

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
казенное образовательное учреждение Республики Калмыкия
«Лаганская коррекционная школа-интернат»

«Согласовано»

Зам.директора по УВР
Очкаева Очкаева С.А.

«Утверждено»
Приказом от «09» 09 2024 года
Директор КОУРК «ЛКШИ»
Харкебе Харкебецов А.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной работы

«Ритмика»

1-4 классы

2024-2025 учебный год

«Рассмотрено»
на методическом объединении
Протокол № 1 от «23» 08 2024 года
Разиева Разиева И.А. рук.МО

Составитель: Разиева И.А.
учитель,
I квалификационная категория.

г. Лагань, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по курсу «Ритмика» для 1-4 классов разработана в соответствии:

1. Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»: С.2,п.9, С.47,48;
2. Приказ № 1599 от 14 декабря 2014 года «Об утверждении федерального образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- П.2.8: программы отдельных, учебных предметов, курсов коррекционно-развивающей области – компонент содержательного раздела АООП;
- П.2.9.5: программы отдельных учебных предметов, курсов должны обеспечивать достижения планируемых результатов освоения АООП.
3. АООП ОУ, утвержденная приказом от 26.08.2024 года № 76
4. Учебный план для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом от 27.08.2024 года № 78
5. Положение о рабочей программе ОУ.

Под внеурочной деятельностью понимается образовательная деятельность, направленная на достижения результатов освоения основной образовательной программы и осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной. Внеурочная деятельность объединяет все кроме учебной виды деятельности обучающихся, в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического, физического развития детей с нарушением интеллекта средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ритмика, как одно из звеньев образовательного процесса в области физической культуры дает возможность формировать у учащихся универсальные учебные действия (УУД): личностные, метапредметные и предметные.

На занятиях применяются современные подходы к преподаванию предмета (здоровьесберегающий, спортизированный, образовательный, развивающий).

Умственная отсталость обучающихся связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). Общим признаком у всех обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального компонента государственного образовательного стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

Задачи:

- развивать у обучающихся чувство ритма и двигательных способностей;
- учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно точно;
- формировать танцевальные движения;
- содействовать развитию у обучающихся музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений;
- способствовать повышению общей культуры обучающихся.

Программа содержит разделы:

1. Пояснительная записка;
2. Планируемые результаты внеурочной работы;
3. Содержание программы по разделам;
4. Тематический план;
5. Список литературы.

Курс «Ритмика» изучается в 1-4 классах из расчета 1 час в неделю, 33 часа в 1 классе, 34 часа во 2-4 классах в год. Специфические средства воздействия, свойственные ритмике, способствуют общему развитию обучающихся с ОВЗ, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность обучающихся. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, обучающиеся приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо общаться друг с другом.

Внеурочная деятельность по ритмике строится по следующим направлениям:

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

Сроки реализации программы:

1 сентября 2024 года – 31 мая 2025 года.

В каждом разделе изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть обучающиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

Раздел «Упражнения на ориентировку в пространстве»

Содержание этого раздела составляют упражнения, помогающие обучающимся ориентироваться в пространстве.

Правильное исходное положение.

Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием правой ноги вперед и с оттягиванием носка.

Построение 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.

Раздел «Ритмико-гимнастические упражнения»

Основное содержание этого раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

Также в раздел входят задания на выработку координационных движений.

Основная цель данных упражнений – научить обучающихся согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Общеразвивающие упражнения.

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.

Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).

Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть предметы перед собой и сбоку).

Приседание 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 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, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

Упражнения на расслабление мышц

Подняв руки в сторону и слегка наклонившись вперед, по сигналу 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).

Раздел «Игры под музыку»

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить обучающихся создавать музыкально-двигательный образ.

После того как обучающиеся научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен, а в дальнейшем и хорошо известных сказок.

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 (легкий танцевальный бег сменяется стремительным спортивным; легкое подпрыгивание – тяжелым и т.д.).

Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах (повадки зверей и 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.

Раздел «Танцевальные упражнения»

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, обучающиеся знакомятся с их названиями, а также с основными движениями этих танцев.

Исполнение танцев разных народов приобщает обучающихся к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

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, подбочившись 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.

Раздел «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

Движение кистей рук в разных направлениях.

Поочередное 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 барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет с проговариванием стихов, попевок и без них.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ РАБОТЫ

В результате реализации программы внеурочной деятельности должно обеспечиваться достижение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями):

- воспитательных результатов — духовно-нравственных приобретений, которые обучающийся получил вследствие участия в той или иной деятельности (например, приобрёл, некое знание о себе и окружающих, опыт самостоятельного действия, любви к близким и уважения к окружающим, пережил и прочувствовал нечто как ценность);
- эффекта — последствия результата, того, к чему привело достижение результата (развитие обучающегося как личности, формирование его социальной компетентности, чувства патриотизма и т. д.).

Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трем уровням.

Первый уровень результатов — приобретение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) социальных знаний (о Родине, о ближайшем окружении и о себе, об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями (в основном и дополнительном образовании) как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, общеобразовательной организации, т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой обучающийся получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование социально приемлемых моделей поведения. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов за пределами общеобразовательной организации, в открытой общественной среде.

Достижение трех уровней результатов внеурочной деятельности увеличивает вероятность появления эффектов воспитания и социализации обучающихся. У обучающихся могут быть сформированы коммуникативная, этическая, социальная, гражданская компетентности и социокультурная идентичность.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постепенным, а сроки перехода могут варьироваться в зависимости от индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

По каждому из направлений внеурочной деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) могут быть достигнуты определенные воспитательные результаты.

Основные личностные результаты внеурочной деятельности:

- ценностное отношение и любовь к близким, к образовательному учреждению, своему селу, городу, народу, России;
- ценностное отношение к труду и творчеству, человеку труда, трудовым достижениям России и человечества, трудолюбие;
- осознание себя как члена общества, гражданина Российской Федерации, жителя конкретного региона;
- элементарные представления об эстетических и художественных ценностях отечественной культуры.
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов;

- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и профессиональной деятельности;
- готовность к реализации дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями;
- понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;
- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;
- развитие представлений об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;
- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; принятие и освоение различных социальных ролей;
- принятие и освоение различных социальных ролей, умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;
- владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
- способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, нормах социального взаимодействия;
- способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
- способность организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;
- мотивация к самореализации в социальном творчестве, познавательной и практической, общественно полезной деятельности.

1 класс

Уровни освоения программного материала	
Минимальный уровень	Достаточный уровень
- выполняет несложные движения вместе с педагогом; - не всегда находит место в строю; - не всегда держит дистанцию; - не соотносит свое положение по отношению к другим; - ребенок не ориентируется в пространстве; - не понимает инструкции педагога; - не успевает за темпом мелодии, ему требуется постоянная помощь.	- 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.

Уровни освоения программного материала	
Минимальный уровень	Достаточный уровень
- организовано строиться (быстро, точно); - сохранять правильную дистанцию в колонне парами; - самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; - легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения; - ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.	- представления о правильной осанке; видах стилизованной ходьбы под музыку; корригирующих упражнениях в постановке головы, плеч, позвоночного столба, положения тела (стоя, сидя, лёжа), упражнениях для укрепления мышечного корсета; - принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; - соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; - представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе занятий.

Уровни освоения программного материала	
Минимальный уровень	Достаточный уровень
- Рассчитываться на первый, второй для последующего построения в две колонны, шеренги с ориентирами; - Соблюдать правильную дистанцию в колонне при прохождении по кругу с помощью учителя; - Передавать хлопками ритмический рисунок мелодии одновременно с учителем; - Выполнять требуемые перемены направления и темпа движений параллельно с учителем; - Ощущать смену частей музыкального произведения самостоятельно и с помощью учителя. - Представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе занятий.	- Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги с ориентирами; - Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах с помощью учителя; - Передавать хлопками ритмический рисунок мелодии по показу учителя; - По сигналу учителя выполнять требуемые перемены направления и темпа движений; - Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость, менять темп движений, руководствуясь музыкой и по показу учителя; - Знать правила обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе занятий.

Уровни освоения программного материала	
Минимальный уровень	Достаточный уровень
- Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги без ориентиров; - Соблюдать правильную дистанцию в колонне при прохождении по кругу без помощи учителя; - Передавать хлопками ритмический рисунок мелодии по показу учителя; - По сигналу учителя выполнять требуемые перемены направления и темпа движений; - Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость, менять темп движений, руководствуясь музыкой и по показу учителя; - Знать правила обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе занятий.	- Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги без ориентиров; - Соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах без помощи учителя; - Повторять любой ритм, заданный учителем; - Ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями; - Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость, менять темп движений, руководствуясь музыкой; - Знать правила обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе занятий.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО РАЗДЕЛАМ

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов 1 кл.	Количество часов 2-4 кл.
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	6	6
2	Ритмико-гимнастические упражнения	6	6
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	8	8
4	Игры под музыку	8	9
5	Танцевальные упражнения	6	6

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 класс

№ п/ п	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж Т.Б. Части тела – общее понятие о ритмике. Упражнения под музыку: «Шагают девочки и мальчики», «Ходим-бегаем».	1
2-4	Правильное исходное положение. Ходьба на месте с поднятием колен. Упражнения: «По местам», «Ходим – бегаем». Разучивание игры «Солнышко и дождик».	3
5	Правильное исходное положение. Наклоны, выпрямление, повороты головы.	1
6-7	Правильное исходное положение. Круговые движения плечами, игра «Паровозики».	2
8-9	Правильное исходное положение. Ориентировка движений направо-налево. Упражнения под музыку: «Ходим-бегаем», «Боковой галоп», «Подскоки». Игра «Часики».	2
10-11	Итоговое повторение и закрепление в упражнениях и музыкальных играх	2
12-13	Упражнения для развития ритмического слуха. Знакомство с инструментами музыкально – шумового оркестра. Упражнение под музыку « Погремушка», «На диване».	2
14-15	Двигательно – слуховая координация. Упражнение «Веселые ножки», игра «Котик и мышки». Хоровод «В лесу родилась ёлочка».	2
16-17	Упражнение с правильным дыханием «На лошадке». Музыкальная игра «Передай мячик».	2
18	Игровые упражнения, музыкально – ритмическая деятельность в новогодних играх, плясках, песнях – хороводах.	1
19	Обобщающий урок. Произвольная музыкально – ритмическая деятельность	1
20-22	Ориентировка в пространстве – круг. Упражнение: «Ёжики», «Подскоки», «Хоровод». Танец «Утят». Игра «Солнышко и дождик», «Бабочки».	3
23	Ритмико – гимнастические упражнения на напряжение и	2

- 24	расслабление мышц. «Игры в снежки», «Пружинки и остановки», «Поднимание на полупальцы».	
25 - 26	Танцевальное упражнение «Подпрыгивай легко», игра «Котик и мышки».	2
27	Элементы танцев (галоп, хороводный шаг, притопы)	1
28 - 29	Общеукрепляющие упражнения. Музыкально – ритмический комплекс «Шарики». Игра «Дождик»	2
30	Подвижные музыкально – ритмические игры для психологической разгрузки. Игра «Где же наши ручки?», «Ты похлопай вместе с нами».	1
31	Мелодия: волнообразные движения. Работа с лентой в движении, групповая. Упражнение «Цветочек».	2
32	Мелодия: скачкообразное движение. Упражнения: «Играем с мячиком», «Весёлая ленточка». Игра «Бабочки».	2
33	Коррекционные музыкально – ритмические упражнения: «Погремушка», «На диване», «Хлопаем-шлепаем», «Мяч по кругу».	1

2 класс

№ п/ п	Тема	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж Т.Б. Упражнения на ориентировку в пространстве, совершенствование навыков ходьбы и бега. Упражнения: «Шагают девочки и мальчики», «Ходим-бегаем».	1
2	Ритмико-гимнастические упражнения Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Игра «Солнышко и дождик».	1
3	Упражнения с музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряжённое и свободное).	1
4	Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки. («Паровозики». «День – ночь»)	1
5	Танцевальные упражнения, элементы танцев. Упражнения под музыку: «Ходим-бегаем», «Боковой галоп», «Подскоки». Игра «Часики».	1
6	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.	1
7	Ритмико-гимнастические упражнения Свободное падение рук с исходного положения в стороны и перед собой. Музыкальная игра «На диване».	1
8	Упражнения с музыкальными инструментами Одновременное сгибание пальцев одной руки в кулак и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением.	1
9	Игры под музыку Выполнение движений в соответствии с разнообразными регистрами (высокий, средний, низкий).	1
10	Танцевальные упражнения Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг.	1
11	Упражнения на ориентировку в пространстве Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1
12	Ритмико-гимнастические упражнения Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени.	1
13	Упражнения с музыкальными инструментами Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
14	Игры под музыку	1

	Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.	
15	Танцевальные упражнения Несторопливый танцевальный бег, стремительный бег.	1
16	Ритмико-гимнастические упражнения Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен.	1
17	Упражнения на ориентировку в пространстве Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	1
18	Ритмико-гимнастические упражнения Перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки.	1
19	Мелодия: скачкообразное движение. Упражнения: «Играем с мячиком», «Весёлая ленточка». Игра «Бабочки».	1
20	Коррекционные музыкально – ритмические упражнения: «Погремушка», «На диване», «Хлопаем-шлепаем», «Мяч по кругу».	1
21	Танцевальные упражнения Прыжки с выбрасыванием ноги вперед.	1
22	Упражнения на ориентировку в пространстве Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.	1
23	Ритмико-гимнастические упражнения Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	1
24	Упражнения с музыкальными инструментами Отстукивание ритмических рисунков на барабанах двумя палочками одновременно и каждой отдельно с проговариванием стихов, попевок и без них.	1
25	Игры под музыку Выполнение имитационных упражнений и игр (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).	1
26	Танцевальные упражнения Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук.	1
27	Упражнения на ориентировку в пространстве Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1
28	Ритмико-гимнастические упражнения Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых	1

	ритмических рисунков.	
29	Упражнения с музыкальными инструментами Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук	1
30	Игры под музыку Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.	1
31	Танцевальные упражнения Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте.	1
32	Ритмико-гимнастические упражнения Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.	1
33	Танцевальные упражнения Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением.	1
34	Игры под музыку Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении.	1
35	Игры под музыку Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.	1

3 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Инструктаж по Т.Б. Вводный урок Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.	1
2	Ритмико-гимнастические упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	1
3	Упражнения с музыкальными инструментами Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание.	1
4	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.	1
5	Танцевальные упражнения Шаг на носках. Упражнения на расслабление мышц: «Ходим, ходим, стоп», «Цветочек».	1
6	Упражнения на ориентировку в пространстве Построение в колонны по три.	1
7	Ритмико-гимнастические упражнения Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч.	1
8	Упражнения с музыкальными инструментами Встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.	1
9	Игры под музыку Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Музыкальная игра «Подружились».	1
10	Танцевальные упражнения. Шаг полки.	1
11	Упражнения на ориентировку в пространстве Перестроение из одного круга в два.	1
12	Ритмико-гимнастические упражнения Разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки).	1
13	Упражнения с музыкальными инструментами Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	1
14	Игры под музыку Самостоятельное ускорение и замедление темпа	1

	разнообразных движений.	
15	Танцевальные упражнения Широкий, высокий бег.	1
16	Ритмико-гимнастические упражнения Повороты туловища в сочетании с наклонами.	1
17	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из одного круга в три отдельных маленьких круга. Подвижные музыкально – ритмические игры для психологической разгрузки «Погремушка», «На диване».	1
18	Ритмико-гимнастические упражнения. Повороты туловища в стороны с движениями рук.	1
19	Упражнения с музыкальными инструментами Исполнение гаммы на металлофоне в быстром темпе. Упражнения: «Боковой галоп», «Весёлая ленточка». Игра «Охотник и заяц»	1
20	Игры под музыку Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Игры «Котик и мыши» «Автобус».	1
21	Танцевальные упражнения Сильные поскоки, боковой галоп.	1
22	Упражнения на ориентировку в пространстве Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.	1
23	Ритмико-гимнастические упражнения. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги.	1
24	Упражнения с музыкальными инструментами Разучивание несложных мелодий.	1
25	Игры под музыку Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	1
26	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку.	1
27	Упражнения на ориентировку в пространстве Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.	1
28	Ритмико-гимнастические упражнения	1

	Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	
29	Упражнения с музыкальными инструментами Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	1
30	Игры под музыку Придумывание вариантов к играм и пляскам.	1
31	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1
32	Ритмико-гимнастические упражнения Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.	1
33	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.	1
34	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев.	1
35	Игры под музыку Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Повторение.	1

4 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Инструктаж по Т.Б. Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре	1
2	Ритмико-гимнастические упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	1
3	Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами. Упражнения с музыкальными инструментами. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание.	1
4	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.	1
5	Танцевальные упражнения Упражнения на различение элементов народных танцев.	1
6	Упражнения на ориентировку в пространстве Построение в шахматном порядке.	1
7	Ритмико-гимнастические упражнения Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч.	1
8	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание.	1
9	Игры под музыку Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта.	1
10	Танцевальные упражнения Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут.	1
11	Упражнения на ориентировку в пространстве Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.	1
12	Ритмико-гимнастические упражнения Разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки).	1
13	Упражнения с музыкальными инструментами Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.	1
14	Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен «Я на скрипочке играю», «Котик и мышки».	1
15	Танцевальные упражнения	1

	Пружинящий бег.	
16	Ритмико-гимнастические упражнения Повороты туловища в сочетании с наклонами.	1
17	Упражнения на ориентировку в пространстве. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели.	1
18	Ритмико-гимнастические упражнения. Повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.	1
19	Упражнения с музыкальными инструментами Исполнение гаммы на пианино, аккордеоне в пределах одной октавы в быстром темпе.	1
20	Игры под музыку Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен «Я на скрипочке играю», «Волк и козлик».	1
21	Танцевальные упражнения Поскоки с продвижением назад (спиной).	1
22	Упражнения на ориентировку в пространстве Ходьба по центру зала с диагональными линиями из угла в угол.	1
23	Ритмико-гимнастические упражнения. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги.	1
24	Упражнения с музыкальными инструментами Разучивание несложных мелодий.	1
25	Игры под музыку Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.	1
26	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку.	1
27	Упражнения на ориентировку в пространстве Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.	1
28	Ритмико-гимнастические упражнения Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону.	1
29	Упражнения с музыкальными инструментами Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.	1
30	Игры под музыку Придумывание вариантов к играм и пляскам.	1
31	Ритмико-гимнастические упражнения	1

	Протопливание того, что учитель прохлопал, и наоборот.	
32	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1
33	Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.	1
34	Танцевальные упражнения Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах	1
35	Игры под музыку Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен «Я на скрипочке играю», «Волк и козлик». Повторение.	1

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО, УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный, 1-4 классы. Автор: А.А.Айдарбекова, В.М.Белов, В.В.Воронкова и др.]. - 8-е изд. - М.:Просвещение, 2013.
2. Агапова И.А., Давыдова М.А. Лучшие музыкальные игры для детей. – М.: ЛАДА, 2006. – 224 с.
3. Андреева М., Шукшина З. Первые шаги в музыке. – М., 2003
4. Артёмова Л.В. Театрализованные игры школьников. – М., 2011.
5. Бырченко Т. С песенкой по лесенке. Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 2011.
6. Касицина М. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007
7. Фирилева Ж.Е. СА-ФИ-ДАНСЕ. Танцевально-игровая гимнастика для детей. – Санкт-Петербург: «Детство-пресс», 2000.