

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа № 40» г. Сыктывкара

Рекомендовано:
Педагогический совет
Протокол № 1
от «30» 08 2021г.

Утверждаю:
Директор ГОУ РК «С(К)Ш № 40»
г. Сыктывкара
«31» 08 2021 г.

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

Ритмика

в соответствии с ФГОС образования обучающихся
с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
(вариант 1)

Срок реализации	3 года
Уровень образования	начальное общее образование
Классы	2-4
Составитель	Михайлова А. Е. учитель физкультуры ГОУ РК «С(К)Ш № 40» г. Сыктывкара

I. Пояснительная записка.

Преподавание коррекционного курса «Ритмика» в специальном (коррекционном) образовательном учреждении для детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся 0,1,2,3,4 класса разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Примерная адаптированная основная образовательная программа общего образования, разработанная на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью;
- ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014 г. № 1599;
- Положение об адаптированной рабочей программе учебного предмета для 1 (дополнительного), 1-4 классов в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Целью коррекционного курса является коррекция недостатков психического и физического развития детей с ОВЗ средствами музыкально-ритмической деятельности..

Важными задачами музыкально – ритмической деятельности являются:

- развитие памяти, мышления, воображения, слуха, чувства ритма;
- развитие и накопление элементарных двигательных навыков;
- формирование правильной осанки;
- повышение работоспособности, и двигательной активности;
- развитие представлений о пространстве и умение ориентироваться в нем;
- развитие эстетических чувств;
- приобщение детей к музыке и правильному восприятию ее на слух;
- развитие творческих способностей;
- формирование ведущих положительных качеств личности конструктивного взаимодействия в обществе;
- искоренение вредных привычек и отрицательных качеств личности.

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений, необходимых музыкально-двигательных навыков. Основная цель данных упражнений — научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Упражнения с предметами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений. Движения под музыку оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, совершают психические функции: мышление, внимание, восприятие. Дети учатся оценивать характер музыки (весёлая, грустная), инсценировать сказки, танцевать в паре и хороводе.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т.п. Объясняя задание,

учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

После того как обучающиеся научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование детских песен с третьего класса, в которых нужно раскрыть не только образ, но и общее содержание.

В четвёртом классе предлагается инсценирование хорошо известных детских сказок. Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего — с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.)

II. Общая характеристика коррекционного курса

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью. Преподавание ритмики в специальной (коррекционной) школе обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно-развивающего обучения данному предмету является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическая и социальная адаптация. Связь содержания программы с учебными предметами. Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Упражнения с предметами.
4. Игры под музыку.
5. Танцевальные упражнения.

Технологии обучения: коррекционно-развивающего обучения, проблемного обучения, здоровье-сберегающие; информационно-коммуникационные; личностно-ориентированные; технологии индивидуального (разноуровневого) и дифференцированного обучения, игровые:

- дидактические игры;
 - игровые приёмы;
 - занимательные упражнения;
 - создание увлекательных ситуаций;
 - дистанционное обучение (с использованием ИКТ)
- ГИС ЭО;
 - электронная платформа ОУ;
 - социальные сети;
 - консультации;

Технология дистанционного обучения применяется в период карантинных мероприятий при технической возможности педагогов и обучающихся.

В курсе обучения ритмике применяются традиционные методы обучения: использования слов, наглядного восприятия и практические методы.

Метод использования слова — универсальный метод обучения. С его помощью решаются различные задачи: раскрывается содержание музыкальных произведений, объясняются элементарные основы музыкальной грамоты, описывается техника движений в связи с музыкой и др. Это определяет разнообразие методических приёмов использования слова в обучении:

- рассказ,
- беседа,
- обсуждение,
- объяснение,
- словесное сопровождение движений под музыку и т.д.

Методы наглядного восприятия способствуют более быстрому, глубокому и прочному усвоению учащимися программы курса обучения, повышения интереса к изучаемым упражнениям. К этим методам можно отнести: показ упражнений, демонстрацию плакатов, рисунков, видеозаписей, прослушивание ритма и темпа движений, музыки, которая помогает закреплять мышечное чувство и запоминать движения в связи со звучанием музыкальных отрывков. Всё это способствует воспитанию музыкальной памяти, формированию двигательного навыка, закрепляет привычку двигаться ритмично.

Практические методы основаны на активной деятельности самих учащихся. Этот метод целостного освоения упражнений, метод обучения (путём) ступенчатый и игровой метод. Метод целостного освоения упражнений и движений объясняется относительной доступностью упражнений. Использование данного метода подразумевает наличие двигательной базы, полученной ранее. В эту базу входят двигательные элементы и связки, позволяющие на их основе осваивать в дальнейшем более сложные движения.

Ступенчатый метод широко используется для освоения самых разных упражнений и танцевальных движений. Практически каждое упражнение можно приостановить для уточнения двигательного движения, улучшение выразительности движения и т.п. Этот метод может также применяться при изучении сложных движений.

Игровой метод используется при проведении музыкально — ритмических игр. Этот метод основан на элементах соперничества учащихся между собой и повышении ответственности каждого за достижение определённого результата. Такие условия повышают эмоциональность обучения.

Виды и формы организации учебного процесса:

- коллективная;
- фронтальная;
- групповая;
- индивидуальная работа;
- работа в парах.

Формы контроля: показательное выступление в классе.

Межпредметная интеграция по ритмике осуществляется следующими предметами:

- математикой: определенные математические понятия.
- музыкой: использование аудио записи и инструменты.
- физкультурой : общие развивающие упражнения.

Ш. Описание места коррекционного курса в образовательном процессе.

Коррекционный курс «Ритмика» входит в содержание коррекционно-развивающей области. В учебном плане выделяется 1 час в неделю. Общее число часов за год обучения составляет:

класс	1 (доп.) класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	Все го
образовательная область	Коррекционно-развивающая область					
количество учебных недель	33	33	34	34	34	168
количество часов в неделю	1	1	1	1	1	1
Количество часов за год	33	33	34	34	34	168

IV. Результаты освоение коррекционного курса

1 (дополнительный) класс

Личностные результаты

- Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
- Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.
- Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.

Достаточный уровень:

- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.
- выполнять плясовые движения по показу учителя;
- организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя.

1 класс

Личностные результаты

- позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.
- готовиться к занятию, входить в зал, приветствовать учителя.

Предметные результаты

Достаточный уровень:

- ребенок самостоятельно находит свое место в строю;
- принимает правильное положение;
- умеет держать интервал;
- четко выполняет инструкции педагога, выполнять несложные движения в соответствии с темпом, ритмом, динамикой музыкального произведения;
- ребенок допускает ошибки, которые исправляет с помощью учителя.
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Минимальный уровень:

- выполняет несложные движения вместе с педагогом;
- старается найти место в строю;
- понимает простые инструкции педагога;
- ходит свободным шагом .

2класс

Личностные результаты:

- позитивное эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Предметные результаты:

Достаточный уровень

- ребенок самостоятельно находит свое место в строю;
- принимает правильное положение;
- умеет держать интервал;
- четко выполняет инструкции педагога, выполнять несложные движения в соответствии с темпом, ритмом, динамикой музыкального произведения;

Минимальный уровень

- выполняет несложные движения вместе с педагогом;
- находит место в строю;
- держит дистанцию;
- ориентируется в пространстве;
- понимает простые инструкции педагога;

3 класс

Личностные результаты:

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- эмоционально-ценностное отношение к двигательной деятельности.

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;
- двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;
- выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и т.д.).

Допустимый уровень:

- развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;
- замечать изменения в звучании (тихо-громко, быстро-медленно);
- выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);
- двигаться в соответствии двухчастной форме музыки и силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;
- выразительно и эмоционально передавать игровые и сказочные образы героев (медведя, кошки, мышки, зайца и т.д.).

4 класс

Личностные результаты

- готовность к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, нравственных качеств средствами ритмики.
- реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;
- двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;
- выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и т.д.).

Допустимый уровень:

- развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;
- замечать изменения в звучании (тихо-громко, быстро-медленно);
- выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);
- двигаться в соответствии двухчастной форме музыки и силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;
- выразительно и эмоционально передавать игровые и сказочные образы героев (медведя, кошки, мышки, зайца и т.д.).

IV. Содержание коррекционного курса

1 (подготовительный) класс

-Упражнения на ориентировку в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег по ориентирам. Построение и перестроение. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.

-Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц.

-Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Упражнения для кистей рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах. Игра на музыкальных (детских) инструментах.

-Музыкальные игры. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретным образам). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

-Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями.

1 класс

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

- ритмико-гимнастические упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами. Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

- упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

- упражнение на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

- упражнения с музыкальными инструментами. Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Выделение пальцев рук. Отхлопывание простых ритмических рисунков с проговариванием стихов, подпевок и без них.

- игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки. Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется

стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

- танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

2 класс

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

- ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение её внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед в стороны, вставание на полупальцы.

- упражнения на выработку осанки.

- упражнения на координацию движений. Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой – в сторону; правой руки – вперед, левой – вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки – перед собой; правой ноги в сторону – левой руки – в сторону и т.д. изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, похлопывание, притопывание простых ритмических рисунков.

- упражнения на расслабление мышц. Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

- упражнения с предметами. Движения кистей рук в разных направлениях поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счёт учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. Пальчиковые игры.

- игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с

изменениями в музыке (лёгкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; лёгкое, игривое подпрыгивание – тяжёлым, комичным и т.д.). выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определённым эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

-танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег лёгкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек – движение с платочком); притопы одной ногой и поочерёдно, выставление с ноги на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

3 класс:

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

- Ритмико-гимнастические упражнения. _Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочерёдно вперёд, назад, в сторону, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

- Упражнения на координацию движений. Разнообразные перекрёстные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки. Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального материала. Выполнение движений в заданном темпе после остановки музыки.

- Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочерёдно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Встряхивание кистью. Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд.

- Упражнения с предметами. Круговые движения кистью. Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Пальчиковые игры. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне.

- Игры под музыку. _Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо). Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Похлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

- Танцевальные упражнения. _Повторение элементов танца по программе 2 класса. Тихая ходьба, высокий шаг, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег и стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, лёгкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг. Руки – вдоль корпуса, скрещены на груди, подбоченившись, с платочком. Движения парами: бег, ходьба и приседанием, кружение с продвижением. Основные движения народных танцев.

4 класс:

- Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, в три и обратно в общий круг. Выполнение движений с предметами более сложных, чем в предыдущих классах.
- Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением. Повороты туловища в сочетании с наклонами. Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд и в сторону. Перелезание через сцеплённые руки, через палку.
- Упражнения на осанку.
- Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону, руки поднять через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, голову повернуть влево. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки и наоборот.
- Упражнения на координацию с предметами. Одновременное похлопывание и притопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе. Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Притопывание того, что учитель прохлопал и наоборот.
- Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до концов пальцев. Поднять руки вверх, вытянуть корпус (стойка на полупальцах), быстрым движением согнуться и сесть на корточки. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.
- Упражнения с предметами. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Исполнение различных темпов на бубне.
- Игры под музыку. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружинистых, плавных, спокойных, с размахом, применяя для этого известные элементы движений. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.
- Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе 3 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения балльных танцев.

VI. Тематический план

1(дополнительный) класс.

Название раздела	Количество часов
Упражнения на ориентировку в пространстве.	7
Ритмико-гимнастические упражнения.	6
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	7
Музыкальные игры.	6
Танцевальные упражнения.	6
Промежуточная аттестация	1

Итого	33
-------	----

1 класс.

Название раздела	Количество часов
Упражнения на ориентировку в пространстве.	7
Ритмико-гимнастические упражнения.	6
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	7
Музыкальные игры.	6
Танцевальные упражнения.	6
Промежуточная аттестация	1
Итого	33

2 класс.

Название раздела	Количество часов
Упражнения на ориентировку в пространстве.	7
Ритмико-гимнастические упражнения.	6
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	7
Музыкальные игры.	7
Танцевальные упражнения.	6
Промежуточная аттестация	1
Итого	34

3 класс.

Название раздела	Количество часов
Упражнения на ориентировку в пространстве.	7
Ритмико-гимнастические упражнения.	6
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	7
Музыкальные игры.	7
Танцевальные упражнения.	6
Промежуточная аттестация	1
Итого	34

4 класс.

Название раздела	Количество
------------------	------------

	часов
Упражнения на ориентировку в пространстве.	7
Ритмико-гимнастические упражнения.	6
Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	7
Музыкальные игры.	7
Танцевальные упражнения.	6
Промежуточная аттестация	1
Итого	34

Календарно-тематическое планирование

1(дополнительный) класс

№	Наименование разделов и тем	Всего
I четверть		
1	«В гостях у кошки»	
2	«В гостях у кошки»	
3	«Музыкальная шкатулка»	
4	«Музыкальная шкатулка»	
5	«Разноцветные зонтики»	
6	«В осеннем лесу»	
7	«В осеннем лесу»	
8	«У медведя во бору»	
II четверть		
9	«Осенний теремок»	
10	«Осенний теремок»	
11	«Цок, Цок, лошадка!»	
12	«Цок, Цок, лошадка!»	
13	«Первые снежинки»	
14	«Бабушка Зима»	
15	«Нарядная елочка»	
16	«Новогодний хоровод»	
III четверть		
17	«Много снега намело»	
18	«Утро в лесу»	
19	«День рождения Зайки»	
20	«Голубые санки»	
21	«Снеговик и елочка»	
22	«Лепим мы Снеговика»	

23	«Подарок для мамы»	
24	«Оладушки у Бабушки»	
25	«Улыбнулось Солнышко»	
IV четверть		
26	«Петушок и курочка»	
27	«Весенние кораблики»	
28	«Зазвенели ручейки	
29	«Птичка-невеличка»	
30	«Тимошкина машина»	
31	«Добрый Жук»	
32	«Заюшкина избушка»	
33	Промежуточная аттестация.	

1 класс.

№	Наименование разделов и тем	Всего
I четверть		
1	Инструктаж по технике безопасности. Вводный урок (понятия громко, тихо, быстро)	
2	Ориентировка в пространстве. «Бусинки», «По местам», «Ходим – бегаем», «Шагом марш», «Бравые солдаты».	
3	Разучивание игры - танца «Каравай». Построение в пары.	
4	Танец «Каравай». Самостоятельная работа.	
5	Разучивание движений игры-танца «Огородный хоровод».	
6	Танец «Огородный хоровод»	
7	Танцевальные упражнения с элементами инсценировки. «Танец» Н. Сац. «Проказник – поросёнок».	
8	Повторение упражнений и музыкальных игр.	
II четверть		
9	Упражнения для развития ритмического слуха.	
10	Упражнения для развития ритмического слуха.	
11	Двигательно – слуховая координация. «Зайчонок и бельчонок», «Резвые ножки», «Друг за другом». Игра «Здравствуйте».	
12	Игровые упражнения, музыкально – ритмическая деятельность в новогодних играх, плясках, песнях – хороводах.	
13	Упражнение с правильным дыханием . «На скакалке я скачу». Музыкальная игра «Подружились».	
14	Хоровод «В лесу родилась ёлочка». Танец «К нам гости пришли».	
15	Игра « Солнышко и дождик». Упражнения на расслабление мышц	
16	Повторение упражнений и музыкальных игр.	
III четверть		
17	Ориентировка в пространстве – круг. «Уточки», «Тепловоз», «Хоровод», «Бусинки». Игра «Солнышко и дождик», «Не выпустим», «К нам гости	

	пришли».	
18	Ориентировка в пространстве – круг .Хоровод «В лесу родилась ёлочка». Танец «К нам гости пришли».	
19	Ориентировка в пространстве – круг. «Уточки», «Тепловоз», «Хоровод», «Бусинки».Танец «Проказник – поросёнок».	
20	Упражнение с правильным дыханием «На скакалке я скачу».Музыкальная игра «Подружились».	
21	Ритмико-гимнастические упражнения на напряжение и расслабление мышц.«Игры в снежки», «Качели», «Волны».	
22	Танцевальные упражнения. Танец «Стукалка».	
23	Ритмико – гимнастические упражнения на напряжение и расслабление мышц.«Игры в снежки», «Качели», «Волны».	
24	Танцы народов мира, элементы танцев (галоп, хороводный шаг, притопы).	
25	Танцы народов мира, элементы танцев (галоп, хороводный шаг, притопы).	
	IV четверть	
26	Общеукрепляющие упражнения. Музыкально – ритмический комплекс « На стадионе». Игра «Третий лишний».	
27	Подвижные музыкально – ритмические игры для психологической разгрузки.	
28	Мелодия: волнообразные движения. Работа с лентой в движении, групповая. Упражнения с цветами, листьями.	
29	Мелодия: скачкообразное движени: «Перескоп», «Мячики», «Весёлая ленточка». Игра «Узоры», «Мотылёк».	
30	Мелодия: скачкообразное движение: «Перескоп», «Мячики», «Весёлая ленточка». Игра «Узоры», «Мотылёк».	
31	Коррекционные музыкально – ритмические упражнения: «Бабочка», «Замочки», «Иголка, нитка», «Мяч по кругу».	
32	Урок-концерт «В ритме детства».	
33	Промежуточная аттестация	

2 класс.

№	Наименование разделов и тем	Всего
	I четверть	
1	Инструктаж по технике безопасности. Вводный урок (понятия громко, тихо, быстро)	
2	Музыкально-ритмические навыки: «Марш», «Барабанщик»	
3	Навыки выразительного движения. Движения в соответствии с характером музыки.	
4	Развитие чувства ритма и правильная артикуляция.	
5	Музыкально-ритмические навыки: «Парный танец».	
6	Навыки выразительных движений: «Мячики».	
7	Навыки выразительных движений: «Игра с лошадкой».	
8	Игры под музыку « Ёжик»	
	II четверть	

9	Музыкально-ритмические навыки: «Полька».	
10	Упражнения на ориентировку в пространстве: «Земелюшка-чернозем».	
11	Навыки выразительного движения: «Кот и мышь».	
12	Музыкально-ритмические навыки: «К деткам елочка пришла» .	
13	Навыки выразительного движения: « Кто под елочкой сидит».	
14	Игры под музыку: «Елочка», «Здравствуй, Дед мороз!»	
15	Игра на музыкальных инструментах: «Елочка».	
16	Навыки выразительного движения: «Ходьба и бег», «Мячики».	
	III четверть	
17	Музыкально-ритмические навыки: «Марш»	
18	Игра «Летчики на аэродром»	
19	Музыкально-ритмические навыки: « Всадники»	
20	Навыки выразительного движения «Пляска с цветами»	
21	Игра на музыкальных инструментах.	
22	Игра «Узнай по голосу»	
23	Навыки выразительного движения: «Пружинки»	
24	Навыки выразительного движения «Нам вместе весело»	
25	Упражнения на ориентировку в пространстве. «Танец с ленами»	
26	Упражнения на ориентировку в пространстве. «Танец с платочками»	
	IV четверть	
27	Музыкально-ритмические навыки: «Упражнения с мячами»	
28	Музыкально-ритмические навыки: танцевальные движения «Жучки»	
29	Игра «Найди пару»	
30	Музыкально-ритмические навыки Развитие динамического слуха «Тихие и громкие звоночки»	
31	Навыки выразительного движения: «Полька».	
32	Навыки выразительного движения. Комплекс упражнений	
33	Игра на музыкальных инструментах: «Как под горкой».	
34	Промежуточная аттестация	

3 класс.

№	Наименование разделов и тем	Всего
	I четверть	
1	Инструктаж по технике безопасности. Вводный урок Строевые упражнения. Позиции рук.	
2	Строевые упражнения. Построение в круг. Хореографические упражнения.	
3	Построение и перестроения на месте. Ходьба с препятствиями под музыку.	
4	Построение в шеренгу, колонну, круг. Упражнение с лентами. Хореографические упражнения.	
5	Построение в шеренгу, колонну, круг по сигналу. Упражнения с лентами.	
6	Перестроение из колонны в несколько кругов. Хореографические упражнения.	
7	Перестроение из колонны в несколько кругов. Упражнения без предметов. Хореографические упражнения.	
8	Строевые упражнения. Перестроения из одной колонны в три.	
	II четверть	
9	Строевые упражнения. Ходьба с хлопками на каждый счёт.	
10	Перестроение из одной колонны в несколько кругов. Ходьба с хлопками на каждый через счёт.	
11	Строевые упражнения. Ходьба с хлопками через счёт.	

12	Построение в круг. Ходьба с переходом на бег и обратно.	
13	Строевые упражнения. Ходьба с переходом на бег и обратно.	
14	Построение в шеренгу. Переменный шаг. Танец «Русский хоровод».	
15	Строевые упражнения. Переменный шаг. Танец «Русский хоровод».	
16	Повороты и перестроения.	
	Шчетверть	
17	Строевые упражнения. Перестроение из одной колонны в три. Хореографические упражнения для ног.	
18	Повороты на месте по ориентирам. Хореографические упражнения для рук.	
19	Строевые упражнения. Упражнения с обручами. Танец «Давай танцуй».	
20	Перестроения. Упражнения с обручами. Упражнения у опоры. Танец «Давай танцуй».	
21	Строевые упражнения. Позиции ног и рук. Танец «Давай танцуй».	
22	Построения по кругу и движения в парах. Ходьба с хлопками.	
23	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Ходьба с хлопками через счёт.	
24	Строевые упражнения. Упражнения без предмета. Хореографические упражнения.	
25	Построение в шеренгу, повороты на месте. Ходьба с хлопками.	
26	Строевые упражнения. Хлопки и притопы под счёт.	
	IVчетверть	
27	Построение в колонну по два. Упражнения со скакалкой.	
28	Строевые упражнения. Ходьба с заданием. Упражнения со скакалкой.	
29	Построение в круг. Ходьба по кругу широким шагом. Упражнения со скакалкой.	
30	Строевые упражнения. Размыкание по ориентирам. Галоп тройками.	
31	Строевые упражнения. Ходьба с заданием. Галоп тройками.	
32	Строевые упражнения. Ходьба с хлопками через счёт. Галоп тройками.	
33	Строевые упражнения. Ходьба по музыку с переходом на галоп. Хореографические упражнения.	
34	Промежуточная аттестация	

4 класс.

№	Наименование разделов и тем	Всего
	Iчетверть	
1	Приветствие. Повороты. "Деми плие с релеве" на середине. Шаг «Ча-ча-ча»	
2	Построение. Повороты на месте." Батман тандю" Танцевальный шаг «Ча-ча-ча».	
3	Построение в шеренгу. Простой и каблучный батман тандю. Пор-де-бра у опоры. Шаг «Ча-ча-ча».	
4	Строевые упражнения. Танцевальные шаги. Подготовка к гранд батман у опоры.	
5	Построение в шеренгу. Пружинящий шаг. Гранд батман у опоры.	
6	Строевые упражнения. Танцевальные шаги. Прыжки по IиII позиции.	
7	Строевые упражнения. Ходьба с заданием на внимание. Хореографические упражнения.	
8	Строевые упражнения. Бег с заданием. Танцевальные шаги. Упражнения с обручем.	
	II четверть	
9	Строевые упражнения. Построение в круг. Танцевальные шаги. Упражнения с обручем.	

10	Перестроение из одной шеренги в несколько. Танцевальные шаги. Упражнения с обручем.	
11	Строевые упражнения. Ходьба и бег с заданием. Упражнения с обручем	
12	Построение в шеренгу. Танец «Ча-ча-ча».	
13	Строевые упражнения. Ходьба и бег с заданием. Танец «Ча-ча-ча». Хореографические упражнения.	
14	Строевые упражнения. Танцевальные шаги. Танец «Ча-ча-ча».	
15	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Ходьба с хлопками. Танец «Ча-ча-ча». Хореографические упражнения.	
16	Построение в шеренгу. Повороты на месте. Хореографические упражнения.	
	Шчетверть	
17	Основные движения танца «Самбо».	
18	Танцевальные шаги. Танец «Самбо».	
19	Перестроения в ходьбе и беге. Хореографические упражнения. Танец «Самбо».	
20	Строевые упражнения. Танцевальные шаги.	
21	Строевые упражнения, перестроения, размыкания. Танцевальные шаги.	
22	Упражнения с флажками. Хореографические упражнения.	
23	Ходьба с хлопками. Упражнения с флажками.	
24	Танцевальные шаги в колоннах. Упражнения с флажками.	
25	Ходьба с переходом на бег. Хореографические упражнения для рук.	
26	Перестроение в 2-3 колонны. Танцевальные шаги.	
	IVчетверть	
27	Танцевальные шаги на месте и в движении. Упражнения без предметов	
28	Хореографические упражнения для рук и ног.	
29	Упражнения без предметов. Хореографические упражнения.	
30	Танцевальные шаги в движении. Упражнение с лентой.	
31	Упражнение с лентой. Хореографические упражнения для рук.	
32	Упражнение с лентой. Хореографические упражнения.	
33	Упражнения с флажками. Танец с флажками.	
34	Промежуточная аттестация	

VII. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение для обучающихся 1(дополнительного) класса, 1-4 класса не предусмотрено в связи с отсутствием учебников и рабочих тетрадей в Федеральном перечне учебников.

Помещение для проведения коррекционных занятий: спортивный зал.

Спортивный инвентарь: зеркала; гимнастические скамейки, веревочные и резиновые скакалки, мячи разных размеров, различного диаметра, гимнастические палки, ленты, обручи, флажки, конусы, разметчики.

Технические средства: магнитофон.

Простые детские музыкальные инструменты.

VIII. Оценка достижений планируемых результатов.

В 1 (), 1-4 классах обучение проводится без оценок. Учитель использует словесное оценивание: «молодец», «хорошо», «старайся» стимулирует обучающихся к деятельности с помощью поощрительных жетонов, картинок. Допускается отметка в виде изображений и фигурок, нарисованных или вклеенных учителем на страницах в рабочих тетрадях.

Этапы мониторинга:

1. Стартовая диагностика: проводится в начале учебного года, для выявления уровня актуального развития ребёнка, его потенциальные возможности.
2. Текущая диагностика: проводится в середине учебного года, позволяет оценить эффективность применяемых методов и приёмов содержания коррекционно-развивающей работы, наблюдать динамику развития ребёнка.
3. Итоговая диагностика: проводится в конце учебного года, определяет характер динамики развития и позволяет составить дальнейший образовательный маршрут ребёнка или класса.

Система оценки достижения планируемых результатов.

Оценка достижений предметных результатов по практической составляющей производится путем фиксации фактической способности к выполнению учебного действия, обозначенного в качестве возможного предметного результата по следующей шкале:

0 – не выполняет, помощь не принимает

1 – выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом

2 – выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу

3 – выполняет самостоятельно по словесной инструкции (вербальной или невербальной).

4 – выполняет действие самостоятельно по вербальному заданию.

Оценка достижений предметных результатов производится 3 раза в год (в начале, в середине и в конце учебного года).

На основании сравнения показателей учитель делает вывод о динамике усвоения АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по следующей шкале:

0 – отсутствие динамики или регресс (критический уровень).

1 – минимальная динамика (низкий уровень).

2 – средняя динамика (средний уровень).

3 – значительная динамика (высокий уровень).

Отметка выставляется по двухуровневому принципу: «зачтено», «не зачтено». Отметке «зачтено» соответствует шкальная оценка от 1 до 3. Отметке «не зачтено» соответствует шкальная оценка 0.

Оценка базовых учебных действий:

Для оценки сформированности каждого действия используется следующая система оценки:

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

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

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

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

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

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации.

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

При оценке итоговых результатов освоения программы по ритмике должны учитываться психологические возможности младшего школьника, нервно-психические проблемы, возникающие в процессе контроля, ситуативность эмоциональных реакций ребенка..