

Министерство образования и молодежной политике Свердловской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области,
реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы, «Центр «Дар»

«Утверждаю»

Директор ГБОУ «Центр «Дар»
_____ Н.И. Шляпникова

Приказ № ____ от « ____ » ____ 24 г.

Адаптированная рабочая программа по предмету «РИТМИКА»

для обучающихся 5 –7 классов
на 2024/2025 учебный год

Составитель:
Лешина Марина Львовна,
Должность: учитель

2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
Общая характеристика предмета «Ритмика»	4
Описание места предмета «Ритмика» в учебном плане	6
Личностные и предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»	6
Планируемые предметные и личностные результаты освоения предмета, курса «Ритмика» 5 класс	7
Планируемые предметные и личностные результаты освоения предмета, «Ритмика» 6 класс	7
Планируемые предметные и личностные результаты освоения предмета «Ритмика» 7 класс	8
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ	9
Ритмика 5 класс. Календарно-тематическое планирование	11
Ритмика 6 класс. Календарно-тематическое планирование	16
Ритмика 7 класс. Календарно-тематическое планирование	20

1. Бгажнокова, И.М. Программа для коррекционных образовательных школ 8 вида 0-4 классов.- М.: Просвещение, 2011.
2. М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - М., 2001.

И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, С-П изд-во «Дельта». **РИТМИКА**
5 –7классы (I вариант)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «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>).

- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью ГБОУ «Центр «Дар»
- Учебным планом ГБОУ «Центр «Дар»
- Годовым планом ГБОУ «Центр «Дар»

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

Предмет «Ритмика» является внеурочной деятельностью учебного плана и рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часов в год (1 час в неделю).

Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

У детей с умственной отсталостью наблюдается резкое снижение внимания к музыкальному звучанию, недостаточность эмоциональной отзывчивости на музыку (остаются безучастными к звучанию и спокойных лирических мелодий, и плясовой, и маршевой музыки). Детям свойственны неадекватные эмоциональные проявления при восприятии различных характерных пьес и песен, что связано с общим нарушением эмоционально-волевой сферы, слабостью интереса к окружающим предметам и явлениям вообще.

У детей с умственной отсталостью нарушены двигательные функции, общая и речевая моторика.

Для возбудимых детей характерно двигательное беспокойство, нетерпеливость, отвлекаемость, эмоциональная возбудимость и неустойчивость, а заторможенным свойственны вялость, адинамичность, бедность движений. Наиболее адекватным методом коррекции различных психомоторных нарушений у детей с умственной отсталостью является коррекционная ритмика, в которой ярко выражено единство музыки, движений и ритма как их стержня.

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.

В программу по ритмике включены здоровьесберегающие технологии, формирующие компетенцию здоровьесбережения и самосовершенствования.

Общая характеристика коррекционного курса.

Цели коррекционных занятий по ритмике:

- развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки;
- приобщение детей к танцевальному искусству, развитие их художественного вкуса и физического совершенствования;
- осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых школьников средствами музыкально - ритмической деятельности.

Задачи:

- Развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях.
- Научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности.
- Развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки.
- Выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений.
- Развивать координацию движений.
- Научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением.
- Прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

Образовательные:

- формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух, чувство ритма;
- ознакомление учащихся с разнообразными танцевальными движениями (классическими, современными, игровыми и т.п.);
- развитие кругозора и познавательного интереса к искусству.

Развивающие:

- способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала;
- развитие музыкального ритма, слуха, музыкальной памяти; развитие двигательных умений и навыков, физических качеств; развитие общей и речевой моторики; развитие способности фантазировать, импровизировать, выражать эмоции.

Воспитательные:

- способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса;
- воспитание любви к музыке, к хореографическому искусству; развитие фантазии и образного мышления в области хореографии; умение работать в коллективе.

Ввиду психологических особенностей детей с нарушением познавательной деятельности, с целью усиления практической направленности обучения проводится **коррекционная работа**, которая включает следующие направления:

Совершенствование движений и сенсомоторного развития: развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной

моторики.

Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений; коррекция – развитие двигательной памяти;

коррекция – развитие внимания;

формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);

развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени.

Развитие различных видов мышления:

развитие наглядно-образного мышления;

развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

Развитие основных мыслительных операций:

развитие умения сравнивать, анализировать;

развитие умения выделять сходство и различие понятий.

Коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы:

развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;

воспитание самостоятельности принятия решения;

формирование устойчивой и адекватной самооценки;

формирование умения анализировать свою деятельность.

Коррекция – развитие речи:

развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

Основные направления работы по ритмике:

упражнения на ориентировку в пространстве;

ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнения на расслабление мышц);

упражнения с детскими музыкальными инструментами; игры под музыку;

танцевальные упражнения.

Ритмика – это танцевальные упражнения под музыку, которые учат чувствовать ритм и гармонично развивают тело.

Занятия способствуют: развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, приобщению детей к танцевальному искусству, развитию их художественного вкуса, культуры поведения, фантазии, памяти, обогащению кругозора и физического совершенствования, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Актуальность программы заключается в необходимости развития музыкальных и творческих способностей детей, развитии психических процессов, нравственно-коммуникативных качеств личности.

Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части. Методы направлений

игротерапии, арттерапии (активная музыкотерапия).

Формы занятий: индивидуальная, групповая, игровая, соревновательная.

Описание места курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» в учебном плане

Коррекционно-развивающая область «Ритмика» реализуется с 5 по 7 класс. Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана:

5 класс-34 часа, 1 час в неделю

6 класс - 34 часа, 1 час в неделю;

7 класс - 34 часа, 1 час в неделю;

Личностные и предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»

Результаты освоения с обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП оцениваются как итоговые на момент завершения образования.

Освоение обучающимися АООП, которая создана на основе ФГОС, предполагает достижение ими двух видов результатов: **личностных и предметных**.

В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оценке подлежат *личностные и предметные результаты*.

АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: **минимальный и достаточный**. *Минимальный уровень* является обязательным для большинства обучающихся. *Достаточный уровень* освоения предметных результатов рассматривается как повышенный, и не является обязательным для всех обучающихся.

Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающихся в различных сферах.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности. Оценивание предметных результатов начинается со второго полугодия II класса.

Планируемые предметные и личностные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса «Ритмика» 5 класс

Личностные результаты:

- Осознание своих возможностей.
- Уважать себя, своих одноклассников и верить в успех.
- Управлять своими эмоциями.
- Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Предметные результаты:

- Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.
- Умение действовать по плану.
- Воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

Коммуникативные:

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса, школы.

Знания и умения:

- соблюдать правильную дистанцию в кругу;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой или подсказкой учителя;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем.

Планируемые предметные и личностные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса «Ритмика» 6 класс

Личностные результаты:

- Осознание своих возможностей.
- Уважать себя, своих одноклассников и верить в успех.
- Управлять своими эмоциями.
- Развитие эстетического вкуса, культуры поведения, общения, художественно-творческой и танцевальной способности.

Предметные результаты:

- Проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.
- Умение действовать по плану.
- Воплощение музыкальных образов при разучивании и исполнении танцевальных движений.

коммуникативные:

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- участие в музыкально-концертной жизни класса школы.

Знания и умения:

- соблюдать правильную дистанцию в кругу;

- самостоятельно выполнять требуемые направления и темпа движений, руководствуясь музыкой или подсказкой учителя;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, энергичность, нежность, игривость и т.д;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем.

Планируемые предметные и личностные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса «Ритмика» 7 класс

Личностные результаты:

- Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.
- Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств.
- Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку.
- Позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей.

Предметные результаты:

- Преобразовывать практическую задачу в познавательную.
- Осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.
- Целеустремленность и настойчивость в достижении цели.

коммуникативные:

- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- с учетом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- умение сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Знания и умения:

- правильно находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже вовремя веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев;
- знать движения, выученные за год;
- знать названия движений и танцев;
- позиции рук и ног;

- уметь соотносить движения с музыкой;
- уметь танцевать в заданном темпе.

5 класс (1 вариант) Ритмика Календарно - тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения		Формируемые представления	Содержание, основные виды деятельности
			план	факт		
1	Основные движения. Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм».	1			Общеразвивающие упражнения. Игры под музыку.	Упражнения на выработку осанки. Поднимание на носках и полуприседание.
2	Ориентировка в пространстве. Ритмопластика. Форма круга. Плавные взмахи руками, легкое кружение, медленное приседание.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Ориентировка в пространстве.	Осанка. Ритмичные маршевые движения. Разучивание танцевальных элементов.
3	Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм». Ритмопластика Легкий бег, кружение.	1			Музыкально- ритмические движения. Упражнения на расслабление мышц.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Танцевальные движения.
4	Упражнения для корпуса тела. Темпоритм. Шаг марша.	1			Ритмико-гимнастические упражнения.	Танцевальные элементы. Ритмичные, пластичные движения в такт музыки. Маршевый шаг.
5	Повороты корпуса с выносом руки вперед, в стороны. Ориентировка в пространстве. Шаг марша.	1			Выполнение упражнений на координацию движений и ориентировку в пространстве.	Ориентирование в пространстве (движения в указанном направлении). Движения в такт музыки.
6	Упражнения для осанки. Ходьба по кругу со сменой позиции ног. Общеразвивающие упражнения.	1			Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на выработку осанки. Неторопливое приседание, медленное возвращение в исходное положение.
7	Ритмопластика. Форма круга. Ориентировка в пространстве.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Выполнение движений с предметами. Плавные взмахи руками, легкое кружение, медленное приседание.
8	Ходьба по кругу. Форма круга. Упражнения с предметами. Темпоритм. Переменный шаг.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений	Одновременное прохлопывание и прохлопывание несложных ритмических рисунков в среднем и

	Повторение.					быстром темпе. Движения рук в разных направлениях
9	Упражнения для корпуса тела. Темпоритм. Шаг марша.	1			Ритмико-гимнастические упражнения	Шаг марша. Повороты туловища в сочетании с наклонами. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.
10	Упражнения в движении. Темпоритм. Шаги с хлопками.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Широкий, высокий бег. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей.
11	Основные движения. Упражнения для осанки. Ходьба, шаги.	1			Ритмико-гимнастические и танцевальные упражнения	Упражнения на выработку осанки. Ходьба по кругу со сменой позиции ног. Поскоки. Неторопливое приседание, медленное возвращение в исходное положение.
12	Ритмопластика. Движения рук в разных направлениях.	1			Упражнения с музыкальными инструментами. Ориентировка в пространстве.	Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой. Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками.
13	Разминка. Танцевальные движения. Музыкальная игра.	1			Игры под музыку. Танцевальные упражнения	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Боковой галоп. Широкий, высокий бег.
14	Элементы танцевальных движений, их комбинирование. Переменный шаг.	1			Игры под музыку. Форма круга. Хоровод. Ритмико-гимнастические упражнения	Танцевальные движения в кругу. Хоровод. Координация. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки.
15	Ритмические упражнения. Хороводные движения	1			Игры под музыку. Хоровод. Ритмико-гимнастические упражнения	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Хороводный шаг, движения в кругу.
16	Ритмический рисунок в движении.	1			Общеразвивающие упражнения.	Танцевальные, игровые элементы.

	Темпоритм. Игры с пением и речевым сопровождением. Повторение.				Хоровод. Игры под музыку	Самостоятельная смена движений в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.
17	Игры под музыку. Упражнения на развитие координации.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения с предметами (ленты, султанчики). Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах.
18	Общеразвивающие упражнения. Игры с пением и речевым сопровождением.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения	Шаг на носках, пружинящий шаг, высокий бег. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.
19	Игровые элементы движений. Ориентировка в пространстве.	1			Игры под музыку. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Ускорение и замедление темпа. Выполнение движений с предметами.
20	Разминка. общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Игра на музыкальных инструментах.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах.
21	Координация движений. Танцевальная комбинация. Танцевальные упражнения: бег, поскоки.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения	Упражнения на координацию движений с предметами. Танец по показу (флешмоб). Легкий бег. Пскоки.
22	Элементы русской пляски. Ориентировка в пространстве.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения.	Приседание в медленном темпе. Приставной шаг. Выполнение движений с предметами.
23	Игра на детских музыкальных инструментах. Темпоритм.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах. Темпоритм.

24	Статистический танец. Приставной шаг. Форма круга.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений.	Шаг на носках, шаг польки. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием.
25	Общеразвивающие упражнения. Танцевальные движения. Ритмический рисунок.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения.	Передача хлопками ритмического рисунка мелодии. Поднимание на носках и полуприседание. Танцевальные элементы.
26	Упражнения на расслабление мышц. общеразвивающие упражнения. Повторение.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения.	Повторение ранее изученных элементов танца. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.
27	Элементы русской пляски. Ориентировка в пространстве. Темпоритм.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Приставные шаги с приседанием, полуприседание. Упражнения на расслабление мышц. Ходьба на пятках, держа ровно спину.
28	Упражнения на координацию движений. Танцевальные шаги. Игры под музыку.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку. Танцевальные упражнения.	Движения рук в разных направлениях. Прохлопывание и протопывание ритмических рисунков. Игры с пением и речевым сопровождением. Шаг польки.
29	Танцевальные движения. Статистический танец. Игра на музыкальных инструментах.	1			Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Танцевальные упражнения.	Поскоки, боковой галоп. Основные движения народных танцев. Флешмоб. Ускорение и замедление темпа разнообразных движений.
30	Элементы русской пляски. «Пружинка». Переменный шаг. общеразвивающие упражнения.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения	Приставной, переменный шаги. Приседание. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону.
31	Музыкальные игры. Разнообразный темп в движении.	1			Игры под музыку. Танцевальные упражнения	Ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Основные движения народных танцев. Легкий
						бег, боковой галоп.

32	Игры под музыку с ускорением и замедлением темпа.	1			Игры под музыку. Упражнения с музыкальными инструментами. Ритмико- гимнастические упражнения.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Ускорение и замедление темпа. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Упражнения на выработку осанки.
33	Статистический танец. Игра на детских музыкальных инструментах.	1			Танцевальные упражнения. Упражнения с музыкальными инструментами.	Шаг на носках, шаг польки. Флешмоб. Повторение ранее изученных танцевальных элементов. Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах.
34	Элементы русской пляски. Музыкальные игры. Общеразвивающие упражнения. Повторение.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку.	Шаг кадрили. Шаг польки. Приставной, переменный шаги. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Повороты туловища в сочетании с наклонами.
	ВСЕГО	34 ч				

6 класс (1 вариант) Ритмика Календарно - тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения		Формируемые представления	Содержание, основные виды деятельности
			план	факт		
1	Основные движения. Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм».	1			Общеразвивающие упражнения. Игры под музыку.	Упражнения на выработку осанки. Поднимание на носках и полуприседание.
2	Ориентировка в пространстве. Ритмопластика. Форма круга. Плавные взмахи руками, легкое кружение, медленное приседание.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Ориентировка в пространстве.	Осанка. Ритмичные маршевые движения. Разучивание танцевальных элементов.
3	Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм». Ритмопластика Легкий бег, кружение.	1			Музыкально- ритмические движения. Упражнения на расслабление мышц.	Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Танцевальные движения.

4	Упражнения для корпуса тела. Темпоритм. Шаг марша.	1			Ритмико-гимнастические упражнения.	Танцевальные элементы. Ритмичные, пластичные движения в такт музыки. Маршевый шаг.
5	Повороты корпуса с выносом руки вперед, в стороны. Ориентировка в пространстве. Шаг марша.	1			Выполнение упражнений на координацию движений и ориентировку в пространстве.	Ориентирование в пространстве (движения в указанном направлении). Движения в такт музыки.
6	Упражнения для осанки. Ходьба по кругу со сменой позиции ног. Общеразвивающие упражнения.	1			Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на выработку осанки. Неторопливое приседание, медленное возвращение в исходное положение.
7	Ритмопластика. Форма круга. Ориентировка в пространстве.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Выполнение движений с предметами. Плавные взмахи руками, легкое кружение, медленное приседание.
8	Ходьба по кругу. Форма круга. Упражнения с предметами. Темпоритм. Переменный шаг.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений	Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и

	Повторение.					быстром темпе. Движения рук в разных направлениях
9	Упражнения для корпуса тела. Темпоритм. Шаг марша.	1			Ритмико-гимнастические упражнения	Шаг марша. Повороты туловища в сочетании с наклонами. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.
10	Упражнения в движении. Темпоритм. Шаги с хлопками.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Широкий, высокий бег. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей.
11	Основные движения. Упражнения для осанки. Ходьба, шаги.	1			Ритмико-гимнастические и танцевальные упражнения	Упражнения на выработку осанки. Ходьба по кругу со сменой позиции ног. Пскоки. Неторопливое приседание, медленное возвращение в исходное положение.

12	Ритмопластика. Движения рук в разных направлениях.	1			Упражнения с музыкальными инструментами. Ориентировка в пространстве.	Отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой. Поднимание на носках и полуприседание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками.
13	Разминка. Танцевальные движения. Музыкальная игра.	1			Игры под музыку. Танцевальные упражнения	Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Боковой галоп. Широкий, высокий бег.
14	Элементы танцевальных движений, их комбинирование. Переменный шаг.	1			Игры под музыку. Форма круга. Хоровод. Ритмико-гимнастические упражнения	Танцевальные движения в кругу. Хоровод. Координация. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки.
15	Ритмические упражнения. Хороводные движения	1			Игры под музыку. Хоровод. Ритмико-гимнастические упражнения	Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Хороводный шаг, движения в кругу.
16	Ритмический рисунок в движении.	1			Общеразвивающие упражнения.	Танцевальные, игровые элементы.
	Темпоритм. Игры с пением и речевым сопровождением. Повторение.				Хоровод. Игры под музыку	Самостоятельная смена движений в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.
17	Игры под музыку. Упражнения на развитие координации.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения с предметами (ленты, султанчики). Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах.
18	Общеразвивающие упражнения. Игры с пением и речевым сопровождением.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения	Шаг на носках, пружинящий шаг, высокий бег. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.
19	Игровые элементы движений. Ориентировка в пространстве.	1			Игры под музыку. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Ускорение и замедление темпа. Выполнение движений с предметами.

20	Разминка. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Игра на музыкальных инструментах.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Повороты туловища в сочетании с наклонами. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах.
21	Координация движений. Танцевальная комбинация. Танцевальные упражнения: бег, поскоки.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения	Упражнения на координацию движений с предметами. Танец по показу (флешмоб). Легкий бег. Пскоки.
22	Элементы русской пляски. Ориентировка в пространстве.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения.	Приседание в медленном темпе. Приставной шаг. Выполнение движений с предметами.
23	Игра на детских музыкальных инструментах. Темпоритм.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах. Темпоритм.

24	Статистический танец. Приставной шаг. Форма круга.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на координацию движений.	Шаг на носках, шаг польки. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием.
25	Общеразвивающие упражнения. Танцевальные движения. Ритмический рисунок.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения.	Передача хлопками ритмического рисунка мелодии. Поднимание на носках и полуприседание. Танцевальные элементы.
26	Упражнения на расслабление мышц. Общеразвивающие упражнения. Повторение.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения.	Повторение ранее изученных элементов танца. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.
27	Элементы русской пляски. Ориентировка в пространстве. Темпоритм.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Приставные шаги с приседанием, полуприседание. Упражнения на расслабление мышц. Ходьба на пятках, держа ровно спину.

28	Упражнения на координацию движений. Танцевальные шаги. Игры под музыку.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку. Танцевальные упражнения.	Движения рук в разных направлениях. Прохлопывание и протопывание ритмических рисунков. Игры с пением и речевым сопровождением. Шаг польки.
29	Танцевальные движения. Статистический танец. Игра на музыкальных инструментах.	1			Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Танцевальные упражнения.	Поскоки, боковой галоп. Основные движения народных танцев. Флешмоб. Ускорение и замедление темпа разнообразных движений.
30	Элементы русской пляски. «Пружинка». Переменный шаг. Общеразвивающие упражнения.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения	Приставной, переменный шаги. Приседание. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед, в сторону.
31	Музыкальные игры. Разнообразный темп в движении.	1			Игры под музыку. Танцевальные упражнения	Ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Основные движения народных танцев. Легкий бег, боковой галоп.

32	Игры под музыку с ускорением и замедлением темпа.	1			Игры под музыку. Упражнения с музыкальными инструментами. Ритмико- гимнастические упражнения.	Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Ускорение и замедление темпа. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Упражнения на выработку осанки.
33	Статистический танец. Игра на детских музыкальных инструментах.	1			Танцевальные упражнения. Упражнения с музыкальными инструментами.	Шаг на носках, шаг польки. Флешмоб. Повторение ранее изученных танцевальных элементов. Исполнение различных ритмов на шумовых инструментах.
34	Элементы русской пляски. Музыкальные игры. Общеразвивающие упражнения. Повторение.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку.	Шаг кадрили. Шаг польки. Приставной, переменный шаги. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. Повороты туловища в сочетании с наклонами.

7 класс (1 вариант) Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов	Дата проведения		Формируемые представления	Содержание, основные виды деятельности
			план	факт		
1	Общеразвивающие упражнения. Музыкальная игра на внимательность «Повтори ритм».	1			Игры под музыку. Ритмико-гимнастические упражнения.	Упражнения на выработку осанки. Поднимание на носках и полуприседание. Составление несложных танцевальных композиций.
2	Ходьба в разном направлении. Ритмопластика. Форма круга.	1			Ориентировка в пространстве. Ритмико-гимнастические упражнения.	Ходьба по центру зала, по кругу. Упражнения на выработку осанки. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Разучивание танцевальных элементов.
3	Музыкальная игра «Повтори ритм». Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.	1			Ритмико-гимнастические упражнения.	Выполнение несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов. Прыжки на двух ногах.
4	Общеразвивающие упражнения. Темпоритм. Шаг марша.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения	Маршевый шаг. Пружинящий бег. Темпоритм. Повороты туловища, в положении стоя с передачей предметов.
5	Выполнение упражнений на координацию движений и ориентировку в пространстве. Хороводные движения.	1			Ритмико-гимнастические упражнения.	Построение в шахматном порядке. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.
6	Общеразвивающие упражнения. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Хороводные движения.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Упражнения на выработку осанки. Круговые движения кистью руки (пальцы сжаты в кулак). Выполнение несложных упражнений на детских музыкальных инструментах.

7	Ориентировка в пространстве. Сужение расширение круга. Форма круга. Ритмопластика.	1			Упражнения на ориентировку в пространстве. Игры под музыку.	Сужение расширение круга. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.
8	Координация движений. Танцевальные движения. Повторение.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения	Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Упражнения на различение элементов народных танцев.
9	Игры под музыку и упражнения с детскими музыкальными инструментами.	1			Игры под музыку. Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром.
10	Упражнения на расслабление мышц. Исполнение танцевальных движений.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения.	Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом. Исполнение танцевальных движений, разученных ранее.
11	Основные движения. Упражнения для осанки. Ходьба, шаги.	1			Ритмико-гимнастические упражнения	Повороты туловища, в положении стоя с передачей предметов. Упражнения на выработку осанки.
12	Ориентировка в пространстве. Игра на музыкальных инструментах.	1			Упражнения с музыкальными инструментами. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни. Ходьба по центру зала, по кругу.
13	Разминка. Музыкальные игры. Хоровод. Танцевальные движения.	1			Игры под музыку. Танцевальные упражнения	Игры с пением, речевым сопровождением. Пскоки с продвижением вперед.
14	Общеразвивающие упражнения. Элементы танцевальных движений, их комбинирование.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку.	Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением. Разучивание элементов танцевальных движений, их комбинирование.

15	Ориентировка в пространстве. Упражнения на расслабление мышц. Хоровод. Ритмические упражнения.	1			Упражнения на ориентировку в пространстве. Ритмико-гимнастические упражнения.	Сохранение правильной дистанции во всех видах построений. Прыжки на двух ногах с висющими руками и опущенной головой («петрушка»).
16	Общеразвивающие упражнения. Ритмический рисунок в движении. Хороводные движения. Повторение.	1			Игры под музыку. Ритмико-гимнастические упражнения.	Игры с пением и речевым сопровождением. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны.
17	Игра на детских музыкальных инструментах. Упражнения на координацию движений.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Поочередные хлопки над головой, перед собой, справа, слева. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе, с постепенным ускорением.
18	Упражнения на расслабление мышц. Танцевальные элементы.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения	Поскоки с продвижением вперед. Постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).
19	Игровые элементы движений. Ориентировка в пространстве.	1			Игры под музыку. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений.
20	Разминка. общеразвивающие упражнения. Игра на музыкальных инструментах.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Движения кистей и пальцев рук с резким изменением темпа и плавности движений.
21	Танцевальные упражнения: бег, подскоки. Танцевальные композиции.	1			Танцевальные упражнения. Игры под музыку.	Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Пружинящий бег. Составление несложных танцевальных композиций.
22	Ориентировка в пространстве. общеразвивающие упражнения.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Перестроение из колонны в круг. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.

23	Игра на детских музыкальных инструментах. Темпоритм. Маршевый шаг.	1			Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Танцевальные упражнения.	Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе. Шаг марша.
24	Ориентировка в пространстве. Общеразвивающие упражнения.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Упражнения на ориентировку в пространстве.	Упражнения с предметами. Ходьба по кругу. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс.
25	Упражнения на координацию движений. Элементы народных танцев.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения.	Выполнение несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, барабаном, шумовыми музыкальными инструментами). Разучивание элементов народных танцев.
26	Элементы народных танцев. Повторение. Взаимодействие с музыкальными инструментами.	1			Танцевальные упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Разучивание элементов народных танцев и составление из них танцевальных композиций. Определение по заданному ритму мелодии знакомой песни.
27	Общеразвивающие упражнения. Музыкальные игры на темповые и динамические изменения в музыке.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку.	Упражнения на самостоятельную передачу в движении темповых и динамических изменений в музыке. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны.
28	Координация движений. Танцевальные шаги. Игры под музыку.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения.	Поочередные хлопки над головой, перед собой, справа, слева. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут.
29	Танцевальные движения. Игра на музыкальных инструментах.	1			Танцевальные упражнения. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	Шаг кадрили. Круговой галоп. Выполнение несложных упражнений, песен на детских музыкальных шумовых инструментах.

30	Танцевальные шаги: полька, марш. Общеразвивающие упражнения.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения.	Шаг польки. Шаг марша. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.
31	Музыкальные игры. Танцевальные композиции.	1			Игры под музыку. Танцевальные упражнения.	Инсценирование песен. Составление несложных танцевальных композиций. Детские танцы.
32	Игры под музыку. Хороводный шаг. Игра на музыкальных инструментах. Общеразвивающие упражнения.	1			Танцевальные упражнения. Упражнения с музыкальными инструментами. Ритмико-гимнастические упражнения.	Хороводные движения, хороводный шаг. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.
33	Танцевальные движения и композиции. Общеразвивающие упражнения.	1			Ритмико-гимнастические упражнения. Танцевальные упражнения.	Резкое изменение темпа движений. Всевозможные сочетания движений ног. Статистический танец. Повторение танцевальных шагов и движений.
34	Музыкальные игры. Общеразвивающие упражнения. Повторение.	1			Танцевальные упражнения. Ритмико-гимнастические упражнения. Игры под музыку.	Шаги: кадрили, польки, марша. Круговой галоп. Хороводные движения. Бег и поскоки. Игры с пением, речевым сопровождением. Упражнения на выработку осанки.
	ВСЕГО	34 ч				

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

Учебно-методическая и справочная литература:

1. М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - М., 2001.
2. И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, С-П изд-во «Дельта».
3. Р.М. Плотникова. Программа по ритмике для детей с нарушением интеллекта специального (коррекционного) образовательного учреждения. Екатеринбург.
4. М.А Косицина, И.Г. Бородин Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.; Изд-во «Гном» и Д.
5. Научно-методический журнал «Коррекционная педагогика: теория и практика» № 2(32), Евтушенко Е.В. «Системный подход к

организации работы по музыкальному воспитанию умственно отсталых учащихся».

6. Бгажнокова И.М. Психология умственно отсталого школьника. М.

развития / Дошкольное воспитание.

7. Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение.

8. Медведева Е.А. и др. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. / По

9. Гаврилушкина О.М. Воронкова В.В. Программа специальных образовательных учреждений VIII вида.

10. Дмитриев А.А. Организация двигательной активности умственно отсталых детей.

11. Бурменская Г.В., Захарова Е.И., Карабанова О.А. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков/— М.: «Академия», 2002.

12. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники

13. Колодницкий Г.А. Музыкальные игры, ритмические упражнения и танцы для детей.

— М.: Гном-Пресс, 2000 г.

«Дружная семейка» Санкт-Петербург. Детство-пресс. 2010 год.

14. М.А. Касицина, И.Г. Бородина «Коррекционная ритмика» Москва 2005 год.

2. Е.А. Медведевой (под редакцией) «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва 2002г.

Аудио и видео материалы:

- информационные сайты, интернет-ресурсы, энциклопедии и др.;
- мультимедийные энциклопедии;
- аудиозаписи и фонохрестоматии по музыке (CD);
- видеофильмы, посвященные творчеству выдающихся отечественных и зарубежных композиторов.

ТСО, учебно-практическое оборудование:

- компьютер;
- музыкальный инструмент: синтезатор;
- комплект элементарных музыкальных инструментов: бубен; бубенцы; колокольчики; кастаньеты; ритмические палочки; ручной барабан; ложки (музыкальные ложки); маракас; металлофон.

