

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

Администрация МО "Эхирит-Булагатский район"

МОУ Захальская СОШ

РАССМОТРЕНО

МО учителей физической
культуры, ИЗО, музыки,
ОБЖ, технологии и ДО
Протокол №1
от «28» 08. 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором школы
Приказ №65/5
от «28» 08. 2023 г.
Рудовой О.С.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Коррекционного курса «Ритмика»

для обучающихся 3 класса

с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)(Вариант-1)

п. Свердлово 2023 год

1. Пояснительная записка

Адаптированная образовательная рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

ФАООП УО вариант 1 адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

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

Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

Задачи курса ритмики.

Рабочая программа по ритмике направлена на реализацию следующих задач:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- привитие навыков участия в коллективной творческой деятельности;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усвоение основ специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально-ритмические рисунки, импровизации);
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формирование и совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- развитие мышления, творческого воображения и памяти;
- эстетическое, эмоциональное, физическое развитие школьника.

Организация учебного процесса предполагает применение специальных методов и приемов обучения и воспитания. Специальные коррекционные задачи в значительной степени определяют содержание обучения.

Учитывая психофизические особенности и особенности познавательной сферы учащихся, дополнительно поставлены следующие коррекционные задачи:

- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц, формирование правильной осанки, формирование и развитие мышечной памяти;
- развитие умения согласовывать движения частей тела во времени и пространстве;
- развитие мелкой моторики;
- развитие подвижности суставов и силы мышц всего тела;
- развитие внимания;
- формирование положительной мотивации.

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

2. Описание места учебного предмета «Ритмика»

В соответствии с учебным планом МОУ Захальская СОШ на изучение предмета «Ритмика» отводится 1 ч в неделю всего на курс –132 часа. Предмет изучается в 1-4 классе составляет 33 часа в год.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем (из книги)	Кол-во часов			
		1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
	Упражнения на ориентировку в пространстве.	9	9	7	7
	Ритмико – гимнастические упражнения	7	7	9	9
	Игры под музыку.	10	10	8	8
	Танцевальные упражнения.	7	7	9	9
	Итого	33	33	33	33

4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

1 класс

Предметные результаты отражают:

Минимальные достижения:

- 1) умение строиться в колонну по одному, находить свое место в строю. Приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, колонне;
- 2) развитие навыков ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- 3) развитие навыков ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его дистанции;
- 4) формирование навыков ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- 5) соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- 6) выполнять простейшие игровые и плясовые движения;
- 7) формирование навыков выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- 8) начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточные достижения:

- 1) умение строиться в колонну по одному, находить свое место в строю. Приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, колонне;
- 2) развитие навыков ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- 3) развитие навыков ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его дистанции;
- 4) развитие навыков выполнять несложные движения руками и ногами;
- 5) развитие навыков выполнять простейшие игровые и плясовые движения;
- 6) развитие навыков выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- 7) развитие навыков начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

2 класс

Предметные результаты отражают:

Минимальные достижения:

- 1) умение организованно строиться (быстро и точно); принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и с особенностями музыки и движения;
- 2) формирование умений сохранять правильную дистанцию в колонне по одному, в паре;
- 3) самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- 4) соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- 5) развитие навыков легко, естественно и непринужденно выполнять игровые и плясовые движения;
- 6) умение ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными перестроениями.

Достаточные достижения:

- 1) **умение** организованно строиться; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и с особенностями музыки и движения;
- 2) формирование навыков сохранять правильную дистанцию в колонне по одному, в паре;
- 3) определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя;
- 4) развитие навыков соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- 5) развитие навыков выполнять игровые и плясовые движения;
- 6) ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными перестроениями.

3 класс

Предметные результаты отражают:

Минимальные достижения:

- 1) умение соблюдать правильную дистанцию в колонне и в концентрических кругах; самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой и словесной инструкцией;
- 2) формирование навыков ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме и малоконтрастными настроениями;
- 3) умение передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.);
- 4) формирование развития навыков передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем или одноклассниками; задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточные достижения:

- 1) умение соблюдать правильную дистанцию в колонне и в концентрических кругах; самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой и словесной инструкцией;
- 2) формирование навыков ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме и контрастными настроениями;
- 3) развитие навыков в передаче игровых и плясовых движениях различные средства музыкальной выразительности: тихо -громко, медленно –быстро, напевно –отрывисто и т.д.);
- 4) умение передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем или одноклассниками; задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

4 класс

Предметные результаты отражают:

Минимальные достижения:

- 1) умение правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- 2) умение различать двухчастную и трехчастную форму в музыке с контрастными частями;
- 3) отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- 4) формирование четкости и организованности в перестроениях, быстро реагировать на смену музыки;
- 5) самостоятельно строить круг и соблюдать расстояние между парами, сужать и расширять круг. Строиться парами и расходиться из пар в разные стороны и в круг;
- 6) развитие навыков в умении различать основные характерные движения знакомых танцев.

Достаточные достижения:

- 1) умение правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- 2) различать двухчастную и трехчастную форму в музыке с контрастными частями;
- 3) умение слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- 4) самостоятельно строить круг и соблюдать расстояние между парами, сужать и расширять круг. Строиться парами и расходиться из пар в разные стороны и в круг;
- 5) различать основные характерные движения знакомых танцев.

Личностные результаты отражают:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Воспитательный потенциал отражает:

- 1) побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации. Методы и приемы: обсуждение правил общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- 2) привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через: обращение внимания на нравственные аспекты творческих открытий, которые изучаются в данный момент на уроке; на представителей деятелей искусств, связанных с изучаемыми в данный момент темами, на тот вклад, который они внесли в развитие нашей страны и мира, на достойные подражания примеры их жизни, на мотивы их поступков. Методы и приемы: организация работы с получаемой на уроке социально - значимой информацией, инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения, выработки своего отношения;
- 3) использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для

формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей. Методы и приемы: демонстрация детям примера ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для пения, музыкальных произведений для слушания, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

4) включение в урок игровых моментов, которые помогают поддерживать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

5) применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.

6) применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.

7) выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;

8) инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий и задач, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения. Методы и приемы: реализация индивидуальных и групповых исследовательских проектов, установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

Содержание учебного курса

Рабочая программа учебного предмета, формируется с учётом рабочей программы воспитания.

1 класс

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

2. Ритмико – гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

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

музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

4. Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбочившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Танцы и пляски Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то». Стукалка. Украинская народная мелодия. Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.

2 класс

1. Упражнения на ориентировку. в пространстве Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

2. Ритмико – гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

3. Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий).

Упражнения на самостоятельное различие темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

4. Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоче-. нившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев. Танцы и пляски Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек». Парная пляска. Чешская народная мелодия. Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова. Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

3 класс

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

2. Ритмико – гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны сдвиганиями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным

сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

3. Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные, игры с пением и речевым сопровождением.

4. Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

4 класс

1. Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

2. Ритмико – гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на

голении. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

3. Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

4. Танцевальные упражнения. Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев. 2. Планируемые результаты освоения коррекционного курса. Личностные результаты: - формирование представления о себе; - формирование представлений о собственных возможностях; - формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей; - формирование эмоционально-ценностного отношения к искусству, физическим упражнениям. - развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческих и танцевальных способностей. - формирование чувства гордости за культуру и искусство Родины, своего народа; - формирование эстетических чувств, музыкально-творческого мышления, наблюдательности и фантазии.

6. Календарно – тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема урока	Количество уроков			Дата изучения
		Всего	Контрольны е работы	Практические работы	
Упражнения на ориентировку в пространстве - 9 ч.					
1	Упражнения на ориентировку в пространстве Правильное исходное положение.	1		1	
2	Упражнения на ориентировку в пространстве Правильное исходное положение.	1		1	
3	Ходьба и бег. Перестроение в круг из шеренги, цепочки	1		1	
4	Ходьба и бег. Перестроение в круг из шеренги, цепочки	1		1	
5	Ориентировка в направлении движений.	1		1	
6	Ориентировка в направлении движений.	1		1	
7	Ориентировка в направлении движений.	1		1	
8	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1		1	
9	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1		1	
Ритмико – гимнастические упражнения – 7 ч.					
10	Общеразвивающие упражнения. Наклоны, приседания с опорой и без опоры	1		1	
11	Общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами.	1		1	
12	Общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами. Сгибание и разгибание ноги в подъеме	1		1	
13	Упражнения на выработку осанки.	1		1	
14	Упражнения на координацию движений	1		1	
15	Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.	1		1	
16	Упражнения на расслабления мышц. Игры на расслабление мышц.	1		1	
Игры под музыку – 10 ч.					

17	Выполнение ритмичных движений.	1		1	
18	Выполнение ритмичных движений с различным характером музыки.	1		1	
19	Изменение направления и формы танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке.	1		1	
20	Имитационные игры.	1		1	
21	Музыкальные игры с предметами.	1		1	
22	Музыкальные игры с предметами.	1		1	
23	Музыкальные игры с предметами.	1		1	
24	Игры с пением.	1		1	
25	Игры с музыкальным сопровождением	1		1	
26	Игры с музыкальным сопровождением.	1		1	
Танцевальные упражнения – 7 ч.					
27	Элементы русской пляски: простой хороводный шаг.	1		1	
28	Элементы русской пляски.	1		1	
29	Маховые движения рук. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.	1		1	
30	Маховые движения рук. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.	1		1	
31	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1		1	
32	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1		1	
33	Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	1		1	

2 класс

№ п/п	Тема урока	Количество уроков			Дата изучения
		Всего	Контрольны е работы	Практические работы	
Упражнения на ориентировку в пространстве - 9 ч.					
1	Совершенствование навыков ходьбы и бега под музыку	1		1	

2	Ходьба и бег стайкой за ведущим	1		1	
3	Упражнение на координацию	1		1	
4	Элементы русского народного танца	1		1	
5	Танец «Зеркало»	1		1	
6	Движения с предметами. Игра «Передай платочек»	1		1	
7	Импровизация движений под музыку	1		1	
8	Игра «Медведь и зайцы»	1		1	
9	Ритмико-гимнастические упражнения	1		1	
Ритмико – гимнастические упражнения – 7 ч.					
10	Упражнения для развития мелкой моторики: «Пальчики», «Веселый оркестр»	1		1	
11	Упражнение на выработку осанки	1		1	
12	Поскоки в направлении вперед	1		1	
13	Игра «Эхо»	1		1	
14	Полька «Хлопки»	1		1	
15	Имитация движений под музыку	1		1	
16	Обобщение пройденного материала	1		1	
Игры под музыку – 10 ч.					
17	Подвижные игры. «Ветерок-ветер», «После дождя», «Гладить кошку»	1		1	
18	Музыкальная игра «Подружились».	1		1	
19	Музыкально-игровые образы. Животные	1		1	
20	Музыкально-игровые образы. Животные	1		1	
21	Музыкально-игровые образы. Животные	1		1	
22	Комбинация движений с флажками. Игры – потешки, игры с пением	1		1	

23	Комбинация движений с флажками. Игры – потешки, игры с пением	1		1	
24	Музыкально-игровая композиция «На лесной полянке»	1		1	
25	Музыкально-игровая композиция «На лесной полянке»	1		1	
26	Музыкально-игровая композиция «Мои игрушки»	1		1	
Танцевальные упражнения – 7 ч.					
27	Упражнения для развития мелкой моторики: «Пальчики»	1		1	
28	Упражнения с предметами	1		1	
29	Упражнения на выработку осанки	1		1	
30	Упражнения на координацию движений	1		1	
31	Разновидности шага	1		1	
32	Хоровод «Красный сарафан»	1		1	
33	Элементы пляски	1		1	

3 класс

№ п/п	Тема урока	Количество уроков			Дата изучения
		Всего	Контрольны е работы	Практические работы	
Упражнения на ориентировку в пространстве – 7 ч.					
1	Совершенствование навыков ходьбы и бега под музыку	1		1	
2	Движения руками	1		1	
3	Упражнения на координацию	1		1	
4	Импровизация движений под музыку	1		1	
5	Элементы русского народного танца	1		1	
6	Танец «Зеркало»	1		1	
7	Упражнения с платочками	1		1	
Ритмико – гимнастические упражнения – 9 ч.					
8	Ритмико-гимнастические упражнения	1		1	
9	Упражнение на развитие плавности движений	1		1	
10	Упражнение на развитие плавности движений	1		1	
11	Чередование резких и плавных движений	1		1	
12	«Игра с бубном»	1		1	
13	Элементы русской народной пляски	1		1	
14	Элементы русской народной	1		1	

	пляски				
15	Элементы русской народной пляски	1		1	
16	Обобщение пройденного материала	1		1	
Игры под музыку –8 ч.					
17	Игры под музыку. Сюжетно-образные движения: «Ветерок-ветер», «После дождя», «Колка дров»	1		1	
18	Игры под музыку. Сюжетно-образные движения: «Ветерок-ветер», «После дождя», «Колка дров»	1		1	
19	Игры под музыку. Игра «Огуречик», «Паровоз».	1		1	
20	Игры под музыку. Подвижная музыкальная игра «На бабушкином дворе»	1		1	
21	Игры под музыку. Игры – потешки «Лесная зверобика» « На бабушкином дворе»	1		1	
22	Игры под музыку. Сюжетно-образные движения (зайчики, лисички...)	1		1	
23	Игры под музыку. Игры с пением, со стихами. Сюжетно-образные движения	1		1	
24	Игры под музыку. Игры с пением, со стихами. Сюжетно-образные движения	1		1	
Танцевальные упражнения – 7 ч					
25	Разновидности положения рук	1		1	
26	Танец «Дружные пары»	1		1	
27	Танец «Разноцветная игра»	1		1	
28	Упражнения на развитие мелкой моторики	1		1	
29	Прямой и боковой галоп	1		1	
30	Упражнения на внимание	1		1	
31	Танец с хлопками	1		1	
32	Игры под музыку	1		1	
33	Обобщение пройденного	1		1	

	материала				
--	-----------	--	--	--	--

4 класс

№ п/п	Тема урока	Количество уроков			Дата изучения
		Всего	Контрольны е работы	Практические работы	
Упражнения на ориентировку в пространстве – 7 ч.					
1	Совершенствование навыков ходьбы и бега под музыку	1		1	
2	Сужение и расширение круга	1		1	
3	Разучивание элементов танца	1		1	
4	Разновидности шага	1		1	
5	Упражнения на координацию движений	1		1	
6	Упражнения на осанку	1		1	
7	Выбрасывание рук вперед, в стороны	1		1	
Ритмико – гимнастические упражнения – 9 ч.					
8	Круговые движения плечами	1		1	
9	Плавные и резкие движения	1		1	
10	Упражнение на развитие мелкой моторики	1		1	
11	Движения ног. Шаг кадрили	1		1	
12	Ритмическая игра «Эхо»	1		1	
13	Кадриль	1		1	
14	Кадриль	1		1	
15	Упражнения на расслабления мышц. Игры на расслабление	1		1	

	мышц.				
16	Обобщение пройденного материала	1		1	
Игры под музыку –8 ч.					
17	Игра «Арам-зам-зам»	1		1	
18	Игра «Арам-зам-зам»	1		1	
19	Игра «Музыкальные предметы» (шляпы, шары, подарки, игрушки)	1		1	
20	Игра «Музыкальные предметы» (шляпы, шары, подарки, игрушки)	1		1	
21	Игра «Танцевальная фигура замри»	1		1	
22	Игра «Праздничный поезд»	1		1	
23	Игра «Праздничный поезд»	1		1	
24	Игра «Танец встреч и расставаний»	1		1	
Танцевальные упражнения – 9 ч					
25	Игры на развитие чувства ритма	1		1	
26	«Танец утят»	1		1	
27	Разновидности шага: топающий шаг	1		1	
28	Движения рук	1		1	
29	Элементы танца в стиле диско	1		1	
30	Танец «Стирка»	1		1	
31	Танец «Стирка»	1		1	
32	Игры под музыку	1		1	
33	Обобщение пройденного материала	1		1	

7. Учебно – методический комплект

1. Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа: математика, физическая культура, ритмика, трудовое обучение. Издательство «Дрофа», 2009.
2. Т. А. Замятина, Л. В. Стрепетова. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. Издательство «Глобус», 2009.
3. CD-диски. Звуковой учебник танца. Выпуски 1, 5,6. Издательство «Весть-ТДА», Москва, 2001г.
4. Бекина, С.И. Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2 /С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е. Н. Соковнина. -М, 1999. -С. 34 – 37.
5. Г. Франио. Роль ритмики в эстетическом воспитании детей. Учебное пособие. Москва «Советский композитор», 1989г.
6. Е.А. Судакова Логопедические музыкально-игровые упражнения для дошкольников. СПб. ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2013
7. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика/ А. И. Буренина.- СПб, 2000. – 89 с.
8. Власова, Т. М. Фонетическая ритмика / Т. М. Власова, А. Н. Пфафенродт .- М.1997.– 128 с.
9. Музыка, движение, фантазия! Методическое пособие для музыкальных руководителей/Авт.-сост. О.А. Вайнфельд. СПб «Детство-пресс», 2000г.
10. С.Железнов, Е. Железнова. Серия музыкальныеобучалочки. Выпуски: «Сказочки-шумелки», «Гав и Мяу. Логоритмические песенки», «Золотые ворота. Подражательные песенки-игры»

Для реализации программы необходимы:

- музыкальный центр;
- средства мультимедиа;
- реквизиты (обручи, гимнастические палки, коврики, платочки, флажки, фитболы).

