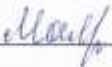


Комитет администрации Усть-Калманского района по образованию  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Новобурановская средняя общеобразовательная школа»  
Усть-Калманского района Алтайского края

РАССМОТРЕНО

Руководитель  
методСовета

  
Малыгина Н.Н.  
Протокол №9 от 26.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

  
Сорокина Н.П.  
от 28.08.2024г.  
Приказ №104  


**Адаптированная рабочая программа  
коррекционного курса «Ритмика»  
5-9 классы**

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Гордяскина Г.А., учитель физической культуры

с. Новобураново, 2024 год

## **Пояснительная записка**

Программа коррекционного курса «Ритмика» разработана на основе ФАООП УО (вариант 1 для обучающихся с легкой умственной отсталостью), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 года № 1026, соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа составлена с учетом особенностей познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью, характеристики детей обучающихся в данных классах.

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

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

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих **задач**:

- развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);
- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

В программе обозначены два уровня умений: минимальный и достаточный.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

Коррекционный курс «Ритмика» изучается с 5 по 9 класс по 1 часу в неделю. Распределение по годам 5-9 класс по 34 часа в год. Итого 170 часов.

### **Формы, методы, средства оценки образовательных результатов обучающихся**

**Методы ведения учебных занятий курса** могут быть следующими:

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

### **Содержание коррекционного курса**

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

## Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц, упражнения с детскими музыкальными инструментами);
- игры под музыку
- танцевальные упражнения

**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 ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полу пальцы. 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 рукотдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. **Упражнение на расслабление мышц.** Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). **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. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

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

**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.

| Тема<br>(тематические<br>блоки/модули)    | Основное содержание                                    | Основные виды деятельности                             |  |
|---|--|--|--|
|   |  | Предлагаются всем<br>обучающимся                       | Предлагаются<br>дифференцированно по<br>микрогруппам |
| Упражнения на ориентировку в пространстве | Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким | Самостоятельно занимают правильное исходное положение. | Маршируют по кругу с остановкой по музыке.           |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>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.</p>  | <p>Выполняют ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняют перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируются в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. Выполняют простые шаги, шаги на носках. Сочетают движения с хлопками. Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений.</p>  | <p>Выполняют шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга. Выполняют одноименные и разноименные движения руками и ногами. Бегают по кругу, ногу отбросив назад. Изменяют направление и формы ходьбы. Поднимают руки вверх, вытягивают весь корпус - выполняют стойку на полу- пальцах, быстрым движением садятся на корточки.</p>   |
| <p>Ритмико – гимнастические упражнения</p> | <p><i>Общеразвивающие упражнения.</i><br/>Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полу пальцы. Упражнения на выработку осанки.</p> | <p>Выполняют по показу учителя упражнения для развития переключаемости движений. Выполняют во время ходьбы и бега несложных задания с предметами: оббегают их, собирают, передают, переключают с места на место. Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку (на доступном уровне). Выполняют по показу учителя упражнения для развития тактильно-кинестетической способности рук. Выполняют по показу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма. Наклоняют, поворачивают голову. Выполняют ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями. Выполняют наклоны, повороты, круговые движения головы, движения рук в разных направлениях, повороты туловища, выбрасывание рук вперед, в</p> | <p>Двигают руками в разных направлениях; наклоняют, поворачивают туловище вправо, влево. Выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд. Выполняют по сигналу учителя построения и перестроения под музыку с соблюдением заданного ритма. Выполняют основные движения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них под музыку. Соблюдают темп движений, обращая внимание на музыку. Воспроизводят (и обучают слабых учеников) упражнения на выработку осанки. Выполняют повороты туловища с передачей предмета, опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Перестраиваются из колонны в одну и две</p> |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
|   |  | <p>стороны, вверх из положения руки к плечам. Разводят руки в стороны, раскачивают ими перед собой. Бросают, подбрасывают, ловят, катают, передают, перекачивают мяч.</p>   | <p>шеренги самостоятельно. Выполняют двигательные упражнения по нарастающей и наоборот. Ведут подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.</p> |
| <p><i>Упражнения на координацию движений.</i><br/>Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз).<br/>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.<br/>Изучение позиций рук: смена позиций рукотдельно каждой и обеими одновременно; проводить движение руки головой, взглядом.<br/>Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.</p> | <p>Двигаются в соответствии с разнообразным характером музыки, различают в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передают в движении ритмический рисунок. Выполняют упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами.<br/>Выполняют наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).<br/>Выставляют правую и левую ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение.<br/>Учатся различать начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.<br/>Учатся правильно маршировать, отрабатывает повороты на месте.</p> | <p>Выполняют круговые движения: наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения, наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени, наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс.<br/>Выполняет повороты на месте и в движении.<br/>Соединяют пальцы в разных позициях.<br/>По команде выполняют повороты различного характера.<br/>Самостоятельно ускоряют и замедляют темп движений.<br/>Самостоятельно определяют нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.</p> |  |
| <p><i>Упражнение на расслабление мышц.</i><br/>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</p>  | <p>Переносят тяжесть тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.<br/>Выпрямляют руки в суставах и напрягает все мышцы от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабляет напряжение.<br/>Выполняют пальчиковую гимнастику с помощью учителя.<br/>Учатся правильно дышать, выполняют гимнастические упражнения при помощи</p>   | <p>Выполняют поклон-приветствие, прохлопывают простые ритмические рисунки, учатся различать мелодии по темпу и ритму.<br/>Выполняют пальчиковую гимнастику самостоятельно.<br/>Слушают изменения звучания музыки и передают их изменением движения.</p>   |  |

|                        |   |  |  |
|------------------------|---|--|--|
|                        | <p>пальцев); подтягивая 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).</p>   | <p>учителя.</p>  | <p>Учатся правильно дышать, выполняют гимнастические упражнения. Учатся расслаблять мышцы после нагрузки (стретчинг).</p>  |
|                        | <p><i>Упражнения с музыкальными инструментами.</i><br/>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. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.</p> | <p>Выполняют движения в соответствии с разнообразным характером музыки и динамикой (громко, тихо). Знают названия новых элементов танца и танцевальных шагов. Различают и называют музыкальные инструменты. Выполняют мелкие движения пальцами рук. Отстукивают простые ритмические рисунки на барабане и ложках. Повторяют термины: громко - тихо, высоко - низко, характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный), темп музыки (быстро, медленно, умеренно). Выполняют ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики.</p> | <p>Оперировать понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон). Выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне. Ритмично и четко выполняют гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на <math>\frac{3}{4}</math> и при чередовании размеров в произведении. Протопывают ритмический рисунок прозвучавшей мелодии. Закрепляют умение различать характер музыки (бодрый, веселый, печальный, грустный); темп музыки и движения (быстро, медленно, умеренно). Сочетают хлопки и притопы, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).</p> |
| <p>Игры под музыку</p> | <p>Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.</p>  | <p>Отмечают в движении музыкальные фразы, несложный ритмический рисунок. Иметь понятия о трёх основных понятиях (жанрах) музыки: марш-песня-танец. Двигаются в соответствии с музыкальными образами. Исполняют движения в характере музыки - четко, сильно, медленно, плавно; Распознают характер</p>  | <p>Отмечают в движении ритмический рисунок, акцент, слышат и самостоятельно меняют движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Умеют правильно пройти в такт музыке, сохраняя красивую осанку, легкий шаг с носка. Имеют понятия об основных танцевальных</p>   |

|                         |   |  |  |
|-------------------------|---|--|--|
|                         | <p>Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка музыкальных сказок, песен.</p>  | <p>танцевальной музыки. договариваться и приходиться к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Передают притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке. Передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека) на доступном уровне. Исполняют игры с пением и речевым сопровождением. Выполняют имитационные игры, движения. Играют с предметами под музыку.</p>  | <p>жанрах: полька, вальс, пляска, хоровод, диско. Формулируют собственное мнение и позицию в игре. Выразительно двигаются в соответствии с музыкальными образами. Выразительно и эмоционально передают в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Знают темповые обозначения, слышат темпы применительно к движениям. Чувствуют характер музыки и передают его с концом музыкального произведения; умеют тактировать руками размеры 2/4, 3/4, 4/4.</p>   |
| Танцевальные упражнения | <p>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.</p> | <p>Изучают базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Закрепляют названия простых танцевальных шагов и умение их выполнять. Исполняют основные упражнения на середине зала. Имеют представления о народных танцах. Различают основные характерные движения некоторых народных танцев. Выполняют элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняют притопы одной ногой и поочередно, выставляют ногу с носка на пятку. Учатся «исполнять» танцы:</p> | <p>Анализируют музыку разученных танцев. Применяют позиции ног и рук классического танца, народно-сценического танца. Отмечают в движении сильную долю такта. Исполняют движения пружинно, плавно, спокойно, с размахом, применяя известные элементы движений и танца. Исполняют основные движения русского танца: хороводный шаг, переменный ход (виды) — вращения на месте и в движении, дробь простые, синкопированные, ключ, веревочка, присядки простые, с хлопушкой, на полном приседе и с прыжком. Исполняют танцевальные движения: танцевальный шаг, переменный шаг, боковой шаг, галоп,</p> |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | <p>выход, настроение, подача. Приседают с опорой и без опоры, с предметами. Выполняют сильные поскоки, боковой галоп, приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку. Выстраиваются по команде (сигнальной карте) в круг, диагональ, колонну.</p> | <p>подскоки, припадания, шаг с притопом, па польки, элементы русского танца (основные движения, ходы): ковьярочка, моталочка, молоточек, маятник. Четко, организованно перестраиваются, быстро реагируют на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски.</p> |
|--|--|---|--|

### Планируемые личностные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика»

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину посредством народных музыкальных произведений;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 5) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 6) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 7) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 9) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 10) формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- 11) формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
- 12) оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо);
- 13) развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств средствами ритмики;
- 14) реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку;
- 15) формирование позитивной самооценки своих музыкально - творческих возможностей.

### Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 5 классе:

| Минимальный уровень:  | Достаточный уровень:   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– иметь представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</li> <li>– знать основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;</li> <li>– уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;</li> </ul> |



|   |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</li> <li>– различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</li> <li>– отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</li> <li>– различать основные характерные движения некоторых народных танцев.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;</li> <li>– уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.</li> <li>– развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;</li> <li>– повторять любой ритм, заданный учителем.</li> </ul> |
|---|---|

**Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 6 классе:**

| Минимальный уровень:   | Достаточный уровень:   |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;</li> <li>– организованно строиться (быстро, точно);</li> <li>– сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</li> <li>– самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</li> <li>– соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</li> <li>– легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;</li> <li>– ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– уметь рассчитывать на первый, второй;</li> <li>– соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;</li> <li>– самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</li> <li>– ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</li> <li>– передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;</li> <li>– самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;</li> <li>– повторять любой ритм, заданный учителем;</li> <li>– задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).</li> </ul> |

**Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 7 классе:**

| Минимальный уровень:  | Достаточный уровень:   |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– уметь рассчитывать на первый, второй, третий;</li> <li>– соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</li> <li>– самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</li> <li>– передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки:</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</li> <li>– четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</li> <li>– отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;</li> <li>– четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ</li> </ul> |

|  |   |
|--|---|
| напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;<br>– передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;<br>– уметь определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.<br>– повторять любой ритм, заданный учителем;<br>– задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами). | музыки, даже во время веселой, задорной пляски;<br>– владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;<br>– различать основные характерные движения некоторых народных танцев.<br>– передавать хлопками ритмический рисунок мелодии. |
|--|---|

**Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 8 классе:**

| Минимальный уровень:   | Достаточный уровень:  |
|--|---|
| – уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;<br>– различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;<br>– отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;<br>– различать основные характерные движения некоторых народных танцев;<br>– выполнять ритмические комбинации движений на уровне возможностей обучающихся; понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка). | – знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;<br>– уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;<br>– знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;<br>– знать правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;<br>– самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;<br>– уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах. |

**Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 9 классе:**

| Минимальный уровень:  | Достаточный уровень:   |
|---|--|
| – уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;<br>– различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;<br>– знать основные строевые команды;<br>– делать подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;<br>– отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей | – выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне;<br>– подача и выполнение строевых команд, ведение подсчета при выполнении общеразвивающих упражнений;<br>– знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;<br>– уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;<br>– знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций; |

|   |  |
|---|--|
| <p>музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <p>– различать основные характерные движения некоторых народных танцев;</p> <p>– выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд.</p> | <p>– соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</p> <p>– задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения;</p> <p>– ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p> <p>– передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.</p> |
|---|--|

### Календарно тематическое планирование, 5 класс

| № п/п | Тема   | Кол-во часов | Дата |
|-------|--|--------------|------|
| 1     | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.                  | 1            |      |
| 2     | Основные танцевальные правила. Приветствие (поклон). Понятие темпа и ритма. Понятие «музыкальная фраза», «длительность». | 1            |      |
| 3     | Музыкальные жанры: песня, танец, марш. Упражнения для развития активной гибкости.  | 1            |      |
| 4     | Паузы в движении. Маршевая и танцевальная музыка.  | 1            |      |
| 5     | Разучивание разминки. Знакомство с построением в линию, колонну, круг.   | 1            |      |
| 6     | Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение из одной колонны в два ряда.                                     | 1            |      |
| 7     | Ритмико-гимнастические упражнения (хлопки, выстукивание, притопы)  | 1            |      |
| 8     | Понятие о правой, левой руке, правой левой стороне. Повороты и наклоны корпуса.  | 1            |      |
| 9     | Фигуры в танце. Квадрат, круг, линия, змейка.  | 1            |      |
| 10    | Танцевальные шаги (с носка, с подъёмом ноги, согнутой в колене.)   | 1            |      |
| 11    | Танцевальные шаги (на месте и в продвижении, со сменой положения рук.)   | 1            |      |
| 12    | Танцевальные шаги (шаг-пружинка, шаг с подскоком, приставной шаг)  | 1            |      |
| 13    | Общеразвивающие упражнения. Ритмические композиции.  | 1            |      |
| 14    | Поза исполнителя. Повороты на месте, в движении, наклоны   | 1            |      |
| 15    | Позиции ног. Понятие о рабочей и опорной ноге.   | 1            |      |
| 16    | Танцевальные игры для развития музыкальности и слуха.  | 1            |      |
| 17    | Прямые позиции ног, рук. Основные правила.   | 1            |      |
| 18    | Упражнения на координацию движений. Ходьба скоординацией рук, ног.   | 1            |      |
| 19    | Знакомство с групповым танцем. Основные правила.   | 1            |      |
| 20    | Игры под музыку. Ритмическая комбинация: шаги на месте, с остановкой на каблук.  | 1            |      |
| 21    | Ходьба с остановкой на пятках, на носках.  | 1            |      |
| 22    | Ходьба с высоким подниманием колен и легкий бег.   | 1            |      |
| 23    | Ходьба с ускорением и замедлением темпа.   | 1            |      |
| 24    | Ходьба с движением рук. Бег на носках мелкими шагами, с хлопками.  | 1            |      |
| 25    | Повороты с продвижением. Повороты на месте.  | 1            |      |
| 26    | Смена ритма и скорости движения. «Музыкальные змейки». Движения по линии танца.  | 1            |      |
| 27    | Общеразвивающие упражнения с предметами (мяч)  | 1            |      |
| 28    | Комплекс упражнений на формирование правильной осанки.   | 1            |      |
| 29    | Диско-танец. Танец-импровизация.   | 1            |      |
| 30    | Упражнения на ориентировку в пространстве: перестроение в круг из шеренги, цепочки.                                      | 1            |      |
| 31    | Игры под музыку. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка                                  | 1            |      |
| 32    | Танцевальные упражнения. Составление несложных танцевальных композиций.  | 1            |      |
| 33    | Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.   | 1            |      |
|       | Резервное время  | 1            |      |
|       | Итого  | 34           |      |

### Календарно тематическое планирование, 6 класс

| №<br>п/п | Тема   | Кол-во<br>часов | дата         |
|----------|--|-----------------|--------------|
| 1        | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Исходное положение. Виды ходьбы | 1               | 1/09         |
| 2        | Движения с предметами во время ходьбы  | 1               | <b>8/09</b>  |
| 3        | Ориентировка в направлении вперед-назад, направо-налево                                  | 1               | <b>15/09</b> |
| 4        | Направление движения в круг, из круга  | 1               | <b>22/09</b> |
| 5        | Наклоны. Повороты.   | 1               | <b>29/09</b> |
| 6        | Движения рук в разных направлениях   | 1               | <b>6/10</b>  |
| 7        | Приседание с опорой, без опоры. Приседание с предметами                                  | 1               | <b>13/10</b> |
| 8        | Движение стопы   | 1               | <b>20/10</b> |
| 9        | Одновременные движения рук   | 1               | <b>27/10</b> |
| 10       | Одновременные движения рук и ног   | 1               |              |
| 11       | Смена позиций рук одновременно и отдельно каждойрукой                                    | 1               |              |
| 12       | Протопывание ритмических рисунков  | 1               |              |
| 13       | Круговые движения рук  | 1               |              |
| 14       | Перенос тяжести тела с одной ноги на другую  | 1               |              |
| 15       | Перенос тяжести тела с пяток на носки и обратно  | 1               |              |
| 16       | Упражнения для пальцев рук   | 1               |              |
| 17       | Выделение сильной доли   | 1               |              |
| 18       | Прохлопывание ритмических рисунков с проговариванием стихов                              | 1               |              |
| 19       | Игры с речевым сопровождением  | 1               |              |
| 20       | Изменение формы и направления ходьбы и бега  | 1               |              |
| 21       | Игры с пением  | 1               |              |
| 22       | Бодрый шаг. Топающий шаг   | 1               |              |
| 23       | Легкий бег. Прямой галоп   | 1               |              |
| 24       | Выставление ноги с носка на пятку  | 1               |              |
| 25       | Элементы русской народной пляски   | 1               |              |
| 26       | Движения в парах   | 1               |              |
| 27       | Простой хороводный шаг   | 1               |              |
| 28       | Игры с пением и речевым сопровождением.  | 1               |              |
| 29       | Разучивание и придумывание новых вариантов игр   | 1               |              |
| 30       | Притопы одной ногой и поочередно   | 1               |              |
| 31       | Переменные притопы.  | 1               |              |
| 32       | Музыкальные игры.  | 1               |              |
| 33       | Отработка танцевальных движений.   | 1               |              |
|          | Резервное время  | 1               |              |
|          | Итого  | 34              |              |

### Календарно тематическое планирование, 7 класс

| №<br>п/п | Тема   | Кол-во<br>часов | дата |
|----------|--|-----------------|------|
| 1        | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Ходьба с чередованием (приседанием).                                    | 1               |      |
| 2        | Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два.   | 1               |      |
| 3        | Перестроение из общего круга в кружочки по два, три человека и обратно в общий круг.   | 1               |      |
| 4        | Выполнение движений с предметами, более сложных. Общеразвивающие упражнения.   | 1               |      |
| 5        | Ритмико-гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения.   | 1               |      |
| 6        | Наклоны, повороты и круговые движения головы.  | 1               |      |
| 7        | Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук.                                 | 1               |      |
| 8        | Неторопливое приседание с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение.                 | 1               |      |
| 9        | Поднимание на носках и полуприседание.   | 1               |      |
| 10       | Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону.  | 1               |      |
| 11       | Упражнения на выработку осанки.  | 1               |      |
| 12       | Упражнения на координацию движений.  | 1               |      |
| 13       | Круговые движения ногами в сочетании с круговыми движениями правой руки.   | 1               |      |
| 14       | Упражнения на сложную координацию движений с предметами.   | 1               |      |
| 15       | Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением. | 1               |      |
| 16       | Самостоятельное составление простых ритмических рисунков.  | 1               |      |
| 17       | Протопывание заданного ритма. Упражнения на расслабление мышц.   | 1               |      |
| 18       | Упражнения для рук.  | 1               |      |
| 19       | Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.   | 1               |      |
| 20       | Упражнения для ног   | 1               |      |
| 21       | Игры под музыку.   | 1               |      |
| 22       | Динамическое нарастание в музыке, сильная доля такта.  | 1               |      |
| 23       | Понятие быстрый и медленный темп.  | 1               |      |
| 24       | Пружинистые и плавные движения   | 1               |      |
| 25       | Упражнения в передаче игровых образов.   | 1               |      |
| 26       | Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа.  | 1               |      |
| 27       | Действия с воображаемыми предметами. Игры.   | 1               |      |
| 28       | Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.  | 1               |      |
| 29       | Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца.   | 1               |      |
| 30       | Шаг на носках. Широкий, высокий бег.   | 1               |      |
| 31       | Поскоки, галоп.  | 1               |      |
| 32       | Гимнастика. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки.  | 1               |      |
| 33       | Отработка танцевальных движений.   | 1               |      |
|          | Резервное время  | 1               |      |
|          | Итого  | 34              |      |

### Календарно тематическое планирование, 8 класс

| № п/п | Тема   | Кол-во часов | дата |
|-------|--|--------------|------|
| 1     | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке. Правильное исходноеположение.   | 1            |      |
| 2     | Ходьба и бег.  | 1            |      |
| 3     | Перестроение в круг из шеренги без музыки.   | 1            |      |
| 4     | Построения в шеренгу, круг.  | 1            |      |
| 5     | Выполнение во время ходьбы несложных заданий спредметами.  | 1            |      |
| 6     | Выполнение под музыку общеразвивающихупражнений:   | 1            |      |
| 7     | Построение в колонну, в колонну по два, перестроения в круг из шеренги и обратно.  | 1            |      |
| 8     | Построения в шеренгу, круг, пары. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную в соответствии с изменением звучания музыки.  | 1            |      |
| 9     | Передача ритмических рисунков.   | 1            |      |
| 10    | Прохлопывание сильной и слабой долей взнакомых музыкальных произведениях.  | 1            |      |
| 11    | Музыкальные, танцевальные темпы.   | 1            |      |
| 12    | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий. Неторопливый танцевальный бег.   | 1            |      |
| 13    | Музыкальные, танцевальные темпы.Ритмические игры   | 1            |      |
| 14    | Ходьба и бег с высоким подниманием колен подмузыку. Марш. Движение на $\frac{3}{4}$  | 1            |      |
| 15    | Движения под музыку на $\frac{2}{4}$ , $\frac{4}{4}$ и $\frac{3}{4}$ . Начало и окончание движения одновременно с началом и окончанием музыкальной фразы.  | 1            |      |
| 16    | Перестроение в круг из шеренги, цепочки - в соответствии с изменением звучания музыки.   | 1            |      |
| 17    | Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную в соответствии с изменением звучания музыки. | 1            |      |
| 18    | Выполнение во время ходьбы несложныхзаданий с предметами.  | 1            |      |
| 19    | Передача ритмических рисунков.   | 1            |      |
| 20    | Музыкальные, танцевальные темпы.   | 1            |      |
| 21    | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий,пружинящий шаг.   | 1            |      |
| 22    | Неторопливый танцевальный бег,стремительный бег.   | 1            |      |
| 23    | Современные музыкальные, танцевальные темпы.   | 1            |      |
| 24    | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельноеосоставление ритмических рисунков.   | 1            |      |
| 25    | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков ипритопов с предметами.   | 1            |      |
| 26    | Музыкальные, танцевальные темпы.Элементы народного танца.  | 1            |      |
| 27    | Разучивание текстов песен и движений танцев.   | 1            |      |
| 28    | Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.   | 1            |      |
| 29    | Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.   | 1            |      |
| 30    | Танцевальные упражнения. Элементы народныхтанцев   | 1            |      |
| 31    | Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.  | 1            |      |
| 32    | Игры под музыку. Игры с пением, речевымсопровождением.   | 1            |      |
| 33    | Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением.  | 1            |      |
|       | Резервное время  | 1            |      |
|       | Итого  | 34           |      |

### Календарно тематическое планирование, 9 класс

| №<br>п/п | Тема  | Кол-во<br>часов | дата |
|----------|---|-----------------|------|
| 1        | Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке.<br>Дыхательные и релаксирующие упражнения.                     | 1               |      |
| 2        | Упражнения с мячом.   | 1               |      |
| 3        | Музыкально-ритмические движения.  | 1               |      |
| 4        | Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них. | 1               |      |
| 5        | Ритмико-гимнастические упражнения.  | 1               |      |
| 6        | Релаксирующие упражнения.   | 1               |      |
| 7        | Подвижные игры с музыкальным сопровождением.  | 1               |      |
| 8        | Ритмические упражнения.   | 1               |      |
| 9        | Упражнения на координацию движений.   | 1               |      |
| 10       | Танцевальные элементы.  | 1               |      |
| 11       | Подготовительные упражнения к танцам  | 1               |      |
| 12       | Упражнения ритмической гимнастики.  | 1               |      |
| 13       | Инсценировка музыкальных сказок, песен.   | 1               |      |
| 14       | Специальные ритмические упражнения.<br>Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.       | 1               |      |
| 15       | Ритмический рисунок.  | 1               |      |
| 16       | Упражнение на связь движений с музыкой.   | 1               |      |
| 17       | Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.  | 1               |      |
| 18       | Подготовительные упражнения к танцам.   | 1               |      |
| 19       | Прохлопывание ритма песен.  | 1               |      |
| 20       | Дыхательные и релаксирующие упражнения.   | 1               |      |
| 21       | Упражнения на координацию движений.   | 1               |      |
| 22       | Марш по периметру зала, отработка поворотов.  | 1               |      |
| 23       | Передача характера музыки в движении.   | 1               |      |
| 24       | Движения в парах.   | 1               |      |
| 25       | Комплекс танцевальных упражнений.   | 1               |      |
| 26       | Восприятие упражнений на слух.  | 1               |      |
| 27       | Упражнения для сохранения и поддержания правильной осанки с предметом на голове.  | 1               |      |
| 28       | Ходьба и бег в темпе музыки.  | 1               |      |
| 29       | Сочетание ритмических рисунков на ходьбе ихлопках.  | 1               |      |
| 30       | Работа стопы, подъемы и снижения на шагах.  | 1               |      |
| 31       | Согласование поворотов головы с движениями рук, ног, корпуса.   | 1               |      |
| 32       | Игры под музыку   | 1               |      |
| 33       | Элементы сценической выразительности в танце.   | 1               |      |
|          | Резервное время   | 1               |      |
|          | Итого   | 34              |      |



## **Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности**

### **Технические средства:**

- персональный компьютер (ноутбук)магнитофон;
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры)

### **Учебно-практическое оборудование:**

- раздаточный дидактический материалкомпьютерные презентации; видеофрагменты;
- обучающие фильмы;
- резиновые мячи для развития координации;гимнастические палки;
- скакалки;
- атрибуты для танцев;
- музыкальные инструменты (бубны, ложки, маракасы, ксилофон и другие)