

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

Рассмотрено
Методическим объединением
Протокол №
от _____ г.

Согласовано
Заместитель директора
по УВР _____
Л.Ю. Арнович

Утверждаю
И.о. директора школы

Л.Ю. Арнович
Приказ № _____
от _____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по коррекционному курсу Ритмика

1-2 класс

по учебному плану 2023-2024 учебный год

Составитель: Мирошниченко И.А., учитель

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету "Ритмика" для обучающихся 1-2 классов с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составлена на основе следующих 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 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».
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Нововаршавская школа-интернат» 1-4 класс (1 вариант) на 2023-2024 учебный год.

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 :

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: балльные 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:

корректировать 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 темпа – 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 волевую 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, 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

корректируют 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 корректирование 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 1-5 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 урока ритмики.

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. В зависимости от возраста, диагноза учащегося, продолжительность урока колеблется от 35 до 40 минут в первом классе до 35-минут в остальных классах.

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*.

Рабочая программа рассчитана для 1-2 класса из расчета 1 час в неделю:

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;

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа по учебному предмету коррекционно-развивающей области: «Ритмика» 1-2 класс входит в образовательную область обязательной части учебного плана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

В соответствии с планом АООП и годовым календарным графиком КОУ «Нововаршавская школа-интернат» на 2023-2024 учебный год программа для 1 класса рассчитана на 32 часа в год (1 час в неделю).

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
1	7	9	7	9	32

В соответствии с планом АООП и годовым календарным графиком КОУ «Нововаршавская школа-интернат» на 2023-2024 учебный год программа для 2 класса рассчитана на 33 часа в год (1 час в неделю).

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
1	7	9	8	9	33

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Планируемые результаты освоения обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) адаптированной основной общеобразовательной программы: личностные и предметные.

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

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит **личностным** результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения АООП УО (вариант 1) относятся:

- 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:
<p>1.С помощью учителя 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, колонне;</p> <p>2.Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;</p> <p>3.Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;</p> <p>4.Знать форму одежды, правила поведения и передвижения в кабинете ритмики. Правила личной гигиены</p>	<p>1.Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;</p> <p>2.Соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;</p> <p>3.Выполнять игровые и плясовые движения;</p> <p>4.Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;</p> <p>5. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p>

2 класс Предметные результаты

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<p>1.Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыкального движения;</p> <p>2.Организованно строиться;</p> <p>3.Сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</p> <p>4. Определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</p> <p>5.Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</p> <p>6.Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;</p> <p>7.Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастным построением.</p>	<p>1.Организованно строиться;</p> <p>2.Сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</p> <p>3.Определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</p> <p>4.Знать правила танцевальной игры.</p> <p>5. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</p>

Базовые учебные действия

Личностные УД

- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и ее восприятию.
- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как одноклассника, друга.
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.
- умение обращаться за помощью и принимать помощь.
- умение слушать и понимать инструкцию к заданию в разных видах деятельности и быту.
- доброжелательное отношение, сопереживание, конструктивное взаимодействие с людьми.

Регулятивные УД:

- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, выходить к доске, вставать и выходить из-за парты и т.д.);
- работать с учебными принадлежностями и организовывать рабочее место;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные УД:

- умение выделять существенные, общие и отличительные свойства предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами;
- наблюдать;
- работать с информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленные на бумажных и электронных и других носителях).

Коммуникативные УД:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель – класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации.

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»

Предметные результаты обучающихся 1 класса на уроках ритмики

(индивидуально на каждого)

№ п.п.	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	1 уровень - знать пространственные понятия, понятия «исходное положение», «линия», «колонна», «круг»; 2 уровень - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; равняться в шеренге, колонне; ходить и бегать по кругу с сохранением дистанции; 3 уровень - входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение, приветствовать учителя; ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
2	Ритмико-гимнастические упражнения.	Групповое занятие	1 уровень – знать основные упражнения; 2 уровень – выполнять несложные движения руками и ногами; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме; 3 уровень – выполнять задания

			после показа и по словесной инструкции; умеет показывать простейшие упражнения для разных частей тела;
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	1 уровень – знать музыкальные инструменты; знать звучание музыкальных инструментов; знать и отличать понятия «громко-тихо», «быстро-медленно»; 2 уровень – начинать и заканчивать движения по сигналу музыки; соотносить темп движений с музыкальным сопровождением; 3 уровень – определять настроения музыки (веселая, грустная, спокойная); координировать движения в соответствии с характером музыки;
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	1 уровень - знать правила игр; 2 уровень – целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя; 3 уровень – выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ;
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	1 уровень – знать названия движений и упражнений; 2 уровень – умение переходить от одного движения к другому; 3 уровень – выполнять плясовые движения; уметь работать в паре четко соблюдать темп и ритм музыки.

2 класс

№ п.п.	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	1 уровень - знать пространственные понятия, понятие «дистанция» 2 уровень - сохранять правильную дистанцию в колонне парами; 3 уровень - организованно строиться; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя со звуковым и музыкальным сигналами;
2	Ритмико-	Групповое	1 уровень – знать понятие

	гимнастические упражнения.	занятие	«исходное положение», знать исходное положение всех упражнений и движений; знать названия некоторых движений и упражнений; 2 уровень – выполнять общеразвивающие движения в определенном темпе и ритме музыки; 3 уровень – самостоятельно выполнять упражнения, заданные словесной инструкцией учителя;
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	1 уровень – знать понятия «музыкальный акцент», «темп»; 2 уровень – ощущать смену частей музыкального произведения; 3 уровень – самостоятельно координировать движения в соответствии со звучанием музыки;
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	1 уровень – знать о нюансах в музыке; 2 уровень – начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки; 3 уровень – легко, непринужденно выполнять игровые движения;
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	1 уровень – знать музыку, используемую для отдельных танцев и танцевальных движений; 2 уровень – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движений; 3 уровень – легко, непринужденно выполнять игровые и плясовые движения.

5. Содержание учебного предмета

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.

2. 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).

3. Координация движений, регулируемых музыкой

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

4. 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. Игра «Ловишка» с погремушками, «Кот и мыши», «Займи домик», «Чей кружок быстрее соберется?». Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий).

5. 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. Игра «Кто скорей возьмет игрушку», игра «Найди себе пару», игра «Ловкие джигиты». Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спортивный, топающий шаг. Бег легкий на полупальцах. «Пальчики и ручки». Русская народная мелодия «Ой, на горе-то»

5. Танцевальные упражнения

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

**6. Тематическое планирование
с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся	К-во часов
1-я четверть. Упражнения на ориентирование в пространстве			
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 «Зайка».	1
2	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание ритмического рисунка хлопков. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	1
3	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	1
4	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
5	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
6-7	Хоровод «Калинушка»	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звёздочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-	2

		ритмической игры «Золотые ворота».	
Итого 1-я четверть:			7
2-я четверть. Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений			
8-9	Ритмико-гимнастические упражнения.	Перекрестное поднимание и опускание рук. Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для головы, плеч, рук, ног, поясничного отдела наклоны влево, вправо, повороты корпуса влево, вправо.	2
10-11-12	Координация движений, регулируемых музыкой.	Движения кистей рук в разных направлениях. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Закрепление музыкально-ритмической разминки. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками.	3
13-14	Игры под музыку	Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики. Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки.	2
15-16	Инсценировка игры под музыку.	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.»	2
Итого 2-я четверть:			9
17-18-19	Танцевальные упражнения.	Знакомство с танцевальными движениями. Разучивание танцевальных упражнений «утята». Быстрая смена упражнений в соответствии темпа и ритма музыки.	3
20	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Направления движений вперед, назад, направо, налево. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по	1

		пространству помещения. Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут полечку»	
Дополнительные каникулы			
21-22	Упражнения на ориентирование в пространстве.	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.	2
Итого 3-я четверть			7
23-24	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой.	2
25-26	Музыкальные игры с предметами.	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.	2
26-27	Музыкальные упражнения с обручем	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами.	2
28	Весёлый танец	Элементы русской пляски: ковырялочка, притопы. Положение рук в русском танце. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Уметь работать в паре, в коллективе.	1
29	Обобщающий урок.	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения	1

		танцевальных упражнений.	
Итого четвёртая четверть:			9
Итого за год:			32

2 класс

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся	К-во часов
1-я четверть. Упражнения на ориентирование в пространстве			
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	Медленный хоровод	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание ритмического рисунка хлопки. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	1
3	Медленный хоровод Упражнения на ориентирование в пространстве.	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	1
4	Танец полька	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
5	Танец полька	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
6-7	Танец «Калинушка»	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звездочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	2
Итого 1-я четверть:			7
2-я четверть. Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений			

8-9	Ритмико-гимнастические упражнения.	Перекрестное поднимание и опускание рук. Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для головы, плеч, рук, ног, поясничного отдела наклоны влево, вправо, повороты корпуса влево, вправо. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	2
10-11-12	Эстрадная разминка. Координация движений, регулируемых музыкой.	Движения кистей рук в разных направлениях. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Закрепление музыкально-ритмической разминки. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	3
13-14	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»	2
15-16	Инсценировка игры под музыку «Как у наших у ворот»	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 музыки	2
Итого 2-я четверть:			9
17-18-19	Танцевальные упражнения притопы, прихлопы, «ковырялочка»	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.	3
20	Упражнения на ориентирование в пространстве «Ниточка иголочка»	Направления движений вперед, назад, направо, налево. Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. Коррекция пространственных	1

		представлений, согласованности движений. Повторить музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут полечку»	
21-22	Упражнения на ориентирование в пространстве. 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.	2
23-24	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	2
Итого 3-я четверть			8ч
25-26	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Разминка «стирка»	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъем вытянуть. Круговые движения стопой.	2
27-28	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.	2
29-30	Музыкальные упражнения с обручем.	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами.	2
31-32	Русская пляска.	Элементы русской пляски: ковырялочка, притопы. Положение рук в русском танце. Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	2
33	Обобщающий урок.	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.	1

Итого четвёртая четверть:	9
Итого за год:	33

7. Описание материально - технического обеспечения образовательного процесса

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания	количество
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
	Медиапроектор	1
	Акустическая система	1
Музыкальные инструменты	Баян	1
	фортепиано	1
	Синтезатор «Ямаха» для учителя	1

8.Список литературы

Нормативно-правовая база:

- 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».
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) КОУ «Нововаршавская школа-интернат» 1-4 класс (1 вариант) на 2023-2024 учебный год.

Для учителя:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида.

Подготовительный, 1-4 классы./Под ред. В.В. Воронковой. Допущено МО и науки РФ.- М.: Просвещение, 2006 г.

Ритмика 2 класс Г.Франио, 1990 г.

М.А. Касицина, И.Г. Бородина. Коррекционная ритмика. – М., 2007г.

Н.Г. Кононова. Коррекция нарушенных функций у детей с церебральным параличом средствами музыки. – М., 2008 г.

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.

Для детей

Видео диски для просмотров танцев и костюмов.

Диски для аэробики и разминки.

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование « Ритмика», 1 класс

№ у р о к а	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1-я четверть. 7 часов					
Упражнения на ориентирование в пространстве					
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 «Заинька».	1	07.09	
2	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание ритмического рисунка хлопками. Повторение и закрепление	1	14.09	

		танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».			
3	Упражнения на ориентирование в пространстве.	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	1	21.09	
4	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	28.09	
5	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	05.10	
6-7	Хоровод «Калинушка»	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звёздочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	2	12.10 19.10	
Итого 1-я четверть:			7 часов		
2 четверть. 8 часов					
8-9	Ритмико-гимнастические упражнения.	Перекрестное поднимание и опускание рук. Разучивание музыкально-ритмической разминки. В комплекс танцевальной разминки входят упражнения для головы, плеч, рук, ног, поясничного отдела наклоны влево, вправо, повороты корпуса влево, вправо. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	2	02.11 09.11	
10-11	Координация движений, регулируемых музыкой.	Движения кистей рук в разных направлениях. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Закрепление музыкально-ритмической разминки. Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движения в соответствии с музыкальными оттенками. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	2	16.11 23.11	
12-13	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 «Мишка с куклой пляшут польку»	2	30.11 07.12	
14-15	Инсценировка игры под музыку.	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. Повторить	2	14.12 21.12	

		музыкально-ритмические движения «Мишка с куклой пляшут полечку»			
Итого 2-я четверть:			8 часов		
3 четверть. 8 часов					
1 6- 1 7	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.	2	11.01 18.01	
1 8- 1 9	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»	2	25.01 01.02	
Дополнительные каникулы					
2 0- 2 1	Упражнения на ориентирование в пространстве.	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.	2	15.02 22.02	
2 2- 2 3	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой.	2	01.03 15.03	
Итого 3 четверть:			8 часов		
4 четверть. 9 часов					
2 4- 2 5	Музыкальные игры с предметами.	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».	2	29.03 05.04	
2 6- 2 7	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».	2	12.04 19.04	
2 8- 3	Весёлый танец	Элементы русской пляски: ковырялочка, притопы. Положение рук в русском танце. Начинать и заканчивать движения в	3	26.04 03.05 10.05	

1		соответствии со звучанием музыки. Знать порядок танцевальных движений и особенности исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.			
3 2- 3 3	Обобщающий урок.	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».	2	17.05 24.05	
Итого четвёртая четверть:			9 часов		
Итого за год:			33 часа		

Календарно-тематическое планирование « Ритмика», 2 класс

№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности обучающихся	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1-я четверть. 7 часов					
Упражнения на ориентирование в пространстве					
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	07.09	
2	Медленный хоровод	Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Разучивание ритмического рисунка хлопки. Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Зайка».	1	14.09	
3	Медленный хоровод Упражнения на ориентирование в пространстве.	Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. Разучивание игры «Иголочка и ниточка»	1	21.09	
4	Танец полька	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	28.09	
5	Танец полька	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	05.10	
6-7	Танец «Калинушка»	Перестроение из большого круга в два маленьких и наоборот. Выполнение упражнения «звездочка». Повторение и закрепление танцевальных движений музыкально-ритмической игры «Золотые ворота».	2	12.10 19.10	
Итого 1-я четверть:			7 часов		
2 четверть. 8 часов					
8-9	Ритмико-гимнастические упражнения с массажным мячом.	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры с мячом. Под музыку мяч в сторону вправо и	2	02.11 09.11	

		влево, переключать мяч из одной руки в другую. Поднимать мяч вверх двумя руками вставая на сочки удерживая равновесие. Разучивание музыкально-ритмической игры «Буги-вуги».			
10-11-12	Эстрадная разминка. Координация движений, регулируемых музыкой.	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами. Повторение и закрепление музыкально-ритмической игры «Буги-вуги».	3	16.11 23.11 30.11	
13-14	Игры под музыку «дружба»	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 исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.	2	07.12 14.12	
15	Инсценировка игры под музыку «Как у наших у ворот»		1	21.12	
Итого 2 четверть:			8 часов		
3 четверть, 9 часов					
16-17-18	Танцевальные упражнения притопы, прихлопы, «ковырялочка»	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»	3	11.01 18.01 25.01	
19	Упражнения на ориентирование в пространстве «Ниточка иголочка»	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.	1	01.02	
20-21	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроения в две, три, шеренги.	Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг	2	08.02 15.02	

		другу, переключать с места на место. Ритмико-гимнастические упражнения: Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе 2класса. Танцы и пляски. «Дружные тройки». Полька. Музыка И.Штрауса полька «Трик-трак»			
22	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.	1	22.02	
23-24	Игры под музыку инсценировки.	Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе 2класса. Танцы и пляски. «Дружные тройки». Полька. Музыка И.Штрауса полька «Трик-трак»	2	01.03 15.03	
Итого 3-я четверть			9 часов		
4-я четверть. 9 часов					
Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения					
25-26	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Разминка «стирка»	Разучивание музыкально-ритмической разминки «Стирка» Наклоны и повороты туловища. Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъем вытянуть. Круговые движения стопой.	2	29.03 05.04	
27-28	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».	2	12.04 19.04	
29-30	Музыкальные упражнения с обручем.	Повторение и закрепление музыкально-ритмической разминки «Стирка». Танцевальные игры и музыкальные упражнения с обручами. Повторение и закрепление	2	26.04 03.05	

		музыкально-ритмической игры «Буги-вуги».			
31	Русская пляска.	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 исполнения танцевальных упражнений. Уметь работать в паре, в коллективе.	1	17.05	
32	Обобщающий урок.	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».	1	24.05	
Итого четвёртая четверть:			9 часов		
Итого за год:			32 часа		