

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Алтайская средняя общеобразовательная школа №1
им. П.К. Коршунова Алтайского района Алтайского края

Согласовано: Зам. директора по ВР _____	И.М. _____	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ АСОШ №1 им. П.К. Коршунова _____	И.Ю. _____
Ревякина		Васильев	приказ
«_____» _____ 2024 г.		№ _____	
		«_____» _____ 2024 г.	

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
для основной школы(8 класс)
«Ритмика»

Разработали:

Учителя физической культуры
МБОУ АСОШ №1

1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся 8 класса с 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 от 01.05.2024 года);
- Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ от 5.12. 2022 № 1063 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- Приказ от 24.12.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Инструктивное письмо Министерства общего и профессионального образования РФ № 48 от 04.09.1997 «О специфике деятельности специальных (коррекционных образовательных учреждений I-VIII видов)»;
- Инструктивное письмо Минобрнауки РФ от 26 декабря 2000 года № 3 «О дополнении инструктивного письма Минобрнауки России от 04.09.1997 №48»;
- Письмо Министерства образования 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 № АФ150/06 от 18.04. 2008 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- 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;

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

Задачи общие:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
- развитие общей и речевой моторики,
- эмоционально-волевое развитие учащихся,
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.
- **Образовательные задачи:**
- формировать у учащихся представления о ритмике, предмете, входящем в систему музыкального воспитания;
- формировать художественный вкус детей;
- выявлять способности импровизировать, самостоятельно танцевать;
- знакомить с танцевальными движениями, упражнениями и танцами;
- уточнять, напоминать о том, чтобы танцевальные движения совпадали с ритмом музыки;

- расширить знания о танцах: бальные вальс, танго, эстрадные, народные русские пляски, хороводы, танцы народов мира;
- обобщить музыкально-теоретические понятия;
- систематизировать танцевальные и ритмико-гимнастические упражнения; □ развивать представление о пространстве и умение ориентироваться в нем;
- приобщать детей к музыке и правильному восприятию ее на слух;
- развивать творческие способности;
- учить пользоваться музыкальными, танцевальными терминами;
- тренировать и развивать музыкальную память, слух, мышление, воображение; □ проверять полученные знания и умения о ритмике.

Коррекционно-развивающие задачи:

- 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 темпо – ритмических структур;
- развитие пространственной ориентации;
- формирование двигательных навыков в сочетании с речью и музыкой;
- регуляция эмоциональной сферы;
- развитие умений и навыков коллективных действий.

Воспитательные задачи:

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

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

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

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

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

2. Общая характеристика учебного предмета

«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, само регуляция 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.

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 синкинезией;
- развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии.

Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

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

Формы занятий:

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

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

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

Основные направления:

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

Связь содержания программы с учебными предметами.

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

«Ритмика» является важной составляющей частью образования, обучающихся, с 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 8-х классов с 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 интеллектуальными нарушениями.

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*.

3.Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа по учебному предмету коррекционно-развивающей области: «Ритмика» 8 класс входит в образовательную область обязательной части учебного плана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями и изучается на всех этапах обучения с 5 по 8 класс.

-+ё4. Планируемые результаты освоения учебного предмета

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

Личностные результаты

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 1) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 2) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной

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

организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

- 3) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

4) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

5) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

6) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты

Базовые учебные действия Личностные учебные действия

Личностные учебные действия представлены следующими умениями:

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

Коммуникативные учебные действия

Коммуникативные учебные действия включают:

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

Регулятивные учебные действия

Регулятивные учебные действия представлены умениями:

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

Познавательные учебные действия

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

Система оценки достижения обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) планируемых результатов освоения адаптированной основной общеобразовательной программы, предметные результаты освоения учебного

предмета коррекционного курса. Для оценки сформированности каждого действия можно использовать, например, следующую систему оценки:

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

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

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

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

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

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

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

Диагностика уровня усвоения предметных результатов учебная дисциплина «Ритмика»

№ п.п.	Тема раздела	Форма	Ожидаемый результат
1	Упражнения на ориентировку в пространстве.	Групповое занятие	<p>1 уровень - знать все пространственные понятия;</p> <p>2 уровень - четко, организованно перестраиваться в круг</p> <p>;</p> <p>3 уровень - самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; знать правила работы перестроения в большой круг, из большого круга в маленькие круги по 2-е, по 3-е, по 4 и наоборот; из круга перестроение в «ворота», из «ворот» в 2 круга; перестроение в «звёздочки»</p>

2	Ритмикогимнастические упражнения.	Групповое занятие	<p>1 уровень – знать названия всех упражнений и особенности их выполнения;</p> <p>2 уровень – выполнять упражнения с соблюдением всех правил;</p> <p>3 уровень – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p>
3	Упражнения на движения, координированные музыкой.	Групповое занятие	<p>1 уровень – знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки;</p> <p>2 уровень – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки,</p> <p>3 уровень – передавать в движении</p>
			ритмический рисунок мелодии;
4	Игры под музыку.	Групповое занятие	<p>1 уровень – знать правила игр;</p> <p>2 уровень – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <p>3 уровень – играть, соблюдая правила;</p>
5	Танцевальные упражнения.	Групповое занятие	<p>1 уровень – знать названия движений народного танца, различать основные характерные движения некоторых народных танцев;</p> <p>2 уровень – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением;</p> <p>3 уровень – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз.</p>

5.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

№ п.п.	Раздел	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Упражнения на ориентирование в пространстве	8	2	6
2	Ритмико-гимнастические упражнения	18	3	15
	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения	7	2	5

	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений	7	1	6
	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц	4	-	4
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	6	2	4
4	Игры под музыку	12	4	8
5	Танцевальные упражнения	22	4	18
	Итого	65	15	50

1. Упражнения на ориентирование в пространстве

Перестроение в колонну по два, по три, по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в в большой круг, из большого круга в маленькие круги по четыре учащихся, по три, по два и наоборот из маленьких кругов в большой круг соблюдая дистанцию. Перестроение из кругов в звездочки и карусели, «воротца», «ручѐк». Сохранять правильные дистанции во всех видах построения и перестроения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

2. Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения

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

Упражнения на координацию движений

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

Упражнения на расслабление мышц

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

3. Координация движений, регулируемых музыкой

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

4. Игры под музыку

Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Изучение позиций рук; смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно, провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. Упражнения на расслабление мышц. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, запевов и без них. (Коми народные музыкальные инструменты). Музыкальные игры с предметами: с мячом «Пингвины». Музыкальные игры с предметами: с обручем «Раки»,

«Кто быстрее найдет свой дом». Со скакалкой «Кто быстрее». Движения парами: бег, ходьба, кружения на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками. Гопак. «Пляска с притопами».

5. Танцевальные упражнения

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

6. Тематическое планирование

Ритмика 8 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Введение. Основные понятия.	1	Приветствие, знакомство, построение, разминка. Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения. Правила поведения и технику безопасности на уроке ритмики. Основные понятия, термины.
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. «С какой стороны звук?» Взрослый предлагает ребёнку определить на слух и показать рукой в ту сторону, откуда слышен звук знакомой игрушки (предмета, голос), назвать направление.
3	Упражнения для развития пространственной ориентации	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой —
			в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх.

4	Основание различных танцевальных позиций и упражнений для рук и ног.	1	Приветствие, построение, разминка. Организовано строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Игры с пением, речевым сопровождением
5	Танцевальные движения в паре	1	Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Исполнение танца сольно, в парах.

6	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий

			круг. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.
7	Синхронность и координация движений при использовании танцевальных упражнений.	1	Приветствие, построение, разминка. Организовано строиться (быстро, точно). Подбор движений согласно психофизическому развитию детей. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Игра «Вверху-внизу»

8	Танцевальная импровизация под музыку.	1	Приветствие, построение, разминка. Одновременное отхлопывание и притопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе. Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя
9	Вытягивание ноги на носок (батман тандю) вперед, в сторону, назад из I, II, III позиций.	1	Приветствие, построение, разминка. Подбор движений согласно психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Исполнение элементарных танцевальных движений: шаг с подскоком, галоп, приседания, переступания. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).
10	Круг ногой по полу (рон де жамб пар терр) из I, III позиций слитно вперед, в сторону и обратно	1	Приветствие, построение, разминка. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов,

			<p>попевок и без них. Бег по залу в различных направлениях.</p> <p>Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).</p> <p>Разучивание танца отдельными фрагментами. Двигательная разрядка.</p> <p>Игры с пением.</p>
11	Упражнение для рук: переводы рук из подготовительного положения в I, II, III позиции и снова в подготовительное положение	1	<p>Приветствие, построение, разминка.</p> <p>Неторопливый танцевальный широкий бег, высокий бег, бег с захлестом.</p> <p>Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе.</p> <p>Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя.</p>
12	Упражнения на определение темпа и ритма	1	<p>Приветствие, построение, разминка.</p> <p>Шагистика в различных ритмах и темпах. Самостоятельный выбор формы движения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Умение соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.</p>

13	Ритмико- гимнастические упражнения	1	<p>Приветствие, построение, разминка</p> <p>Разучивание элементарных танцевальных движений. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).</p>
14	Ритмико- гимнастические упражнения	1	<p>Приветствие, построение, разминка</p> <p>Разучивание элементарных танцевальных движений. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).</p>

15	Ритмико- гимнастические упражнения	1	Приветствие, построение, разминка Разучивание элементарных танцевальных движений. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).
16	Ритмико- гимнастические упражнения	1	Приветствие, построение, разминка Разучивание элементарных танцевальных движений. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).
17	Сюжетно-игровые занятия	1	Приветствие, построение, разминка. Бег по залу в различных стилях и различных направлениях. Ориентирование в пространстве класса, зала. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей.
18	Сюжетно-игровые занятия	1	Приветствие, построение, разминка. Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега, притопов, прихлопов в соответствии с характером и построением музыкального отрывка. Самостоятельно создать музыкально-двигательный образ. Инсценировать песню, прохлопывая ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.
19	Танцевальная композиция «Приглашение».		Приветствие, построение, разминка. Уметь выполнять точно с проговариванием стихов, ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного сотрудничества.

			Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.
20	Ритмико-гимнастические упражнения.	1	Приветствие, построение, разминка. Танцевальные движения польки. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и безних. Самостоятельно выполнять шаг на носках, шаг польки.
21	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Выполнение элементарных движений под музыку со сменой темпа, ритма.
22	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Игра на детских музыкальных инструментах. Умение работать с учебными принадлежностями. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.
23	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Игра на детских музыкальных инструментах. Умение работать с учебными принадлежностями. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны.

24	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка Знакомство с видами танцев. Умение работать с учебными принадлежностями. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений, согласно психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением.
25	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Разучивание элементарных танцевальных движений. Ориентирование в пространстве класса. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Двигательная разрядка.
26	Постановка танца «Фигурный вальс». Музыка Д. Браславского.	1	Приветствие, построение, разминка. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.
27	Разучивание танца «Фигурный вальс». Музыка Д. Браславского.		Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Исполнение танца сольно, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением. Двигательная разрядка.
28	Танцевальные упражнения на различение элементов народных танцев	1	Приветствие, построение, разминка. Повторение ранее изученных элементов. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков. Ориентировка в направлении движений (вперед,

			назад, направо, налево)
29	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.		Приветствие, построение, разминка Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков.
30	Танцевальные упражнения	1	Приветствие, построение, разминка. Повторение ранее изученных элементов Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Самостоятельность в выполнении заданий, вхождение в контакт и работа в коллективе.
31	Танцевальные упражнения	1	Приветствие, построение, разминка. Повторение ранее изученных элементов Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Самостоятельность в выполнении заданий, вхождение в контакт и работа в коллективе.
32	Закрепление танцевальных движений.	1	Приветствие, построение, разминка. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свои действия
33	Подвижные танцевальные игры.	1	Приветствие, построение, разминка. Двигательная разрядка. Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа (природа, животные, неживые предметы)

34	Подвижные танцевальные игры	1	Приветствие, построение, разминка. Двигательная разрядка. Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа (природа, животные, неживые предметы)
35	Танцевальный марафон	1	Приветствие, построение, разминка. деятельность с учетом выявленных недостатков. Упражнения для развития художественно-творческих способностей «Ветерок и ветер», «Разведка», «На речке», «Клоуны», «Жонглеры», «Кузнецы», «В лесу», ритмическая игра «Вопросответ».

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Наименование объектов и средств материальнотехнического обеспечения	Примечания	Кол-во
Оборудование класса	Большие зеркала	7
	Ковровые дорожки (дети ложатся, садятся во время релаксации, партерной гимнастики)	
Гимнастические предметы	Обручи	6 шт.
	Мячи массажные	6 шт.
Детские музыкальные инструменты:	Металлофон, ксилофон, барабан, бубен, свистульки.	
	Стол для учителя	1
	Стул для учителя	1
	Парты ученические	8
	Стулья ученические	16
	Экран проекционный	1
	Доска для записи	1
	Персональный компьютер	1
	Медиапроектор	1
	Акустическая система	1
Музыкальные инструменты	Баян	1

	фортепиано	1
	Синтезатор «Ямаха» для учителя	1
	Гитара	7
Шумовые инструменты	Для детей трещотки, деревянные ложки	

8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Приказ от 5.12. 2022 № 1063 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115»;
- Приказ от 24.12.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Инструктивное письмо Министерства общего и профессионального образования РФ № 48 от 04.09.1997 «О специфике деятельности специальных (коррекционных образовательных учреждений I-VIII видов)»;
- Инструктивное письмо Минобрнауки РФ от 26 декабря 2000 года № 3 «О дополнении инструктивного письма Минобрнауки России от 04.09.1997 №48»;
- Письмо Министерства образования РФ № 27//582-6 от 10.06.1999 «Рекомендации по социально-трудовой адаптации выпускников специальных (коррекционных образовательных учреждений VIII вида)»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ № 120 ФЗ (ст. 18) от 24.06. 1999 «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № АФ150/06 от 18.04. 2008 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами»;
- СанПиН № 2.3/2.4.3590-20, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Устав казенного общеобразовательного учреждения Омской области «Нововаршавская адаптивная школа-интернат»;
- М.А. Касицина, И.Г. Бородина. Коррекционная ритмика. – М., 2007г.

- Котышева Е.Н. Музыкальная коррекция детей с ограниченными возможностями. Санкт – Петербург 2010.
- Медведева Е. А., Левченко И. Ю., Комисарова Л. Н., Добровольская Т. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений – М., 2001.

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ САЙТЫ:

1. www.edu.ru/ Российское образование федеральный портал
 2. <http://www.fipi.ru> Федеральный институт педагогических измерений.
 3. <http://ps.1september.ru> Газета «Первое сентября»
- Источник: <http://depositfiles.com/files/vpcbi64e5>

Приложение 1

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО ПРЕДМЕТУ

«Ритмика» в 8 классе

Количество часов всего 35, в неделю 1

№ п/п	Тема урока	количество часов	Основные виды деятельности обучающихся	дата	
				по плану	по факту
I четверть					
Раздел I. Введение					
1.	Введение. Основные понятия.	1	Приветствие, знакомство, построение, разминка. Принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения. Правила поведения и технику безопасности на уроке ритмики. Основные понятия, термины.	05.09	
2.	Общеразвивающие упражнения	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласно психофизическому развитию детей.	06.09	

3.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. «С какой стороны звук?» Взрослый предлагает ребёнку определить на слух и показать рукой в ту сторону, откуда слышен звук знакомой игрушки (предмета, голос), назвать направление.	12.09	
4.	Упражнения на координацию движений	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Отстукивание простых ритмических рисунков на	13.09	

			инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. 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.		
5.	Упражнения для развития пространственной ориентации	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх.	19.09	

6.	Упражнения для развития «мышечного чувства» и отдельных групп мышц	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх.	20.09	
7.	Основание различных танцевальных позиций и упражнений для рук и ног.	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию	26.09	

			детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Игры с пением, речевым сопровождением		
8.	Упражнения для развития «мышечного чувства» выполняются в сочетании с танцевальнотренировочными	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться на начальную позицию (быстро, точно). Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Исполнение и закрепление танца. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Дальнейшее развитие музыкальных, танцевальных и художественно-творческих способностей.	27.09	

9.	Танцевальные движения в паре	1	Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Исполнение танца сольно, в парах.	03.10	
10.	Упражнения для развития плавности и мягкости движений.	1	Двигательная разрядка. 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 поднятие и опускание рук.	04.10	

			Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх.		
--	--	--	---	--	--

11.	Упражнения на ориентировку в пространстве	1	Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку.	10.10	
12.	Упражнения для развития художественнотворческих способностей «Под дождем», «Холодно», «Жарко»,	1	Приветствие, построение, разминка. Общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Исполнение танца сольно, в парах. Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением. 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.	11.10	
13.	Синхронность и координация движений при использовании танцевальных упражнений.	1	Приветствие, построение, разминка. Организованно строиться (быстро, точно). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Игра «Вверху-внизу»	17.10	

14.	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1	Приветствие, построение, разминка. Разучивание и постановка танца. Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Двигательная разрядка	18.10	
15.	Танцевальная импровизация под музыку.	1	Приветствие, построение, разминка. Одновременное отхлопывание и притопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе. Самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя	24.10	
16.	Полуприседание и полное приседание (деми и гранд плие) по I, II, III позициям	1	Приветствие, построение, разминка. 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. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Исполнение танца сольно, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением.	25.10	
Итого I четверть – 16ч					
II четверть					

17.	Вытягивание ноги на носок (батман тандю) вперед, в сторону, назад из I, II, III позиций.	1	Приветствие, построение, разминка. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Исполнение элементарных танцевальных	07.11	
-----	--	---	--	-------	--

			движений: шаг с подскоком, галоп, приседания, переступания. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).		
--	--	--	---	--	--

18.	Маленькие броски (батман жете) вперед, в сторону, назад из I, III позиций	1	Приветствие, построение, разминка. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Разучивание и постановка танца. Исполнение элементарных танцевальных движений: Самостоятельность в выполнении заданий, вхождение в контакт и работ в коллективе при совместном исполнении.	08.11	
-----	---	---	--	-------	--

19.	Круг ногой по полу (рон де жамб пар терр) из I, III позиций слитно вперед, в сторону и обратно	1	Приветствие, построение, разминка. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Бег по залу в различных направлениях. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Разучивание танца отдельными фрагментами. Двигательная разрядка. Игры с пением.	14.11	
-----	--	---	--	-------	--

20.	Плясовые движения с изображаемыми предметами	1	Приветствие, построение, разминка. Бег по залу в различных стилях и различных направлениях. Ориентирование в пространстве класса. Выполнение элементов танцевальных движений по словесной инструкции. Исполнение танца сольно, в парах.	15.11	
21.	Упражнение для рук: переводы рук из подготовительного положения в I, II, III	1	Приветствие, построение, разминка. Неторопливый танцевальный широкий бег, высокий бег, бег с захлестом.	21.11	

	позиции и снова в подготовительное положение		Соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя.		
22.	Прыжки (соте) по I, II, III, VI позициям	1	Двигательная разрядка. 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.	22.11	

23.	Упражнения на определение темпа и ритма	1	Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах. Самостоятельный выбор формы движения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Умение соотносить темп движений с темпом музыкального произведения.	28.11	
24.	Переменный шаг, дробный, с ударами.	1	Приветствие, построение, разминка. Шагистика в различных ритмах и темпах, сольно, в парах. Двигательная разрядка. Отработка маршевого шага. Координация рук и ног. Импровизационные движения на заданную учителем тему.	29.11	
25.	Ритмикогимнастические упражнения	1	Приветствие, построение, разминка Разучивание элементарных танцевальных движений. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Тихая,	05.12	

			настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга).		
26.	Постановка танца «Метелица»	1	Приветствие, построение, разминка. Закрепление последовательности движений. Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением. Разучивание элементов танца. Танецповторялки.	06.12	

27.	Ритмикогимнастические упражнения.	1	Приветствие, построение, разминка. Танцевальные движения польки. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и безних. Самостоятельно выполнять шаг на носках, шаг польки.	12.12	
28.	Разучивание танца «Метелица»	1	Приветствие, построение, разминка. Разучивание танца сольно, в парах.	13.12	
29.	Ритмико-гимнастические упражнения.	1	Приветствие, построение, разминка. Тренировка слухового внимания. Соотношение своих действий и их результатов с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя.	19.12	
30.	Исполнение танца «Метелица»	1	Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Игры с пением, речевым сопровождением.	20.12	

31.	Ритмикогимнастические упражнения.	1	Приветствие, построение, разминка. Бег по залу в различных стилях и различных направлениях. Ориентирование в пространстве класса. Закрепление танца. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.	26.12	
32.	Закрепление танца «Метелица»	1	Приветствие, построение, разминка. 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. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Исполнение танца сольно, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением. Двигательная разрядка.	27.12	
Итого II четверть – 16ч					
III четверть					
33.	Сюжетно-игровые занятия	1	Приветствие, построение, разминка. Бег по залу в различных стилях и различных направлениях. Ориентирование в пространстве класса, зала. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений согласна психофизическому развитию детей.	16.01	

34.	Сюжетно-игровые занятия	1	Приветствие, построение, разминка. Правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега, притопов, прихлопов в соответствии с характером и построением музыкального отрывка.	17.01	
-----	-------------------------	---	--	-------	--

			Самостоятельно создать музыкально-двигательный образ. Инсценировать песню, прохлопывая ритмический рисунок прозвучавшей мелодии.		
35.	Сюжетно-игровые занятия	1	Приветствие, построение, разминка. Изучение детских музыкальных инструментов. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Самостоятельно создать музыкально-двигательный образ. Инсценировать песню, прохлопывая ритмический рисунок, прозвучавшей мелодии.	23.01	
36.	Танцевальная композиция «Приглашение».	1	Приветствие, построение, разминка. Уметь выполнять точно с проговариванием стихов, ритмические движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного сотрудничества. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.	24.01	

37.	Танцевальная композиция «Приглашение».	1	Приветствие, построение, разминка. Уметь выполнять точно с проговариванием стихов, ритмичные движения в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Интегрирование в группу сверстников и построение продуктивного сотрудничества. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с	30.01	
-----	---	---	---	-------	--

			проговариванием стихов, попевок и без них.		
38.	Медленный вальс: перемена с правой и левой ноги, правый и левый повороты	1	Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Игры с пением, речевым сопровождением.	31.01	
39.	Ритмикогимнастические упражнения	1	Приветствие, построение, разминка. Изучение звучания музыкальных инструментов. Развитие слухового восприятия. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Двигательная разрядка.	06.02	

40.	Создаем характеры.	1	Приветствие, построение, разминка. Повадки животных. Изображение движений медведя, лисы, зайца, кошки, лыжника, наездника и т.п. под музыку. Игра – упражнение «Назови диких и домашних животных». Игры с пением, речевым сопровождением. Двигательная разрядка.	07.02	
41.	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Выполнение элементарных движений под музыку со сменой темпа, ритма. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений, согласно психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением.	13.02	

42.	Постановка танца «Сударушка» (бальный танец). Музыка народная.	1	Приветствие, построение, разминка. Разбор вступления танца, разговор об эмоциональной составляющей танца; разбор первой части танца; выбор музыки для постановок; подробный разбор прыжка «с зависанием», разбор второй части танца.	14.02	
43.	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Игра на детских музыкальных инструментах. Умение работать с учебными принадлежностями. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.	20.02	

44.	Разучивание танца «Сударушка» (бальныйтанец). Музыка народная.	1	Приветствие, построение, разминка. Разбор танца; повторение под счет; разбор сложныхкомбинаций, танец целиком под музыку. Подбор движений, согласно психофизическому развитию детей.	21.02	
45.	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Игра на детских музыкальных инструментах. Умение работатьс учебными принадлежностями. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение еевнутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны.	27.02	
46.	Исполнение танца «Сударушка» (бальныйтанец). Музыка	1	Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений.	28.02	

	народная.		Перекрестное поднимание и опускание рук. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Игры с пением, речевым сопровождением.		
47.	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Коллективная игра на детских музыкальных инструментах. Интегрирование в группу сверстников ипостроение продуктивного сотрудничества. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.	06.03	

48.	Закрепление танца «Сударушка» (бальный танец). Музыка народная.	1	Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Исполнение танца сольно, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением. Двигательная разрядка.	07.03	
49.	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка Знакомство с видами танцев. Умение работать с учебными принадлежностями. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Подбор движений, согласно психофизическому развитию детей. Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением.	13.03	
50.	Постановка танца «Фигурный вальс». Музыка Д. Браславского.	1	Приветствие, построение, разминка. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз,	14.03	

			малоконтрастных частей музыки. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам.		
--	--	--	--	--	--

51.	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Разучивание элементарных танцевальных движений. Ориентирование в пространстве класса. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Двигательная разрядка.	20.03	
52.	Разучивание танца. «Фигурный вальс». Музыка Д. Браславского.	1	Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Исполнение танца сольно, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением. Двигательная разрядка.	21.03	
Итого III четверть – 20 ч					
IV четверть					
53.	Упражнения с музыкальными инструментами	1	Приветствие, построение, разминка. Разучивание элементарных движений. Освоение комплексы ритмической шагистики и пластических упражнений. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Двигательная разрядка. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу	03.04	
			и приведение ее внутрь		

54.	Исполнение и закрепление танца «Фигурный вальс». Музыка Д. Браславского.	1	Приветствие, построение, разминка. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Игры с пением, речевым сопровождением.	04.04	
55.	Танцевальные упражнения на различение элементов народных танцев	1	Приветствие, построение, разминка Повторение ранее изученных элементов. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево)	10.04	
56.	Постановка танца «Забава» (массовый танец). Музыка В. Локтева	1	Приветствие, построение, разминка. Подбор движений согласна психофизическому развитию детей. Разучивание танца на основе выученных движений. Двигательная разрядка. Исполнение последовательности выученных движений. Исполнение танца сольно, в парах.	11.04	
57.	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1	Приветствие, построение, разминка Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков.	17.04	
58.	Разучивание танца	1	Приветствие, построение,	18.04	

	«Забавы» (массовый танец). Музыка В. Локтева		разминка. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Двигательная разрядка. Игры с пением, речевым сопровождением.		
59.	Танцевальные упражнения	1	Приветствие, построение, разминка. Повторение ранее изученных элементов Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Самостоятельность в выполнении заданий, вхождение в контакт и работа в коллективе.	24.04	
60.	Исполнение танца «Забавы» (массовый танец). Музыка В. Локтева	1	Приветствие, построение, разминка. Исполнение танца индивидуально, в парах. Игры с пением, речевым сопровождением. Сохранять правильную дистанцию в перемещениях по залу, между собой. Организованно строиться (быстро, точно).	25.04	
61.	Танцевальные упражнения	1	Приветствие, построение, разминка. Повторение ранее изученных элементов. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов,	15.05	

62.	Закрепление танца «Забава» (массовый танец). Музыка В. Локтева	1	Приветствие, построение, разминка. Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недостатков. Интегрирование в группу сверстников и строить продуктивное сотрудничество. Закрепление танца. Двигательная разрядка.	16.05	
63.	Танцевальные	1	Приветствие, построение,	22.05	

	упражнения.		разминка. Игры под музыкальное сопровождение и без. Умение перестроится из круга в колонны, разбиться по двое, трое и снова встать в круг. Игры на развитие внимания, мышления, крупной моторики.		
64.	Подвижные танцевальные игры.	1	Приветствие, построение, разминка. Двигательная разрядка. Игровые задания для развития пластической выразительности при создании образа (природа, животные, неживые предметы)	23.05	

Итого IV четверть

12 часов

Итого за год:

35 часов

