

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Ачитская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы».

Приложение №2 к адаптированной основной
общеобразовательной программе
основного общего образования

Рабочая программа

Наименование коррекционного курса:

«Ритмика»

Класс: 5 – 9 класс

Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционно-развивающему курсу «Ритмика» для обучающихся 5 - 9 класса составлена с учётом особенностей познавательной деятельности умственно отсталых детей, характеристики детей, обучающихся в данном классе направлена на разностороннее развитие личности учащихся, способствует их умственному развитию.

Цель:

- развитие двигательной активности в процессе восприятия музыки.

Задачи:

- учить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
- способствовать физическому развитию ребенка: формировать осанку, силу мышц, их гибкость и эластичность, выразительность и пластику движений и жестов в танцах, играх, хороводах и упражнениях;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- вовлекать музыкально-ритмической деятельностью в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- дать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);
- научить различным формам движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- воспитывать самооценку, взаимоконтроль и самоконтроль.

Содержание учебного предмета

5 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 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 поднимание 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.

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. 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 барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно 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. Инсценирование 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, 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).

6 класс

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением,

с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). *Упражнения на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

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. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

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. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

7 класс

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и

карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот. Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения». Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). *Упражнения на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими

руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

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, малокоонтрастных 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. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

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, малокоонтрастных 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. Инсценирование музыкальных сказок, песен

8 класс

Содержание программы предусматривает степень нарастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни.

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 движения. Ведущим видом музыкальной деятельности с учащимися являются музыкально-ритмические движения, которые сопровождаются подпеванием, «изучающими» жестами и действиями с использованием простейших ударных и шумовых инструментов (погремушек, колокольчиков, трещоток и т.д.). Большое значение в ходе занятий по ритмике придаётся коррекции эмоционально волевой сферы и познавательной деятельности обучающихся. В процессе образовательной деятельности по предмету важно учитывать быструю утомляемость обучающихся, их эмоциональную неустойчивость. Поэтому следует переключать обучающихся с одного вида музыкальной деятельности на другой, например, с игры на музыкальных инструментах на ритмические упражнения и т.д. 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).

Элементы классического танца. Раздел включает танцевально-тренировочные упражнения классического тренажа,

формирующие у детей хорошую осанку, гибкость, координацию и культуру движения, что способствует подготовке моторно-двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных комбинаций.

Танцы, хороводы, музыкальные игры. Раздел предусматривает знакомство обучающихся с музыкой и танцами разных народов, воспитание у них чувства интернациональной дружбы, коллективизма, культуры поведения и общения, а также формирование умений и навыков ритмично двигаться под музыку, в движении передавать различный ее характер, динамику, темп и другие средства музыкальной выразительности; инсценировать песни по их содержанию; выразительно исполнять танцы, хороводы, музыкальные игры

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.

9 класс

Содержание программы предусматривает степень нарастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни.

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 движения. Ведущим видом музыкальной деятельности с учащимися являются музыкально-

ритмические движения, которые сопровождаются подпеванием, «изучающими» жестами и действиями с использованием простейших ударных и шумовых инструментов (погремушек, колокольчиков, трещоток и т.д.). Большое значение в ходе занятий по ритмике придаётся коррекции эмоционально-волевой сферы и познавательной деятельности обучающихся. В процессе образовательной деятельности по предмету важно учитывать быструю утомляемость обучающихся, их эмоциональную неустойчивость. Поэтому следует переключать обучающихся с одного вида музыкальной деятельности на другой, например, с игры на музыкальных инструментах на ритмические упражнения и т.д. 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).

Элементы классического танца. Раздел включает танцевально-тренировочные упражнения классического тренажа, формирующие у детей хорошую осанку, гибкость, координацию и культуру движения, что способствует подготовке моторно-двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных комбинаций.

Танцы, хороводы, музыкальные игры. Раздел предусматривает знакомство обучающихся с музыкой и танцами разных народов, воспитание у них чувства интернациональной дружбы, коллективизма, культуры поведения и общения, а также формирование умений и навыков ритмично двигаться под музыку, в движении передавать различный ее характер, динамику, темп и другие средства музыкальной выразительности; инсценировать песни по их содержанию; выразительно исполнять танцы, хороводы, музыкальные игры

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.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ коррекционного курса «РИТМИКА»

В программе указаны требования к знаниям учащихся и практические умения. Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень - это тот минимум, который должны усвоить все учащиеся по окончании каждого учебного года, а достаточный уровень содержит дополнения для учащихся, которые имеют более быстрый темп работы и усваивают программу в целом.

Понижать уровень можно только тогда, когда учитель использовал все возможные коррекционно - развивающие меры воздействия.

Обучение учащихся, которые не могут усвоить программу в соответствии с минимальным уровнем, осуществляется по индивидуальной программе, содержание которой составляет учитель.

Предметные	Личностные	Базовые учебные действия
<p><u>Достаточный уровень:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;• соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;• самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;• ощущать смену частей музыкального произведения в	<ul style="list-style-type: none">• Готовность обучающегося к принятию новой роли "ученика", понимание им на доступном уровне ролевых функций и включение в процесс обучения на основе интереса к его содержанию и организации.• Осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями,	<p>Регулятивные учебные действия</p> <p>Обучающиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none">• Входить и выходить из учебного помещения со звонком.• Ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения).• Пользоваться учебной мебелью.• Адекватно использовать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты, и т. д.).

<p>двухчастной форме с малококонтрастными построениями;</p> <ul style="list-style-type: none"> • передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.; • самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии; • повторять любой ритм, заданный учителем;- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами). списывать текст целыми словами и словосочетаниями, структурно сложные слова — по слогам; <p><u>Минимальный уровень:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; • организованно строиться (быстро, точно); • сохранять правильную 	<ul style="list-style-type: none"> • осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга, • способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, • принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, • положительное отношение к окружающей действительности, • готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию, • целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей, • самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей, • понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе, • готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе. 	<ul style="list-style-type: none"> • Работать с учебными принадлежностями (инструментами) и организовывать свое рабочее место. • Принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе. • Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников. • Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать её с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов. <p>Познавательные учебные действия</p> <p>Обучающиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов; • устанавливать видо-родовые отношения предметов; • делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале; • пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями; • читать; писать; выполнять
--	---	--

дистанцию в колонне парами;

- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
- легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями

**Ниже минимального
уровень:**

- принимать ошибочное исходное положение, не соответствующее с содержанием и особенностями музыки и движения;
- строиться с помощью педагога (медленно);
- Не сохранять правильную дистанцию в колонне парами; с трудом определять нужное

арифметические действия;

- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).
- Умение использовать все группы действий в различных образовательных ситуациях является показателем их сформированности.

Коммуникативные учебные действия

Обучающиеся научатся:

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

<p>направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</p> <ul style="list-style-type: none">• Не соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;		<p>принимать помощь;</p> <ul style="list-style-type: none">• слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;• сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;• договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.
---	--	---

**Тематическое планирование
коррекционного курса «Ритмика»
5 класс (34 часа)**

№	Тема	Кол-во часов
1	Построение. Правильное исходное положение.	1
2	Специальные ритмические упражнения.	1
3	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1
4	Упражнения ритмической гимнастики 1. Без предметов. 2. С короткой скакалкой.	1
5	Упражнения ритмической гимнастики 1. Короткой скакалкой. 2. Гимнастической палкой	1
6	Подготовительные упражнения к танцам. 1. Полуприседания. 2. Упражнения для ступни.	1
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Чиж в клетке. Кот и мыши.	1
8	Упражнения ритмической гимнастики с короткой скакалкой, с гимнастической палкой.	1
9	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь. Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1
10	Упражнения ритмической гимнастики с короткой скакалкой.	1
11	Упражнения ритмической гимнастики. 1. Гимнастической палкой	1
12	Подготовительные упражнения к танцам. .Выставление ноги на носок.	1
13	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1
14	Танцы. Круговой галоп. Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Салки», «Руки на стену».	1

15	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1
17	Упражнения ритмической гимнастики с короткой скакалкой, с гимнастической палкой.	1
18	Упражнения ритмической гимнастики с короткой скакалкой, гимнастической палкой.	1
19	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1
20	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1
21	Упражнения ритмической гимнастики. 1. Без предметов. 2. С мячом	1
22	Элементы танцев. 1. Хороводный шаг. 2. Шаг польки.	1
23	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1
24	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры «Пустое место», «Мяч в воздухе» 1. «Отбивай мяч», «Вороны и воробьи»	1
25	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1
26	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1
27	Упражнения ритмической гимнастики с гимнастической палкой.	1
28	Упражнения ритмической гимнастики без предметов.	1
29	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы.	1
30	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1
31	Танцы. «Полька».	1
32	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Космонавты».	1
33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Лиса и куры», «Охотники и утки»	1
34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Лиса и куры», «Охотники и утки»	1

6 класс (34 часа)

№	Раздел. Тема урока.	Кол-во часов
1	Вводные занятия. Правила техники безопасности.	1
2	История возникновения танца.	1
3	Развитие музыкальности.	1
4	Простейшие упражнения на изолированную работу отдельных частей тела.	1
5	Основные танцевальные термины и позиции.	1
6	Танцевальные термины.	1
7	Музыкальные игры - этюды.	1
8	Ходьба в соответствии с метрической пульсацией.	1
9	Шаг польки.	1
10	Перестроение из одной шеренги в две, три.	1
11	Хлопки, простые и перекрёстные – парные движения.	1
12	Перестроение в два и три круга из колонн, сужение и расширение их.	1
13	Упражнения на осанку.	1
14	Имитация распускающегося цветка.	1
15	Движения рук в разных направлениях. Изменения направления и формы ходьбы и бега.	1
16	Ориентировка в направлении движений.	1
17	Представления о пространстве и умения ориентироваться в нём.	1

18	Перестроение из колонны круг. Комплекс упражнений собручами.	1
19	Музыкально-ритмические движения в соответствующем заданию музыке ритме.	1
20	Перестроения а зале. Комплекс упражнений с лентами.	1
21	Перестроения. Движения рук в разных направлениях с предметами.	1
22	Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.	1
23	Перестроения из линейных в объёмные: из шеренги	1
24	Упражнения на развитие силы мышц и подвижности суставов ног: полуприседания.	1
25	Русский танец. Сохранение правильной дистанции	1
26	Приставной шаг в сторону с приседанием; выставление ноги на пятку; поскоки в парах.	1
27	Прямой галоп- движение в тройках.	1
28	Отведение стопы наружу и приведение её внутрь.	1
29	Инсценирование русской народной прибаутки: «Ворон».	1
30	Составление несложных танцевальных композиций.	1
31	Упражнения с использованием собственной силы .	1
32	Танцевальный марафон	1
33	Урок – концерт	1
34	«Делай как я!»	1

7 класс (34 часа)

№	Раздел. Тема урока.	Кол-во часов
1	Введение. Основные понятия.	1
2	Общеразвивающие упражнения	1
3	Упражнения на ориентировку в пространстве	1
4	Волнообразные движения корпуса с шагами.	1
5	Связь музыки и движения.	1
6	Основание различных танцевальных позиций и упражнений для рук и ног.	1
7	Шаг с приседанием Танцевальные движения в паре	1
8	Упражнения для развития плавности и мягкости движений.	1
9	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
10	Упражнения на определение темпа и ритма	1
11	Упражнения на определение темпа и ритма	1
12	Плясовые движения с изображаемыми предметами	1
13	Упражнение «Зеркало»	1
14	Ритмико- гимнастические упражнения	1
15	Ритмико- гимнастические упражнения	1
16	Ритмико- гимнастические упражнения	1

17	Сюжетно-игровые занятия	1
18	Упражнения для развития художественно- творческих способностей	1
19	Ритмико- гимнастические упражнения	1
20	Создаем характеры.	1
21	Упражнения с музыкальными инструментами	1
22	Разучивание танца «Яблочко»	1
23	Постановка танца «Кадриль».	1
24	Упражнения с музыкальными инструментами	1
25	Танцевальные упражнения на различение элементов народных танцев	1
26	Постановка танца «Весенний вальс»	1
27	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1
28	Закрепление танца «Вальс дружбы»	1
29	Танцевальные упражнения.	1
30	Подвижные танцевальные игры.	1
31	Закрепление танцевальных движений.	1
32	Танцевальный марафон	1
33	Урок – концерт	1
34	«Делай как я!»	1

8 класс (34 часа)

№	Раздел. Тема урока.	Кол-во часов
1	Введение. Основные понятия.	1
2	Общеразвивающее упражнения	1
3	Упражнения на ориентировку в пространстве	1
4	Упражнения на координацию движений.	1
5	Упражнения для развития пространственной ориентации	1
6	Основание различных танцевальных позиций	1
7	Упражнения для развития «мышечного чувства»	1
8	Упражнения для развития плавности и мягкости движений.	1
9	Упражнения на ориентировку в пространстве	1
10	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения.	1
11	Танцевальная импровизация на музыку.	1
12	Полуприседание и полное приседание (деми и гранд плие) по I, II, III позициям	1
13	Вытягивание ноги на носок (батман тандю) вперед, в сторону, назад из I, II, III позиций.	1
14	Упражнение для рук: переводы рук из подготовительного	1
15	Прыжки (соте) по I, II, III, VI позициям	1

16	Упражнения на определение темпа и ритма	1
17	Ритмико-гимнастические упражнения	1
18	Постановка танца «Метелица»	1
19	Сюжетно-игровые занятия	1
20	Танцевальная композиция «Приглашение».	1
21	Медленный вальс: перемена с правой и левой ноги, правый и левый повороты	1
22	Ритмико-гимнастические упражнения	1
23	Создаем характеры.	1
24	Упражнения с музыкальными инструментами	1
25	Постановка танца «Сударушка» (бальный танец). Музыка народная.	1
26	Упражнения с музыкальными инструментами	1
27	Танцевальные упражнения.	1
28	Подвижные танцевальные игры.	1
29	Танцевальные упражнения на различение элементов народных танцев	1
30	Закрепление танцевальных движений.	1
31	Танцевальный марафон	1
32	Урок - концерт	1
33	«Делай как я!»	1
34	«Ритмическая эстафета» (музыкальная игра	1

9 класс (34 часа)

№	Раздел. Тема урока.	Кол-во часов
1	Введение. Основные понятия.	1
2	Общеразвивающее упражнения	1
3	Движения по линии танца. Перестроения для танцев.	1
4	Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения).	1
5	Движение на развитие координации. Элементы асимметричной гимнастики	1
6	Позиции рук. Основные правила.	1
7	Позиции ног. Основные правила.	1
8	Ритмико-гимнастические упражнения. Суставная гимнастика, упражнения для рук, ног	1
9	Фигурная маршировка	1
10	Элементы классического танца.	1
11	Элементы народного танца.	1
12	Танец «Новый год к нам мчится». Позиции в паре. Основные правила.	1
13	Отработка основных движений танца «Новый год к нам мчится»	1
14	Прослушивание музыкальных произведений. Партерный экзерсис	1
15	Музыкально-танцевальные игры	1

16	Народно-хореографический танец. Позиции ног, рук.	1
17	Танец “Счастлиное детство”. Основные движения.	1
18	Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные).	1
19	Просмотр видеозаписи танцев разных народов.	1
20	Геометрические композиции фигур (индивидуальные и коллективные).	1
21	Пантомима и сюжетно-ролевые этюды.	1
22	Пантомима и сюжетно-ролевые этюды.	1
23	Танцы - импровизации. Изображение предметов, животных, растений.	1
24	Комплекс упражнений на развитие пантомимических навыков	1
25	История образования “Вальса”. Позиции ног, рук. Отработка движений.	1
26	ОРУ: перекаты стопы, носках, каблуках. “Вальс” - основные движения.	1
27	Партерный экзерсис. Основные движения. Танец “Вальс”.	1
28	Партерный экзерсис. Основные движения. Танец “Вальс”.	1
29	Музыкальная композиция “Школьные годы”.	1
30	Музыкальная композиция “Школьные годы”.	1
31	Отработка танца «Школьные годы».	1
32	Отработка танца «Школьные годы».	1
33	Урок-смотр знаний. Подготовка к выступлению.	1
34	Урок-смотр знаний Подготовка к выступлению.	1

