполнение упражнений на расслабление мышц	21.12	
31.	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	1	Выполнение упражнений на расслабление мышц	22.12	
Итого за II четверть					16
III четверть					
32.	Музыкальные инструменты	1	Знакомство с музыкальными инструментами	11.01	
33.	Детские музыкальные инструменты	1	Знакомство с детскими музыкальными инструментами. Отбивание ритма.	12.01	
34.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	18.01	
35.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. Упражнения на детских музыкальных инструментах.	19.01	
36.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп. Танцы и пляски.	25.01	

37.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Игры под музыку. Смена ролей в импровизации. Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп. Танцы и пляски.	26.01	
38.	Игры под музыку	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	1.02	
39.	Игры под музыку	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	2.02	
40.	Игры под музыку	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	8.02	
41.	Игры под музыку	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	9.02	
42.	Танцевальные упражнения	1	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок».	15.02	
43.	Танцевальные упражнения	1	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений.	16.02	

			Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.		
44.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	1	Знакомство с аэробными упражнениями. Разучивание элементов аэробики	22.02	
45.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	1	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	29.02	
46.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	1	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	1.03	
47.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	1	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	7.03	
48.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	1	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	14.03	
49.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	1	Закрепление упражнений с элементами аэробики.	15.03	
Итого за III чет верть					18
IV четверть					
50.	Музыкально-ритмические разминки	1	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой.	28.03	
51.	Музыкально-ритмические разминки	1	Разучивание музыкально-ритмической разминки. Наклоны и повороты туловища. Упражнения с подъемами рук. Круговые движения плечами.	29.03	
52.	Танцевальные упражнения Элементы аэробики	1	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки	4.04	

			игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.		
53.	Музыкальные игры с предметами. «Мой мяч»	1	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры с мячом. Под музыку мяч в сторону вправо и влево, перекладывать мяч из одной руки в другую. Поднимать мяч вверх двумя руками вставая на сочки удерживая равновесие. Разучивание музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	5.04	
54.	Музыкальные игры с предметами. «Мой мяч»	1	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры с мячом. Под музыку мяч в сторону вправо и влево, перекладывать мяч из одной руки в другую. Поднимать мяч вверх двумя руками вставая на сочки удерживая равновесие. Разучивание музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	11.04	
55.	Музыкальные упражнения с обручем.	1	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами. Повторение и закрепление музыкально-ритмической игры «Буги- вуги».	12.04	
56.	Медленный хоровод.	1	Перестроение из колонны в большой круг. Перестроение из большого круга в два маленьких круга и наоборот. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами.	18.04	
57.	Медленный хоровод.	1	Перестроение из колонны в две шеренги, выполнение упражнения «воротца» в парах рука поднята вверх и держатся друг за друга. Разучивание музыкально-ритмической игры «Золотые ворота»	19.04	
58.	Хоровод «Калинушка»	1	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот.	25.04	

			Выполнение упражнения «звёздочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».		
59.	Танцевальные упражнения.	1	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки. Закрепление танцевальных движений и речевого материала инсценировки игры с музыкальным сопровождением «Как на тоненький ледок». Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой.	26.04	
60.	Игры под музыку	1	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. Разучивание музыкально-ритмических движений.	2.05	
61.	Танцевальные упражнения. Медленный танец с обручами.	1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба по центру зала, уметь намечать диагональные линии из угла в угол. Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения с предметом. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	3.05	
62.	Медленный танец с обручами.	1	Ходьба по центру зала, уметь намечать диагональные линии из угла в угол. Ритмико-гимнастические упражнения: Упражнения с предметом. Танцевальные упражнения.	16.05	
63.	Русская пляска	1	Элементы русской пляски: ковырялочка, притопы. Положение рук в русском танце. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности	17.05	

			исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.		
64.	Танцевальный этюд «Озорники»	1	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе. Точно передавать музыкальный темп и ритм музыки в «весёлом танце».	23.05	
65.	Обобщающий урок	1	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе. Точно передавать музыкальный темп и ритм музыки в «весёлом танце».	24.05	
Итого за IV четверть				16	
Итого часов за год				65	