

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Управления образования и молодежной политики
Администрации Талицкого муниципального округа
МКОУ «Талицкая СОШ № 4»

РАССМОТРЕНО
на педагогическом
совете МКОУ
"Талицкая СОШ № 4"

Протокол № 1
от «29» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по учебной работе

Т.В. Семеновых

УТВЕРЖДЕНО
Директор МКОУ
"Талицкая СОШ № 4"

Н.И. Волкова

Приказ № 2908-1о
от «29» августа 2025 г.

**Рабочая программа
к коррекционному курсу
начального общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
«Ритмика»
1-4 класс**

г. Талица

2025-2026 г

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА | 3 |
| II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ | 4 |
| III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ | 6 |
| IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ | 2 |
| V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА..... | 25 |

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программно-методические материалы по коррекционному курсу «Ритмика» составлены 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>)

Программно-методические материалы могут быть использованы для образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

«Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана, рассчитан на 33 учебные недели и составляет 1 час в неделю, 33 часа в год.

Цель коррекционного курса «Ритмика» – развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- знакомство с основными музыкально – ритмическими понятиями;
- формирование представлений о характере музыки и средствах выразительности через отображение в движениях, пластических миниатюрах, образных играх;
- коррекция двигательных нарушений;
- активизация двигательной и произвольной памяти;
- улучшение координации и точности движений, ориентации в пространстве;
- развитие слухового восприятия, памяти, мышления, дыхательного аппарата, речевой моторики, быстроты реакции;
- развитие слухоречевого координирования, музыкальной памяти, чувства ритма.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

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 (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);
- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);
- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);

- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца, формирование умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);
- развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Содержание разделов

| № п/п | Название раздела | Кол-во часов | Контрольные работы |
|---------------|---|-----------------|-----------------------|
| 1. | Упражнения на ориентировку в пространстве | 6 | - |
| 2. | Ритмико-гимнастические упражнения | 12 | - |
| 3. | Упражнения с музыкальными инструментами | 4 | - |
| 4. | Игры под музыку | 3 | - |
| 5. | Танцевальные упражнения | 8 | - |
| Итого: | | 33 | - |

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

персональная идентичность:

- принятие и частичное освоение социальной роли обучающегося;
- формирование мотивации к учебному процессу;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности;
- формирование первоначальных навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в процессе выполнения совместной деятельности;
- формирование и развитие умения слушать и понимать инструкцию к учебному заданию.

Предметные:

Минимальный уровень

Должны:

- находить свое место в строю и входить в зал под музыку;
- приветствовать учителя;
- занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться);
- выполнять несложные движения и упражнения вместе с педагогом;
- ориентироваться в пространстве с помощью учителя;
- понимать несложные инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки с помощью учителя.

Достаточный уровень

Должны:

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое

место в строю и входить в зал организованно под музыку;

- приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круги и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;
- выполнять игровые и простые плясовые движения, притопывая попеременно ногами.

Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):

Личностные учебные действия:

- обеспечивают готовность обучающегося к принятию новой роли "ученика", понимание им на доступном уровне ролевых функций и включение в процесс обучения на основе интереса к его содержанию и организации.

Осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

Коммуникативные учебные действия обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

Познавательные учебные действия представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;

- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

Система оценки достижений

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов – нет фиксируемой динамики;
- 1 балл – минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие формы контроля:

Стартовый контроль (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Текущий контроль (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Текущий контроль (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Итоговый контроль (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема коррекционного курса | Кол-во часов | Программное содержание | Дифференциация |
|---|--|--------------|--|---|
| | | | | Минимальный уровень |
| Упражнения на ориентировку в пространстве – 6 часов | | | | |
| 1 | Инструктаж по ОТ и ТБ. Что такое «Ритмика». Основные понятия | 1 | Знакомство обучающихся с танцевальным залом, правилами поведения на уроках и техникой безопасности во время проведения занятий. Формирование представлений о предмете «Ритмика» | С помощью учителя ориентируются в танцевальном зале. Под контролем учителя знакомятся с правилами поведения на уроках ритмики |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение | 1 | Знакомство с правилами входа. Построение с соблюдением интервала в танцевальном зале. Формирование пространственных представлений через движения вперед – назад, вправо-влево (шаг вперед, два назад, шаг вправо, два влево) | Под руководством учителя знакомятся с правилами входа, построения в танцевальном зале. Вызывают интерес к движениям вперед-назад, вправо- влево по инструкции учителя |
| 3 | Перестроение в пары, друг за другом, в шеренгу и колонну | 1 | Построение с соблюдением интервала. Отработка умений находить свободное место в зале, становиться в пары и друг за другом | Под руководством учителя изучают правила входа, построения в танцевальном зале. Повторяют за учителем по образцу рабочие позиции ног и рук. Выполняют упражнения на расслабление рук под контролем учителя |
| 4 | Перестроение из шеренги в круг. Поклон | 1 | Построение с соблюдением интервала. Перестроение из шеренги в круг по алгоритму. Выполнение поклона | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя; перестроение из шеренги в круг по инструкции учителя. Выполняют поклон по образцу |
| 5 | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона Выполнение движения по кругу в разных направлениях (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга) | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. По словесной инструкции учителя двигаются вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга |

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| | | | | назад, направо, налево, в из круга |
| 6 | Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона Выполнение движения по кругу в быстром и медленном темпе с высоко поднятыми коленями, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. По словесной инструкции учителя двигаются по кругу в быстром и медленном темпе с высоко поднятыми коленями, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка |

| Ритмико-гимнастические упражнения – 12 часов | | | | |
|--|--|---|---|---|
| 7 | Упражнения на выработку осанки. Выполнение простых движений с предметами (гимнастической палкой) во время ходьбы | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона Формирование умения и навыка правильно выполнять упражнения на выработку осанки. Выполнение движений по кругу в медленном темпе на носках, с гимнастической палкой, заведенной за голову Выполнение ритмико-гимнастического упражнения | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Знакомятся с упражнениями на выработку осанки под контролем учителя. Двигаются по кругу, повторяя действия за учителем. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 8 | Упражнения на выработку осанки. Выполнение простых движений с предметами (флажками) во время ходьбы по кругу | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнения на выработку осанки. Движение по кругу в медленном темпе, шагая, выполняя махи в сторону вверх – вниз одновременно двумя руками. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы по кругу. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют упражнения на выработку осанки по инструкции и образцу. Двигаются по кругу в медленном темпе, шагая, выполняя махи вперед-вверх, повторяя действия учителя с использованием инструкции и образца. Выполняют простые движения с предметами во время ходьбы по кругу под контролем учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 9 | Упражнения на выработку осанки. Выполнение простых движений с предметами (султанчиками) во время ходьбы по кругу | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Тренировочные упражнения на выработку осанки. Движения по кругу в медленном темпе, шагая, выполняя махи вперед-вверх (правая нога – левая рука; левая | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют упражнения на выработку осанки по инструкции. |

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| | | | <p>нога – правая рука).</p> <p>Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы по кругу.</p> <p>Ритмико-гимнастическое упражнение</p> | <p>Двигаются по кругу в медленном темпе, шагая, выполняя махи вперед-вниз, повторяя действия учителя.</p> <p>Выполняют простые движения с предметами во время ходьбы по кругу под контролем учителя.</p> <p>Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу</p> |
|--|--|--|--|--|

| | | | | |
|----|--|---|---|--|
| 10 | Спокойная ходьба. Ритмико-гимнастические упражнения под музыку с передачей игрового образа | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение движений в соответствии с характером музыки — шагом. Ритмико-гимнастическое упражнение под музыку с передачей игрового образа | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Двигаются шагом по кругу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 11 | Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, султанчики) в такт музыки | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение движений с предметами во время ходьбы по кругу со сменой направления, в такт музыки. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Двигаются по кругу, меняя направление движения, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 12 | Наклоны и повороты туловища вправо, влево (с использованием предметов), выполняя движения в такт музыке | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполняют наклоны и повороты туловища вправо, влево в такт музыки кладут и поднимают предметы перед собой и сбоку. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют наклоны и повороты туловища, повторяя действия учителя, по инструкции. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 13 | Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки) в такт музыки | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение приседания с опорой, без опоры, с предметами в такт музыки. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют приседания с опорой и без опоры, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| 14 | Перекаты с носков на пятки (маятник) | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение перекатов с носков на пятки, с пятки на носок (маятник) Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют перекаты с носков на пятки, с пятки на носок по инструкции и образцу. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 15 | Позиции рук | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Изучение алгоритма постановки позиций рук в народном танце. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и инструкции учителя. Выполняют движения рук по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 16 | Смена позиций рук | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Смена позиций рук отдельно каждой и двумя одновременно (проводить движение рук взглядом). Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют движения рук по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 17 | Прохлопывание метра прослушанной мелодии равными долями. Позиции рук в народном танце | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Прохлопывание метра прослушанной мелодии равными долями (имитируя биение сердца) Изучение позиций рук в народном танце. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют прохлопывание метра по образцу. Выполняют движения рук по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| 18 | Протопывание метра прослушанной мелодии равными долями. Позиции ног | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Протопывание прослушанной мелодии равными долями (имитируя биение сердца) Изучение позиций ног в народном танце. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют протопывание прослушанной мелодии по руководством учителя, по образцу. Выполняют упражнения одновременной смене позиций рук и ног по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| Упражнения с музыкальными инструментами – 4 часа | | | | |
| 19 | Отстукивание равными долями с помощью погремушки | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнения по одновременной смене позиций рук и ног по образцу Выполнение упражнения с погремушкой по звукоизвлечению (встряхивания, постукивания). Выполнение упражнений с ритмическим рисунком на музыкальном инструменте. Музыкально-ритмическая игра «Моя погремушка» | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют упражнения одновременной смене позиций рук и ног по образцу Передают ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу, действиями учителя |

| | | | | |
|---------------------------------|---|---|---|--|
| 20 | «Пляска с погремушками», музыка и слова В. Антоновой. Отстукивание ровными долями с помощью погремушки | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение звукоизвлекающих движений в такт музыки. Игра на музыкальном инструменте. Музыкально-ритмическая игра «Моя погремушка» Выполнение упражнений на расслабление кистей рук | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют звукоизвлекающие движения в такт музыки по образцу. Играют на музыкальном инструменте по образцу и инструкции учителя. Выполняют упражнения на расслабление кистей рук по образцу |
| 21 | Упражнения для кистей рук с клавирами. Базовые упражнения (скользящие движения) | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение звукоизвлекающих упражнений с музыкальным инструментом (клавиры). Выполнение упражнений на расслабление кистей рук | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют звукоизвлекающие упражнения с музыкальным инструментом (клавиры) в такт музыки по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют упражнения на расслабление кистей рук, повторяя действия учителя. |
| 22 | Упражнения для кистей рук с клавирами. Базовые упражнения (постукивающие движения) | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение звукоизвлекающих упражнений с музыкальным инструментом (клавиры). Выполнение упражнений на расслабление кистей рук | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют звукоизвлекающие упражнения с музыкальным инструментом (клавиры) в такт музыки по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют упражнения на расслабление кистей рук, повторяя действия учителя. |
| Игры под музыку – 3 часа | | | | |
| 22 | Игры под музыку «Кто на поляне». Выполнение движений с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами: низкий, | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение ритмичных движений различной амплитуды и интенсивности, в соответствии с характером и | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют ритмические движения по образцу , |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | высокий | | динамикой музыки | повторяя действия учителя |
| 23 | Музыкальные игры с предметами (мяч, кольцо среднего диаметра, кегля, цветов). Музыкально-ритмическая игра «Дорожка» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение перестроений в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки Выполнение ритма стиха с выделением голосом сильной доли | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Под руководством учителя перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки. Выполняют ритм стиха с выделением голосом сильной доли по образцу |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| 24 | Игры с пением или речевым сопровождением. «Зайчики и лисичка» музыка Г. Финагорского, слова В. Антоновой | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение перестроений в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки. Выполнение ритма стиха с выделением голосом сильной доли | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют ритм стиха |
| Танцевальные упражнения – 6 часа | | | | |
| 26 | Бодрый, спокойный, топающий шаг | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений. Выполнение расслабляющего упражнения для ног | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя; танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющее упражнение для ног по образцу |
| 27 | Шаг с высоким подъемом ног, шаг с ускорением и замедлением | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений под музыку Л. Книппера «Полюшко-поле». Выполнение расслабляющего упражнения для ног | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя. Выполняют танцевальные движения по образцу и инструкции учителя Выполняют расслабляющее упражнение для ног по инструкции |

| | | | | |
|----|---|---|--|--|
| 28 | Бег лёгкий, на полупальцах | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений в движении по кругу. Выполнение расслабляющего упражнения для ног | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по инструкции учителя; танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющее упражнение для ног по инструкции учителя |
| 29 | Прыжки на месте, на двух ногах, с мягким (пружинящим) приземлением | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений. Выполнение расслабляющего упражнения для ног | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон и танцевальные движения по инструкции учителя. Выполняют расслабляющее упражнение для ног по инструкции |
| 30 | Прыжки на двух ногах, с мягким (пружинящим) приземлением, вперед, назад | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений. Выполнение расслабляющего упражнения для ног | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон и танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющее упражнение для ног |
| 31 | Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений под музыку А. Варламова «Вдоль по улице метелица метет» (первая часть, темп не быстрый). Выполнение расслабляющего упражнения для ног | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющее упражнение для ног; шаг на всей ступне, элементы русской пляски |
| 32 | Элементы русской пляски: притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений под музыку А. Варламова «Вдоль по улице метелица метет» (вторая часть, темп ускоряется). Выполнение расслабляющего упражнения для ног | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют танцевальные движения по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющее упражнение для ног |

| | | | | |
|----|---|---|--|--|
| | | | | выполнение по об притопы одной ного поочередно, выставление |
| 33 | Соединение элементов русской пляски (в движении по кругу): простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) и притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных движений последовательно, передвигаясь по кругу, под музыку А. Варламова «Вдоль по улице метелица метет». Выполнение расслабляющего упражнения для ног и рук | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют танцевальные движения последовательно, передвигаясь по кругу, по образцу и инструкции учителя. Выполняют расслабляющее упражнение для ног и рук по образцу и инструкции уч |

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА:

8.РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

В качестве учебно-методического обеспечения работы с детьми рекомендуется использовать следующие методические разработки и пособия:

1. Бекина С.И., Ломова Т.П., Соковнина Е.Н. Музыка и движение. - М.; Просвещение, 1984. - 288 с.
 2. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - СПб.: Петербургский центр творческой педагогики "Аничков Мост", 2015. - 196 с.
 3. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей 4-8 лет. - М.: Гном-Пресс, 1998. - 32 с.
 4. Коренева Т.Ф. Музыкально-ритмические движения для детей дошкольного и младшего школьного возраста: уч.- мет. пособие. В 2 ч. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 104 с.
 5. Лифиц И.В. Ритмика: уч. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 1999. -223 с.
 - 6.Луговская А. Ритмические упражнения, игры и пляски. - М.: Советский композитор, 1991. - 112 с.
 - 7.Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика; уч. пособие / Под ред. Е.А. Медведевой. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 224 с.
- Материально-техническое обеспечение
Магнитофон, коврики, обручи, ленты.

2 класс

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программно-методические материалы могут быть использованы для образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

«Ритмика» относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана; во 2 классе рассчитан на 34 часа (34 учебные недели) и составляет 1 час в неделю.

Цель коррекционного курса «Ритмика» – развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- знакомство с основными музыкально – ритмическими понятиями;
- развитие представлений о характере музыки и средствах выразительности через отображение в движениях, пластических миниатюрах, образных играх;
- коррекция двигательных нарушений;
- активизация двигательной и произвольной памяти;
- улучшение координации и точности движений, ориентации в пространстве;
- развитие слухового восприятия, памяти, мышления, дыхательного аппарата, речевой моторики, быстроты реакции;
- развитие слухоречевого координирования, музыкальной памяти, чувства ритма;
- снятие эмоционального напряжения, преодоление неадекватных форм поведения;
- общее развитие обучающихся (развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей);
- развитие способности переживать содержание музыкального образа, передавать его в движении;
- приобщение к традициям народной культуры;

– воспитание положительных качеств личности, навыков организованных действий, дисциплинированности, вежливого обращения друг с другом.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность обучающихся с нарушениями интеллекта. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

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 (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);
- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);
- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);

- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);
- развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Содержание разделов

| № п/п | Название раздела | Кол-во Часов | Контрольные работы |
|---------------|---|-----------------|-----------------------|
| 1. | Упражнения на ориентировку в пространстве | 8 | - |
| 2. | Ритмико-гимнастические упражнения | 12 | - |
| 3. | Упражнения с музыкальными инструментами | 4 | - |
| 4. | Игры под музыку | 6 | - |
| 5. | Танцевальные упражнения | 8 | - |
| Итого: | | 34 | - |

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

персональная идентичность

- принятие и частичное освоение социальной роли обучающегося;
- формирование и развитие мотивации к учебному процессу;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности;
- формирование и развитие первоначальных навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в процессе выполнения совместной учебной деятельности;
- развитие умения слышать инструкцию к учебному заданию.

Предметные:

Минимальный уровень

Должны:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
- выполнять несложные движения и упражнения вместе с педагогом
- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе самостоятельно или по образцу;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Достаточный уровень

Должны:

- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами);
- инсценировать доступные музыкальные произведения.

Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):

Личностные учебные действия:

Осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

Коммуникативные учебные действия обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик",

"ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");

- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

Познавательные учебные действия представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;

- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

Система оценки достижений

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов – нет фиксируемой динамики;
- 1 балл – минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие

формы контроля:

Стартовый контроль (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Текущий контроль (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Текущий контроль (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Итоговый контроль (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями.)

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема коррекционного курса | Кол-во часов | Программное содержание | Дифференциация |
|---|---|--------------|--|--|
| | | | | Минимальный уровень |
| Упражнения на ориентировку в пространстве – 8 часов | | | | |
| 1 | Инструктаж по ОТ и ТБ. Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега | 1 | Повторение правил поведения и техники безопасности во время проведения занятий. Закрепление представлений о предмете «Ритмика» | С помощью учителя ориентируются в танцевальном зале. Под контролем учителя знакомятся с ориентировкой в пространстве на уроках ритмики. Рассматривают условные обозначения |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Закрепление правил входа в зал, построения с соблюдением интервала в танцевальном зале. Формирование пространственных представлений через движения вперед – назад, вправо-влево (шаг вперед, два назад, шаг вправо, два влево) | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Повторяют правила входа в зал, построения в танцевальном зале. Двигаются вперед-назад, влево по образцу, показу учителя |
| 3 | Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполняют упражнения в ходьбе в различном темпе с поворотами 90 градусов. Ритмико-гимнастическое упражнение | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют упражнения в различном темпе с поворотами на 90 градусов, по образцу. Выполняют ритмико-гимнастическое упражнение по образцу |
| 4 | Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на построение в колонну, цепочку, круг, пары. Определение своего места в шеренге и колонне. Движение по кругу в соответствии с темпом и ритмом музыки | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют упражнения на построение в колонну, цепочку, круг, пары по образцу, показу учителя. Определяют под руководством учителя свое место в шеренге |

| | | | | |
|---|--|---|--|---|
| | | | | <p>колонне.</p> <p>Двигаются по кругу в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу, повторяя действия учителя</p> |
| 5 | Построение в колонну по два | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Выполнение упражнения на выработку осанки.</p> <p>Выполнение построения в колонну по два, по алгоритму действий, под ритмическое отстукивание</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по алгоритму упражнения на выработку осанки по образцу.</p> <p>Выполняют построения в колонну по два под руководством учителя</p> |
| 6 | Перестроение из колонны парами в колонну по одному | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Выполнение перестроения из колонны парами в колонну по одному под ритмическое отстукивание.</p> <p>Выполнение упражнения на выработку осанки</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по алгоритму упражнения на выработку осанки.</p> <p>Выполняют перестроение из колонны парами в колонну по одному по алгоритму.</p> <p>Выполняют упражнения на выработку осанки по образцу</p> |
| 7 | Построение круга из шеренги и из движения врассыпную | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Перестроения из шеренги в круг.</p> <p>Выполнение действия под ритмическое отстукивание.</p> <p>Построение в круг после хаотичного движения по залу</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по алгоритму упражнения на выработку осанки по образцу.</p> <p>Выполняют построение в круг ориентируясь на действия учителя</p> |
| 8 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Выполнение упражнения на выработку осанки.</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по алгоритму упражнения на выработку осанки</p> |

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| | | | Выполнение действий с предметами во время движения по залу в разном темпе: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место | по образцу. Выполняют действия с предметами во время движения по залу в разном темпе, ориентируясь на образец |
| Ритмико-гимнастические упражнения – 12 часов | | | | |
| 9 | Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Общеукрепляющие упражнения и упражнения на выработку осанки. Выполнение упражнений под ритмическое отстукивание (прохлопывание), начиная и заканчивая синхронно с ритмом | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют общеукрепляющие упражнения и упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют упражнения под ритмическое отстукивание, повторяя за учителем, начиная и заканчивая синхронно с ритмом |
| 10 | Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнения на выработку осанки. Выполнение движений руками, корпусом. Ходьба с сохранением заданного темпа. Упражнения с лентой. | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют круговые движения руками, корпусом по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют ходьбу в заданном темпе по инструкции; упражнения с лентой на доступном уровне по образцу |
| 11 | Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Выполнение построения и перестроения в шеренгу, колонну. Действия в шеренге и колонне под ритмическое отстукивание. Ритмичное выполнение наклонов головы вперед, назад, вправо, влево. Выполнение упражнения на выработку осанки. Музыкально-ритмическая игра | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют построения и перестроения в шеренгу, колонну по образцу. Выполняют наклоны головы вперед, назад, вправо, влево; упражнения на выработку осанки по образцу. Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу |

| | | | | |
|----|--|---|---|--|
| | | | (по выбору учителя) | |
| 12 | Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона и разминки. Ритмичное выполнение наклонов туловища, сгибая и не сгибая колени. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и индивидуальную разминку по образцу и индивидуальным указаниям учителя. Ритмично выполняют наклоны туловища, сгибая колени. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняя инструкцию учителя. Выполняют движения |
| 13 | Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Ритмичное выполнение движений корпусом в сочетании с движениями рук. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и индивидуальную разминку. Ритмично выполняют движения корпуса в сочетании с движениями рук по образцу. Передают в движении темп стиха |
| 14 | Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи) | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки и координацию движений. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и индивидуальную разминку. Упражнения на выработку осанки и координацию движений по образцу. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, двигаясь в разных направлениях под контролем учителя |
| 15 | Выставление правой и левой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. Выполнение ритмичных чередующихся движений ногами. Выполнение расслабляющих упражнений | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу и индивидуальную разминку. Упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют ритмичные чередующиеся движения ног по образцу. Выполняют расслабляющие упражнения под контролем учителя |
| 16 | Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | | | <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Поочередное выполнение маховых движений ногами, согнутыми в колене.</p> <p>Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)</p> | <p>Выполняют поклон по ал упражнения на выработку по образцу.</p> <p>Выполняют поочередное движение ногами согнутыми в колене по инструкции учителя</p> <p>Исполняют ритм стиха музыкально-ритмической инструкции учителя</p> |
| 17 | <p>Упражнения на координацию движений.</p> <p>Движения правой руки вверх-вниз с одновременным движением левой руки от себя-к себе перед грудью</p> | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Выполнение упражнения на координацию движений.</p> <p>Выполнение скоординированных ритмичных движений руками в разных направлениях</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по ал упражнения на выработку осанки по образцу.</p> <p>Выполняют скоординированные ритмичные движения рук в разных направлениях под контролем учителя</p> |
| 18 | <p>Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение)</p> | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Ритмичные перекрестные движения ногами.</p> <p>Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя)</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по ал упражнения на выработку осанки по образцу.</p> <p>Выполняют ритмичные перекрестные движения ног по образцу.</p> <p>Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу</p> |

| | | | | |
|---|--|---|---|--|
| 19 | Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. Выполнение ритмичных движений ускоряющихся и замедляющихся движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения движений. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу, выполняют упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют ритмичные движения с ускорением и замедлением по инструкции учителя. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняют движения под музыку |
| 20 | Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. Выполнение движений в заданном темпе под музыкальное сопровождение и без него | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу, выполняют упражнения на выработку осанки по образцу. Выполняют движения в заданном темпе под музыкальное сопровождение |
| Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 4 | | | | |
| 21 | Упражнения для кистей рук с колокольчиками Базовые упражнения | | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнения на развитие гибкости кистей рук. Знакомство со способами звукоизвлечения с помощью колокольчика. Игра под музыкальное сопровождение ровными длительностями: целыми, половинными, четвертными | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу, выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу, повторяя действия учителя. Знакомятся со способами звукоизвлечения с помощью колокольчика. Выполняют движения рук (встряхивание, болтание) по образцу, повторяя действия учителя. Участвуют в игре под музыкальное сопровождение ровными длительностями |
| 22 | Отстукивание на бубне ровными долями | | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнения на развитие гибкости кистей рук. Знакомство со способами звукоизвлечения из бубна (удары по мембране, тремоло (долгое встряхивание)). Игра на музыкальном | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу, выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу. Строятся в колонну по образцу. Знакомятся со способами |

| | | | | |
|----------------------------------|--|--|---|--|
| | | | инструменте | звукоизвлечения с помощью бубна(удары по мембране). Играют на музыкальном инструменте |
| 23 | Знакомство со способом извлечения звука на ложках | | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнения на развитие гибкости кистей рук. Выполнение упражнений по звукоизвлечению из ложек (выполнение встречных и скользящих ударов). Игра на музыкальном инструменте | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу. Строятся в колонну по образцу. Выполняют упражнение по звукоизвлечению из ложек по инструкции учителя |
| 24 | Отстукивание ритма украинской народной песни «Веселые гуси» на ложках | | Построение в колонну. Выполнение поклона. Игра на музыкальном инструменте. Исполнение украинской народной песни «Веселые гуси» ровными долями | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Повторяют действия с ложками вместе с учителем. |
| Игры под музыку – 6 часов | | | | |
| 25 | Игры под музыку. Выполнение движений с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий) | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки и развитие чувства динамики. Игры на развитие чувства характера музыки, на определение регистров | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют упражнения на развитие чувства динамики по образцу и инструкции педагога. Выполняют игры на развитие чувства характера музыки по образцу |
| 26 | Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. и определение темпа музыки, динамики. Музыкально-ритмическая игра (по выбору педагога) | Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу. Выполняют упражнения на определение темпа музыки, динамики по образцу. Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по инструкции педагога |

| | | | | |
|----|---|--|--|---|
| 27 | Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений | | <p>Построение с соблюдением интервала.</p> <p>Выполнение поклона.</p> <p>Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение.</p> <p>Игра «Змейка»</p> <ul style="list-style-type: none"> - построение нескольких команд параллельно в колонны, которые называются «змейками»; - движение каждой «змейки» под свою мелодию (полька, вальс, марш) определенным танцевальным движением в различных направлениях. | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по ал.</p> <p>Играют в игру «Змейка»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выстраиваются параллельно колонны по образцу и ин педагога; - двигаются под свою мел (полька, вальс, марш) определенным танцеваль движением в различных направлениях по образцу инструкции педагога |
| 28 | Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен | | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Игры на развитие творческого мышления.</p> <p>Игра «Прогулка»- танцевальные движения в свободной последовательности</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по ал.</p> <p>упражнения на определен музыки, динамики по обр</p> <p>определенные движения, изображающие разных ж</p> <p>под определенную музык</p> <p>образцу и инструкции пе</p> <ul style="list-style-type: none"> - изображают зайчиков - на 2-х ногах с небольшим продвижением вперед, на последний аккорд – прис - изображают медвежат - кружатся с тяжелым переступанием с ноги на - изображают лошадок – прямые подскоки по круг |
| 29 | Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами | | <p>Построение с соблюдением интервала.</p> <p>Выполнение поклона.</p> <p>Повторение знакомых танцевальных движений.</p> <p>Игра «Дудочка»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение движений по кругу; - выполнение на специальное вступление (делают 2 хлопка, 2 притопа (2 раза), - под звучание дудочки выполнение одним из обучающихся придуманного движения; - движение по кругу при | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по ал.</p> <p>Играют в игру «Дудочка»</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют движения по по образцу и инструкции - делают 2 хлопка, 2 прит (2 раза) по инструкции педа - выполняют движение по при повторении мелодии образцу. <p>Принимают доступное уч</p> <p>музыкальных играх с пре</p> <p>соблюдая правила</p> |

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| | | | <p>повторении мелодии;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение придуманного движения следующим участником, стоящим по кругу и т.д. <p>Музыкальные игры с предметами</p> | |
| 30 | Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование песен | | <p>Построение с соблюдением интервала.</p> <p>Выполнение поклона.</p> <p>Игра «Погуляем»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение ритма стиха с акцентированием голосом сильной доли; - выполнение движений; - передача в движении ритма и темпа стиха с выделением сильной доли. <p>Инсценирование песни «Веселая зарядка»</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход.</p> <p>Выполняют построение с соблюдением интервала и контролем учителя; поклона алгоритму.</p> <p>Игра «Погуляем»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют движения по инструкции педагога; - передают в движении ритм стиха. <p>Принимают участие в инсценировке песни «Веселая зарядка»</p> |
| Танцевальные упражнения – 7 часа | | | | |
| 31 | Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца. Тихая настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий пружинящий шаг | | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Выполнение танцевальных движений. Отработка шагов разного вида. Ритмическая игра (по выбору учителя)</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход, построение в танцевальном зале.</p> <p>Выполняют поклон по алгоритму.</p> <p>Упражнение на выработку осанки по образцу.</p> <p>Выполняют танцевальные движения по инструкции.</p> <p>Выполняют шаги разного вида опорой на образец</p> |
| 32 | Простой хороводный шаг | | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Упражнения на выработку осанки.</p> <p>Выполнение хороводного шага на полупальцах с замедлением и ускорением темпа движения.</p> <p>Соблюдение дистанции при движении в хороводе.</p> <p>Упражнения на расслабление мышц ног</p> | <p>Под руководством учителя выполняют вход и построение в танцевальном зале с соблюдением интервала.</p> <p>Выполняют поклон и упражнение на выработку осанки по образцу.</p> <p>Исполняют хороводный шаг на полупальцах с замедлением и ускорением движения.</p> <p>Выполняют упражнения на расслабление мышц ног по образцу</p> |

| | | | | |
|----|-----------------------------|--|--|--|
| 33 | Подпрыгивание на двух ногах | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнения на выработку осанки. Выполнение танцевальных движений. Отработка техники прыжка. Упражнения на расслабление мышц ног | Под руководством учителя выполняют вход и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон по образцу, упражнения на выработку танцевальных движений по инструкции. Отрабатывают технику прыжка по образцу, в совместном действии. Выполняют упражнения на расслабление мышц ног. |
| 34 | Прямой галоп | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения на выработку осанки. Выполнение танцевальных движений. Отработка техники выполнения прямого галопа. Упражнения на расслабление мышц спины | Под руководством учителя выполняют вход и построение в танцевальном зале с соблюдением интервала. Выполняют поклон по образцу, упражнения на выработку танцевальных движений по инструкции. Выполняют прыжки по образцу. Выполняют упражнения на расслабление мышц спины по инструкции |

3 класс

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программно-методические материалы могут быть использованы для образования обучающихся с умственной отсталостью вариант 1 адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Ритмика относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана.

В соответствии с учебным планом рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 3 классе рассчитана на 34 часа (34 учебные недели) и составляет 1 час в неделю.

Цель коррекционного курса «Ритмика»– развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- развитие умения слушать музыку;
- выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа;
- коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- развитие двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- коррекция имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формирование правильной осанки;
- формирование эстетического вкуса.
- развитие навыков участия в коллективной творческой деятельности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность обучающихся с нарушениями интеллекта. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

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 (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);
- развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);
- развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);

- коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);
- развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Содержание разделов

| № п/п | Название раздела | Кол-во часов | Контрольные работы |
|---------------|---|-----------------|-----------------------|
| 1. | Упражнения на ориентировку в пространстве | 4 | - |
| 2. | Ритмико-гимнастические упражнения | 13 | - |
| 3. | Упражнения с музыкальными инструментами | 3 | - |
| 4. | Игры под музыку | 8 | - |
| 5. | Танцевальные упражнения | 6 | - |
| Итого: | | 34 | - |

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

персональная идентичность

- осознание себя как обучающегося, как члена семьи, одноклассника, друга;
- формирование мотивации к обучению и познанию;
- принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- формирование самостоятельности при выполнении учебных заданий, поручений;
- понимание личной ответственности за свои поступки;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в процессе выполнения совместной учебной деятельности.

Предметные:

Минимальный уровень

Должны:

- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;

- выполнять несложные движения и упражнения вместе с педагогом
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Достаточный уровень

Должны:

- самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;
- четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):

Личностные учебные действия:

Осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

Коммуникативные учебные действия обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с

одноклассниками и учителем;

- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

Познавательные учебные действия представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;

- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

Система оценки достижения обучающихся

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов – нет фиксируемой динамики;
- 1 балл – минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие **формы контроля:**

Стартовый контроль (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности

обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Текущий контроль (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций с образцом.

Текущий контроль (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Итоговый контроль (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями.)

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема коррекционного курса | Кол-во часов | Программное содержание | Дифференциация |
|--|--|--------------|--|---|
| | | | | Минимальный уровень |
| Упражнения на ориентировку в пространстве – 4 часа | | | | |
| 1 | Инструктаж по ОТ и ТБ. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием | 1 | Повторение правил поведения и техники безопасности на уроках во время проведения занятий. Передвижение по залу, в соответствии с метрической пульсацией, чередуя ходьбу с приседанием | Читают правила поведения и техники безопасности на уроке. Во время проведения занятий в соответствии с инструкцией учителя. Выполняют ходьбу с приседанием в умеренном темпе |
| 2 | Построение в колонны по три. Перестроение изодного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путём отступления на шаг | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение действия под ритмичное отстукивание. Перестроение в колонны по три проводится с использованием зрительных ориентиров Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальный зал под контролем учителя. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики по образцу, повторяя действия учителя. Выполняют перестроение в колонны по три с использованием зрительных ориентиров и инструкции учителя. Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу |
| 3 | Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Перестроение из общего круга в малые круги. Ритмические упражнения | Входят и строятся в танцевальный зал под контролем учителя. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя. Выполняют перестроение из большого в малый круг и обратно по словесной инструкции учителя. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняя инструкцию учителя, исполняя движения |
| 4 | Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Действия под ритмичное отстукивание. Ходьба и бег между предметами с замедлением и ускорением | Входят и строятся в танцевальный зал под контролем учителя. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя. Под руководством (в сопровождении) учителя выполняют действия с предметами, двигаясь шагом и бегом |

| | | | | |
|---|--|---|--|---|
| | | | | |
| Ритмико-гимнастические упражнения – 13 часов | | | | |
| 5 | <p>Наклоны, повороты и круговые движения головы.</p> <p>Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой</p> | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона.</p> <p>Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение наклонов, поворотов и круговых движений головы в сопровождении ритмического отстукивания (хлопками, притопами)</p> | <p>Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала.</p> <p>Выполняют поклон по алгоритму, выполняют комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя.</p> <p>Выполняют движения головы, повторяя действия за учителем</p> |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| 6 | Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение поворотов туловища в сочетании с наклонами под ритмическое отстукивание. Упражнения на расслабление мышц рук | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму, комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя. Выполняют повороты и наклоны по образцу. Выполняют упражнения на расслабление мышц рук по инструкции |
| 7 | Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение приседаний (глубокое и неглубокое) в медленном темпе, с сохранением правильной осанки. Упражнения на расслабление мышц ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму, комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя. Выполняют приседания (в медленном темпе), с разведением коленей в стороны. Выполняют упражнения на расслабление мышц ног по инструкции |
| 8 | Поднимание на носках и полуприседание | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение чередующихся неглубоких приседаний и подниманий на носки в медленном темпе. Упражнения на расслабление мышц ног | Входят и строятся в танцевальном зале с соблюдением интервала под контролем учителя. Выполняют поклон по алгоритму, комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя. Выполняют чередующиеся, неглубокие приседания и поднимания на носки в медленном темпе, под руководством учителя, по образцу. Выполняют упражнения на расслабление мышц ног по инструкции |
| 9 | Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение приседания с одновременным выведением ноги вперед, в сторону. Упражнения на | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму, комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя. Выполняют приседания с одновременным выведением ноги вперед, в сторону по алгоритму. Выполняют упражнения на |

| | | | | |
|----|---|---|--|--|
| | | | расслабление мышц ног. Поклон | расслабление мышц ног, повторение действия за учителем |
| 10 | Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение перелезаний через препятствия. Упражнения на формирование осанки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют комплекс ритмической гимнастики под руководством учителя. Выполняют перелезание через препятствия с помощью учителя. Выполняют упражнения на формирование осанки с опорой на образец |

| | | | | |
|----|--|---|--|---|
| 11 | Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Музыкально-ритмическое задание на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц рук | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики под руководством учителя. Под руководством учителя и по образцу выполняют музыкально-ритмическое задание на координацию движений. Выполняют упражнения на расслабление мышц рук с опорой на образец |
| 12 | Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Упражнения на координацию движений. Музыкально-ритмическая игра | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики под руководством учителя. Передают в движении темп и ритм стиха |
| 13 | Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками) | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Перестроение из шеренги в круг. Ритмические упражнения на координацию движений с предметами. Музыкально – ритмическая игра | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики с предметами на координацию движений по образцу, по действию учителя. Выполняют перестроение из шеренги в круг по алгоритму под руководством учителя. Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу |
| 14 | Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение музыкально-ритмических упражнений с ускорением и замедлением. Упражнения на координацию движений | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики с ускорением и замедлением по образцу и под контролем учителя. Выполняют упражнения на координацию движений по |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| | | | | алгоритму |
| 15 | Самостоятельное составление простых ритмических рисунков | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение творческого задания по придумыванию ритмической мелодии | Входят и строятся в танцевальный зал под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют комплекс ритмической гимнастики. С помощью учителя, выполняют творческое задание по придумыванию ритмической мелодии |

| | | | | |
|---|--|---|---|---|
| 16 | Повторение ритмического рисунка прохлопыванием и протопыванием. Упражнения на расслабление мышц | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Выполнение расслабляющих упражнений | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики с помощью прохлопывания (протопывания) небольшими фрагментами совместно с учителем. Выполняют расслабляющие упражнения, повторяя действия учителя. |
| 17 | Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев. Ослабление напряжения не опуская рук | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение упражнений на расслабление мышц рук. Музыкально-ритмическая игра | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики с помощью прохлопывания (протопывания) небольшими фрагментами совместно с учителем. Выполняют упражнения на расслабление мышц рук, повторяя действия за учителем; выполняют движения соответствующие содержанию стихотворения музыкально-ритмической игре. |
| Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 5 | | | | |
| 18 | Упражнения для кистей рук с бубенцами. Базовые упражнения | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Поклон. Выполнение упражнений на развитие гибкости кистей рук. Знакомство со способами звукоизвлечения с помощью бубенцов. Игра под музыкальное сопровождение ровными длительностями: целыми, половинными, четвертными. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики с помощью прохлопывания (протопывания) небольшими фрагментами совместно с учителем. Выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу. Знакомятся со способами звукоизвлечения с помощью бубенцов. Выполняют движения руками (встряхивание, болтание) по образцу, повторяя действия учителя. Игра под музыкальное сопровождение ровными длительностями: целыми, половинными |

| | | | | |
|----|--|---|---|---|
| 19 | Отстукивание ритмических рисунков на бубне | 1 | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнений на развитие гибкости кистей рук. Закрепление способов звукоизвлечения из бубна (удары по мембране, тремоло (долгое встряхивание). Игра на музыкальном инструменте. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики. Упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Извлекают звуки с помощью бубна. Играют на музыкальном инструменте с помощью учителя. Слушают мелодию, отстукивают равные доли по инструкции учителя. |
| 20 | Подыгрывание на бубне ритмического рисунка мелодии | | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнения на развитие гибкости кистей рук. Прослушивание мелодии. Подыгрывание на бубне ритмического рисунка простой мелодии | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики. Упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Строятся в колонну по образцу. Выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу. Слушают простую мелодию. С помощью бубна, передают несложный ритмический рисунок мелодии. |
| 21 | Отстукивание ритмических рисунков маракасами | 1 | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнения на развитие гибкости кистей рук. Знакомство со способами звукоизвлечения из маракасов. Игра на музыкальном инструменте. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики. Упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Строятся в колонну по образцу. Выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук по алгоритму. Извлекают звуки с помощью маракасов. Играют на музыкальном инструменте с помощью учителя. Слушают мелодию |

| | | | | |
|----------------------------------|---|---|---|---|
| 22 | Инсценируют детскую песенку, играя на музыкальном инструменте | | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнения на развитие гибкости кистей рук. Прослушивание мелодии детской песенки. Работа над определением характера, темпа, музыкальных акцентов мелодии. Подыгрывание на бубне ритмического рисунка простой мелодии | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики. Упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Строятся в колонну по образцу. Выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук по алгоритму. Слушают простую мелодию. Определяют характер, темп, музыкальные акценты мелодии с помощью наводящих вопросов. Подыгрывают на бубне, следуя ритмическому рисунку простой мелодии |
| Игры под музыку – 4 часов | | | | |
| 23 | Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение. Игра «Один, два, три, четыре, пять» | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон. Исполняют простые знакомые движения под музыкальное сопровождение. Передают несложный ритмический рисунок по алгоритму |
| 24 | Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение. Игра «Танцевальная композиция»: - прослушивание композиции (вальс, полька, марш); - выполнение танцевальных движений к мелодии; - демонстрация танца с учетом ритма и темпа | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон по алгоритму. Комплекс ритмической гимнастики. Упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Выполняют знакомые движения под музыкальное сопровождение по образцу. Играют в игру «Танцевальная композиция»: - прослушивают композиции (полька, марш); - выполняют танцевальные движения к мелодии с помощью образца |
| 25 | Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение знакомых | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму |

| | | | |
|--|--|--|---|
| | | <p>движений под музыкальное сопровождение.</p> <p>Ходьба с ускорением и замедлением темпа» - музыка Н. Александрова «Пьеса».</p> <ul style="list-style-type: none"> - передача в движении ритма и темпа; - передача ритмического рисунка; - перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки | <p>комплекс ритмической гимнастики</p> <p>упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действия учителя.</p> <p>Двигаются в соответствии с ритмом темпом музыки.</p> <p>Выполняют несложный ритмический рисунок</p> |
|--|--|--|---|

| | | | | |
|--|---|---|---|--|
| 26 | Подвижные игры с пением и речевым сопровождением Игра «Кто же, кто же к нам пришел» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение. Игра «Кто же, кто же к нам пришел» - передача несложного ритмического рисунка - передача в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю - передача через движение особенностей характера - перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики; упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Повторяют знакомые движения под музыкальное сопровождение по образцу: - передают в движении ритм и темп стиха; - передают несложный ритмический рисунок; - перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки с помощью учителя |
| 27 | Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение танцевальных импровизаций движений под музыку из мультипликационных фильмов. Выполнение движений в подвижном или спокойном темпе. Музыкально-ритмическая игра | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики; упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Выполняют танцевальные движения под музыку из мультипликационных фильмов, опираясь на образец. Выполняют движения в подвижном или спокойном темпе по инструкции учителя. Двигаются в разных направлениях, используя ходьбу, бег, подскок в зависимости от характера музыки под контролем учителя |
| Танцевальные упражнения – 6 часов | | | | |
| 29 | Повторение элементов танца. Игровые двигательные упражнения с предметами | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение движения «шаг на полупальцах». Выполнение движений в подвижном или спокойном темпе с предметами. Упражнения на координацию движений | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики; упражнения на развитие гибкости кистей рук, по образцу, по действию учителя. Выполняют танцевальные движения по образцу; движения в подвижном или спокойном темпе |

| | | | | |
|----|---|---|---|--|
| | | | | предметами по инструкции. Выполняют упражнения на координацию движений с опорой на образец |
| 30 | Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Отработка танцевальных движений. Бег с ускорением и замедлением темпа. Упражнения на расслабление мышц ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики. Танцевальные движения по образцу, бег с ускорением и замедлением темпа по образцу, по действию учителя. Выполняют упражнения на расслабление мышц ног, повторяют действия за учителем |
| 31 | Сильные подскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение подскоков и галопа в кругу. Отработка танцевальных движений. Упражнения на расслабление мышц ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики. Танцевальные движения по образцу, бег с ускорением и замедлением темпа по образцу, по действию учителя. Выполняют подскоки и галоп в кругу по образцу. Выполняют упражнения на расслабление мышц ног по инструкции |
| 32 | Движения парами: боковой галоп, подскоки. Основные движения народных танцев | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Танцевальные движения в паре. Упражнения на расслабление мышц ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики. Танцевальные движения по образцу, бег с ускорением и замедлением темпа по образцу, по действию учителя. Выполняют танцевальные движения в паре с помощью учителя. Выполняют упражнения на расслабление мышц ног |
| 33 | Танцевальные движения «Полька». Урок – конкурс | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение ранее изученных танцевальных движений. Упражнения на | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму комплекса ритмической гимнастики. Танцевальные движения по образцу, бег с ускорением и замедлением темпа по образцу, по действию учителя. |

| | | | | |
|----|--|---|--|--|
| | | | расслабление мышц ног | Выполняют упражнения расслабление мышц ног |
| 34 | Упражнения на развитие танцевального творчества. Вальс, основные шаги | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Разучивание танцевальных движений. Выполнение творческого задания в парах. Упражнения на расслабление мышц рук и ног | Входят и строятся в танцевальный зал под контролем учителя с соблюдением интервала. Выполняют поклон по алгоритму. Выполняют комплекс ритмической гимнастики. Танцевальные движения по очереди в паре с помощью учителя. Выполняют упражнения на расслабление мышц ног и рук, повторяя действия за учителем. |

4 класс

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программно-методические материалы могут быть использованы для образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Ритмика относится к коррекционно-развивающей области «Коррекционные занятия» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» в 4 классе рассчитана на 34 часа (34 учебные недели) и составляет 1 час в неделю.

Федеральная адаптированная основная образовательная программа определяет цель и задачи коррекционных занятий.

Цель коррекционного курса «Ритмика»– развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;
- обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;
- расширение кругозора обучающихся через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
- создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;
- формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;
- коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы

Цель коррекционного курса - развитие двигательной активности обучающихся в процессе восприятия музыки.

Задачи обучения:

- совершенствование умения слушать музыку;
- овладение музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- совершенствование двигательных навыков, обеспечивающих развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- коррекция общей и речевой моторики, пространственной ориентировки;
- развитие координации движений, чувства ритма, темпа;
- выполнение под музыку различных движений, в том числе и танцевальных, с речевым сопровождением и пением;
- овладение различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и

танцевальных упражнений;

- развитие мышечной памяти, творческого воображения, мышления;
- развитие эстетического вкуса, эмоционального и физического благополучия обучающегося;
- совершенствование навыков участия в коллективной творческой деятельности.

II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально – ритмическая деятельность обучающихся с нарушениями интеллекта. Предусматривается степень возрастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни. Коррекционная работа базируется на постоянном взаимодействии музыки, движений и устной речи: музыка и движения, музыка и речь, движения и речь, музыка, движения и речь. Обучающиеся учатся внимательно слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, начинать и оканчивать движение вместе с музыкой, передавать ритмический рисунок музыкальной темы.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды.

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 (развитие восприятия, представлений, ощущений, двигательной памяти, внимания, формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина), развитие пространственных представлений и ориентации; развитие представлений о времени);

– развитие различных видов мышления (наглядно-образного мышления, словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями);

– развитие основных мыслительных операций (умения сравнивать, анализировать, умения выделять сходство и различие понятий);

– коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы (развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до формирования умения преодолевать трудности, воспитание самостоятельности принятия решения, формирование устойчивой адекватной самооценки, формирование умения анализировать свою деятельность);

– развитие речи (развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия).

Содержание разделов

| № п/п | Название раздела | Кол-во часов | Контрольные работы |
|---------------|---|-----------------|-----------------------|
| 1. | Упражнения на ориентировку в пространстве | 6 | - |
| 2. | Ритмико-гимнастические упражнения | 11 | - |
| 3. | Упражнения с музыкальными инструментами | 4 | - |
| 4. | Игры под музыку | 6 | - |
| 5. | Танцевальные упражнения | 7 | - |
| Итого: | | 34 | - |

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

персональная идентичность

- осмысление роли обучающегося в образовательном учреждении;
- умение вступать в контакт и работать в коллективе, используя принятые ритуалы социального взаимодействия (учитель - ученик, ученик – ученик, ученики);
- активизация самостоятельности в выполнении заданий, поручений, договоренностей;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Предметные:

Минимальный уровень:

Должны:

- выполнять несложные упражнения под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках ритмики и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении команд;
- иметь представления о двигательных действиях;
- выполнять подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- выполнять ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями;
- участвовать в музыкальных играх под руководством учителя;
- выполнять ритмические комбинации движений на уровне возможностей обучающихся;
- понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);

- уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки;

- определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

Достаточный уровень

Должны:

- выполнять ритмические комбинации на максимально высоком уровне;
- иметь представления о выразительных средствах музыки;
- уметь характеризовать музыкальное произведение; согласовывать музыку и движение; самостоятельно выполнять комплексы упражнений;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с
 - малоконтрастными построениями;
 - выполнять игровые и плясовые движения, передавая в них различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения.

Примерные планируемые результаты формирования БУД (базовых учебных действий):

Личностные учебные действия:

- осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.

Коммуникативные учебные действия обеспечивают способность

вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе ("учитель-ученик", "ученик-ученик", "ученик-класс", "учитель-класс");
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;

Познавательные учебные действия представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления обучающихся.

Познавательные учебные действия включают следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.

Система оценки достижения обучающихся

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов – нет фиксируемой динамики;
- 1 балл – минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла – значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов:

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Психолого-педагогическая диагностика проводится до начала реализации коррекционной работы с обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и после ее окончания. Критерием эффективности будет служить положительная динамика в развитии познавательных процессов и двигательной сферы.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие

формы контроля:

Стартовый контроль (входная диагностика), позволяющий определить исходный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Текущий контроль (контрольная диагностика):

- прогностический, то есть проигрывание всех операций учебного действия до начала его реального выполнения;
- пооперационный, то есть контроль за правильностью, полнотой последовательностью выполнения операций, входящих в состав действия;
- рефлексивный, контроль, обращенный на ориентировочную основу, «план» действия и опирающийся на понимание принципов его построения;
- контроль по результату, который проводится после осуществления учебного действия методом сравнения фактических результатов или выполненных операций образцом.

Текущий контроль (контрольная диагностика), позволяющий определить промежуточный уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Итоговый контроль (итоговая диагностика), позволяющий определить итоговый уровень развития двигательной активности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № | Тема коррекционного курса | Кол-во часов | Программное содержание | Дифференциация видов деятельности | |
|---|--|--------------|--|---|---|
| | | | | Минимальный уровень | Достаточный уровень |
| Упражнения на ориентировку в пространстве – 6 часов | | | | | |
| 1 | Инструктаж по ОТ и ТБ. Ходьба с изменением направления и темпа движения | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение правил поведения и техники безопасности на уроках во время проведения занятий. Передвижение по залу с изменением направления и скорости движения Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон после объяснения и демонстрации всех действий, выполняют задание вместе с учителем; передвигаются по залу, с изменением направления и скорости движения. Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте по образцу | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон, после объяснения и демонстрации всех действий, выполняют задание по словесной инструкции; передвижение по залу, с изменением направления и скорости движения. Передают несложный ритмический рисунок на музыкальном инструменте |
| 2 | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение действия под ритмичное отстукивание. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по инструкции учителя; перестроение в колонны по четыре по образцу. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняя инструкцию учителя, исполняют движения | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; перестроение в колонны по четыре . Исполняют движения музыкально-ритмической игры |

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|---|
| 3 | Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмической гимнастики. Выполнение действий под ритмичное отстукивание. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по инструкции учителя; перестроение в колонны по четыре по образцу. Перестраиваются из нескольких колонн в несколько кругов, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися. Передают в движении темп и ритм стиха | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; перестроение в нескольких колонн в несколько кругов. Передают в движении темп и ритм стиха, выделяя голосом сильную долю |
| 4 | Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки. Выполнение перестроения из круга в звездочку и карусель, с соблюдением дистанции, определение местоположения, направления движения при перестроении. Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя. Перестраиваются из круга в карусель из центра круга, лучами по 2 человека, ориентируясь на образец выполнения учителем и/или обучающимися 2 группы. Принимают участие в музыкально-ритмической игре по инструкции учителя | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на формирование правильной осанки. Перестраиваются из круга в карусель из центра круга, лучами по 2 человека. Выполняют ритм стиха музыкально-ритмической игры |
| 4 | Ходьба по центру зала, диагональные линии из угла в угол | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса ритмических упражнений Построение в колонну. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения на формирование правильной осанки по инструкции учителя. | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики самостоятельно. |

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|--|
| | | | Передвижение по залу с изменением направления и скорости движения. Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Выполняют построение в колонну по инструкции учителя и образцу. Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу | Выполняют построение в колонну. Перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки |
| 5 | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса ритмических упражнений. Отработка навыка выбора правильной дистанции. Построение в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки. Выполнение упражнений с лентой, мячом | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики под контролем учителя. Отрабатывают навык выбора правильной дистанции, выполняя построения по образцу. Строятся в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки по инструкции учителя. Выполняют упражнения с лентой, мячом по инструкции | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон ; комплекс ритмической гимнастики самостоятельно. Отрабатывают навык выбора правильной дистанции, выполняя построения по инструкции учителя. Строятся в колонну, шеренгу, круг с использованием лены, обруча, мяча, скакалки. Выполняют упражнения с лентой, мячом |
| 6 | Сложные упражнения с предметами | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса музыкально- ритмических упражнений с предметами. Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты). Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков или музыкальных инструментов |

| Ритмико-гимнастические упражнения – 11 часов | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|
| 7 | Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Построение в шеренгу. Выполнение комплекса упражнений для рук в быстром и медленном темпе. Выполнение комплекса ритмических упражнений (по выбору учителя). Музыкально – ритмическая игра | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Передают несложный ритмический рисунок совместно с учителем | Входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами. Строятся в шеренгу. Передают ритмический рисунок |
| 8 | Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Ритмические движения с выполнением заданий. Упражнения на координацию движений. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс музыкально - ритмических упражнений с предметами (обруч, мяч, скакалка, ленты), по образцу. Принимают участие в музыкально-ритмической игре по инструкции учителя, выполняя совместно движения | Входят и строятся в танцевальном зале. Выполняют поклон. Самостоятельно выполняют комплекс ритмической гимнастики и упражнения на координацию движений; движения музыкально-ритмической игры |
| 9 | Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса упражнений для корпуса. Расслабляющие упражнения для рук. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя). | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс упражнений для корпуса по инструкции; упражнения для расслабления по образцу; комплекс музыкально - ритмических упражнений по инструкции. Принимают участие в | Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс упражнений для корпуса; упражнения для расслабления, повторяя действия учителя. Выполняют комплекс музыкально - ритмических |

| | | | | | |
|----|---|---|---|--|--|
| | | | | музыкально-ритмической игре по инструкции, содержанию музыкально-ритмической игры | упражнений самостоятельно. Маршируют, выполняя движения соответственно содержания |
| 10 | Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса ритмических упражнений для укрепления мышц ног. Упражнения на координацию движений | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс упражнений для укрепления мышц ног по образцу; упражнения на координацию по инструкции учителя | Самостоятельно входят и строятся в танцевальном зале, выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики. для укрепления мышц ног; упражнения на координацию |
| 11 | Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса ритмической гимнастики. Упражнения на координацию движений и формирование осанки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; упражнения на координацию движений и формирование осанки по инструкции | Самостоятельно входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики; упражнения на координацию движений и формирование осанки |
| 12 | Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение комплекса упражнений на синхронизацию движений рук, ног, туловища по выбору учителя. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; упражнения на синхронизацию движений рук, ног и туловища по образцу. Передают несложный ритмический рисунок | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики; упражнения на синхронизацию движений рук, ног и туловища, по образцу. Передают ритмический рисунок музыкально-ритмической игры |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| 13 | Выполнение упражнений под постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Движение по кругу с ускорением и замедлением. Игра «Ритмическая карусель». Выполнение комплекса ритмических упражнений (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу; двигаются по кругу с ускорением; играют в игру по инструкции учителя. | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмической гимнастики; двигаются по кругу с ускорением; соблюдают правила игры, соблюдая ритмы. |
| 14 | Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Комплекс ритмических упражнений на координацию. Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики на координацию по образцу; Воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют комплекс ритмических упражнений на координацию; воспроизводят ритмический рисунок с помощью хлопков или музыкальных инструментов |
| 15 | Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притоков, с предметами (погремушками, бубном) | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение творческого задания по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. С помощью учителя выполняют творческое задание по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов по инструкции. Передают в движении ритм и темп стиха по образцу | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют творческое задание по составлению ритмической мелодии с использованием детских шумовых инструментов. Передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю |
| 16 | Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение прыжков в движении по кругу. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; прыжки в движении по кругу, по образцу и под контролем учителя. | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют прыжки самостоятельно, упражнение |

| | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|
| | коленями и корпусом («петрушка») | | Музыкально-ритмическая игра (по выбору учителя). Упражнения на расслабление ног | Принимают участие в музыкально-ритмической игре, передают ритмический рисунок по образцу. Выполняют упражнение на расслабление, повторяя действия учителя. | на расслабление по инструкции ; инструкцию в движении по кругу. Передают ритмический рисунок на музыкальных инструментах |
| 17 | Упражнение «Цветок распускается» - с позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение приседаний с различными движениями рук. Выполнение движений, имитирующих распускание цветка. Выполнение комплекса ритмических упражнений | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; комплекс ритмической гимнастики по образцу ; движения, имитирующие распускание цветка, по инструкции. Исполняют приседания с различными движениями рук, по инструкции. | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют поклон. Исполняют приседания с различными движениями рук. Выполняют движения, имитирующие распускание цветка. Выполняют комплекс ритмической гимнастики самостоятельно |
| Упражнения с детскими музыкальными инструментами – 4 часа | | | | | |
| 18 | Упражнения для кистей рук с барабанными палочками | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнения для гибкости кистей рук. Игра на барабане барабанными палочками под музыкальное сопровождение. Маршировка под музыку с одновременной барабанной игрой | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения для гибкости кистей рук по образцу. Играют барабанными палочками на барабане несложные ритмические рисунки по инструкции учителя. Маршируют под музыку | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Выполняют упражнения для гибкости кистей рук. Самостоятельно исполняют барабанными палочками на барабане несложные ритмические рисунки. Маршируют под музыку с одновременной барабанной игрой |

| | | | | | |
|----|---|---|--|--|---|
| 19 | Отстукивание ритмических рисунков на металлофоне | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Построение в колонну. Упражнения на развитие чувства ритма. Отработка игры на металлофоне под музыкальное сопровождение | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. По инструкции строятся в колонну. Выполняют по образцу упражнения на развитие чувства ритма. Играют простые мелодии на металлофоне под музыкальное сопровождение совместно с учителем | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Строятся в колонну самостоятельно. Выполняют упражнения на развитие чувства ритма. Играют на металлофоне под музыкальное сопровождение |
| 20 | Отстукивание ритмических рисунков кастаньетами | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Построение в шеренгу. Упражнения на развитие чувства ритма. Отработка игры на кастаньетах под музыкальное сопровождение | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. По инструкции строятся в шеренгу. Выполняют по образцу упражнения на развитие чувства ритма. Играют простые мелодии на кастаньетах под музыкальное сопровождение совместно с учителем | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Самостоятельно строятся в шеренгу. Выполняют упражнения на развитие чувства ритма. Играют на кастаньетах под музыкальное сопровождение |
| 21 | Инсценировка детской песенки, играя на музыкальных инструментах | | Построение в колонну. Выполнение поклона. Упражнений на развитие гибкости кистей рук. Прослушивание мелодии детской песенки. Работа над определением характера, темпа, музыкальных акцентов мелодии Подыгрывание на барабане, | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнения на развитие гибкости кистей рук по образцу, повторяя действия за учителем. Слушают мелодию. Определяют характер, темп, музыкальные акценты мелодии с помощью учителя. | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Самостоятельно выполняют упражнения на развитие гибкости кистей рук. Слушают мелодию. Определяют характер, темп, музыкальные акценты мелодии по опорным словам. |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|
| | | | металлофоне ритмического рисунка простой мелодии | Подыгрывают на барабане, металлофоне, следуя ритмическому рисунку мелодии совместно с учителем | Подыгрывают на бубне, опираясь на ритмический рисунок мелодии, делая акценты |
| | Игры под музыку – 6 часов | | | | |
| 21 | Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, динамических изменений в музыке Игра «Танцуй как я, танцуй лучше» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений. Игра «Танцуй как я, танцуй лучше»: - выполнение придуманных танцевальных движений одним из участников игры внутри круга; - приглашение им к участию в танце следующего участника (при продолжении танца этим участником) и т.д., пока все участники не окажутся танцующими. | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений по образцу, повторяя действия учителя. Принимают участие в игре «Танцуй как я, танцуй лучше» | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Самостоятельно выполняют упражнение на комбинирование разных элементов танцевальных движений по инструкции педагога. Выполняют танцевальные движения игры |
| 22 | Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Музыкальная игра «День - ночь» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Беседа о музыкальных оттенках, восприятии разнохарактерной музыки. Игра «День-ночь» под музыкальное сопровождение | Входят и строятся в танцевальном зале с соблюдением интервала под контролем учителя. Выполняют поклон, движения соответствующие темпу, настроению музыки, ориентируясь на реакцию окружающих, инструкцию учителя. Эмоционально реагируют на | Входят, строятся в танцевальном зале и выполняют поклон. Слушают беседу и отвечают на вопросы учителя. Выполняют движения, передавая ритмический рисунок, эмоциональное содержание музыки. Принимают активное |

| | | | | | |
|----|--|---|---|--|--|
| | | | | изменение характера музыкальных фраз. Принимают участие в музыкально-ритмической игре | участие в музыкально-ритмической игре, проявляя фантазию и эмоциональную реакцию на изменения характера музыки. Выполняют инструкции учителя |
| 23 | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Игра «Карусели» | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение. Игра «Карусели»: - передача в движении ритма и темпа стиха, выделяя голосом сильную долю; - передача несложного ритмического рисунка; - перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Карусели»: - передают несложный ритмический рисунок - перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют движения под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Карусели»: - передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю - передают несложный ритмический рисунок - перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки |
| 24 | Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование | 1 | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение знакомых движений под музыкальное сопровождение. Игра «Кто же, кто же к нам пришёл?»: - передача несложного ритмического рисунка | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Кто же к нам пришёл?»: - передают несложный ритмический рисунок - перемещаются и | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют движения под музыкальное сопровождение. Исполняют знакомые движений под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Кто же к |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|
| | | | <ul style="list-style-type: none"> - передача в движении ритма и темпа стиха, выделяя голосом сильную долю; - передача через движение особенностей характера музыки; - перемещение и перестроение в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки | перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки по инструкции учителя | <p>нам пришёл?»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - передают в движении ритм и темп стиха, выделяя голосом сильную долю; - передают несложный ритмический рисунок; - передают через движение особенностей характера музыки; - перемещаются и перестраиваются в пространстве в соответствии с темпом и ритмом музыки |
| 25 | Составление несложных композиций. Игры с пением и речевым сопровождением | 1 | <p>Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Повторение известных танцевальных упражнений под музыку. Игра «Ходим кругом»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ходьба по кругу с пением, в центре которого стоит ведущий; - повторение за ведущим показанного им танцевального движения; - выполнение водящим поклона и передача роли ведущего следующему участнику игры. <p>Самостоятельное составление обучающимися несложных танцевальных композиций</p> | <p>Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. Исполняют простые движения под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Ходим кругом»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют действия, повторяя действия учителя: - ходят по кругу, в центре которого стоит ведущий, с пением; - повторяют за ведущим показанное им танцевальное движение. <p>Составляют несложные танцевальные композиции по образцу и инструкции педагога</p> | <p>Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют движения под музыкальное сопровождение. Исполняют знакомые движений под музыкальное сопровождение. Участвуют в игре «Ходим кругом»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно выполняют действия: - ходят по кругу, в центре которого стоит ведущий, с пением; - повторяют за ведущим показанное им танцевальное движение; - передают роль ведущего следующему игроку. |

| | | | | | |
|--|---|--|---|---|---|
| | | | | | Составляют несложные танцевальные композиции |
| 26 | Инсценирование музыкальных сказок, песен | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Исполнение музыкальных сказок, песен, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки. Музыкально – ритмическая игра (по выбору учителя) | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. Исполняют песни с демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки по инструкции учителя. Принимают участие в музыкально-ритмической игре, выполняют движения | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют музыкальные сказки, песни, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих характеру и темпу музыки. Синхронно выполняют движения под музыку |
| Танцевальные упражнения – 7 часов | | | | | |
| 27 | Исполнение элементов плясок и танцев. Упражнения на различение элементов народных танцев | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение элементов плясок и танцев (подскоки, шажки) под ритмическое отстукивание. Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; элементы народных плясок после показа учителем и по образцу; упражнение на расслабление ног | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют элементы танца по словесной инструкции. Выполняют упражнение на расслабление ног |
| 28 | Шаг кадрили. Пружинящий бег. Упражнения на дыхание и для развития осанки | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение простых и скользящих шагов, пружинящего бега с ускорением и замедлением темпа, под ритмическое отстукивание Упражнения на расслабление ног, восстановление дыхания и | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; шажки и бег по инструкции и неоднократного показа учителем. Выполняют упражнение на расслабление ног, восстановление дыхания и развитие осанки, повторяя действия за учителем | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют элементы танца по словесной инструкции. Выполняют упражнение на расслабление ног, восстановление дыхания и развитие осанки |

| | | | | | |
|----|--|--|---|---|--|
| | | | развитие осанки | | |
| 29 | Поскоки с продвижением назад (спиной) | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение подскоков с продвижением по кругу назад спиной под ритмическое отстукивание. Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; поскоки после объяснения и демонстрации всех действий учителем. Выполняют упражнение на расслабление ног по инструкции | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног. Исполняют движения по словесной инструкции. |
| 30 | Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полу-пальцах | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение мелких шажков на полу-пальцах и на всей ступне со сменой темпа и направления. Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон; задание в совместной деятельности с учителем; упражнение на расслабление ног по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног. Исполняют движения по словесной инструкции |
| 31 | Русские народные движения «каблук», «гармошка» | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Исполнение движений, выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Инсценировка песен. Упражнения на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон. Исполняют движения по образцу. Принимают участие в инсценировке доступных песен. Выполняют упражнение на расслабление ног по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон. Исполняют движения по словесной инструкции. Инсценируют песни. Выполняют упражнения на расслабление ног |
| 32 | Русский народный танец. Каблук, носок, приставной шаг, хлопки, поскоки, поворот под рукой | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Исполнение народного танца, с эмоциональной демонстрацией движений соответствующих | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по образцу; по образцу приставные шажки, поскоки. | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног; элементы народного |

| | | | | | |
|----|--|--|---|---|--|
| | | | характеру и темпу музыки Упражнения на расслабление ног | | танца (шажки, хлопки, подскоки, повороты) в заданном темпе. Исполняют приставные шажки, поскоки, повороты. |
| 33 | Простейшие фигуры в танцах. Разучивание танца в паре. Вальсовый поворот в паре. Лодочка, окошечко | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение вальсовых движений в паре (поворот, лодочка, окошко) Выполнение упражнений на расслабление ног | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по образцу ; элементы вальса по образцу | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног. Исполняют элементы вальса |
| 34 | Урок конкурс «Лучшая пара» Исполнение в парах простейших танцевальных фигур | | Построение с соблюдением интервала. Выполнение поклона. Выполнение вальсовых движений в паре (поворот, лодочка, окошко) Соревнование между парами, за звание «Лучшая пара» Выполнение упражнений на расслабление ног по инструкции | Входят и строятся в танцевальном зале под контролем учителя. Выполняют поклон, упражнения на расслабление ног по инструкции ; элементы вальса по инструкции | Самостоятельно выполняют вхождения и построение в танцевальном зале. Выполняют поклон; упражнения на расслабление ног. Исполняют элементы вальса. Исполняют в парах простейшие танцевальные фигуры |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968174

Владелец Волкова Наталья Ивановна

Действителен с 12.10.2025 по 12.10.2026