

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа с. Буюклы
муниципального образования городской округ "Смирныховский"
Сахалинской области

Управление образования Сахалинской области

МБОУ СОШ с. Буюклы

| | | |
|---|---|---|
| РЕКОМЕНДОВАНА Методическим объединением учителей начальных классов Якимова О.В Протокол № 1 от «27» августа 2024 г. | СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР Лысенко Е.А Протокол № 1 от «27» августа 2024 г. | УТВЕРЖДЕНО Директор школы Рульков В.Д Приказ №184 от «27» августа 2024 г. |
|---|---|---|

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности

«Ритмика»

для обучающихся с УО(ИН)

2 класс

2024-2025 учебный год

срок реализации: 1 год

Составитель:
Мкоян Татьяна Сергеевна
Учитель – дефектолог

с. Буюклы, 2024 год

1. Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) по учебному предмету «Ритмика» составлена на основе авторской учебной программы «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VII-VIII вида.. 1-3 классы» под редакцией В.В. Воронковой. – М.: Просвещение, 2013 г.

Адаптированная рабочая программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и задержкой психического развития по учебному предмету «Ритмика» разработана на основе адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с ОВЗ с УО и ЗПР(ФГОС НОО) МБОУСОШ с.Буюклы

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи предмета:

- 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.

2. Общая характеристика учебного предмета «Ритмика»

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.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т.д. – развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у обучающихся подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у обучающихся с ОВЗ часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у обучающихся, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у обучающихся активность и воображение, координацию и выразительность движений.

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.

3. Описание места учебного предмета «Ритмика» в учебном плане

Предмет «Ритмика» входит в коррекционно-развивающую область для обучающихся задержкой психического развития и с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа по ритмике рассчитана на 34 ч., 1 ч. в неделю, 34 учебных недели.

4. Планируемые результаты освоения учебного курса «Ритмика»

К концу обучения в начальной школе учащиеся должны уметь:

- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги (после дополнительного индивидуального показа);
- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой (умения учащихся актуализируются в совместной деятельности с учителем, он поэтапно демонстрирует способ выполнения задания, а ученик его повторяет);
- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малокоонтрастными построениями (после дополнительного индивидуального показа);
- передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;
- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии после дополнительного индивидуального показа);

-повторять любой ритм, заданный учителем (умения учащихся актуализируются в совместной деятельности с учителем, он поэтапно демонстрирует способ выполнения задания, а ученик его повторного).

5. Содержание учебного курса «Ритмика».

2 класс

(1 ч в неделю)

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. 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. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

· *Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы 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. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

· *Упражнения на координацию движений.* Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

· *Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

· *Круговые движения кистью (напряженное и свободное).* Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

· *Упражнения на детских музыкальных инструментах.* Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.

· *Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане* двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

· *Повторение элементов танца по программе для 1 класса.* Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).

- Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски

- Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».
- Парная пляска. Чешская народная мелодия.
- Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.
- Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

Основные требования к умениям учащихся

Учащиеся должны уметь:

- принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
- организованно строиться (быстро, точно);
- сохранять правильную 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.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

2 класс

(1 час в неделю, всего 34 часа)

| № | Раздел программы | Тема | Количество часов | Характеристика учебной деятельности | Элементы содержания |
|---|---|--------------|------------------|--|---|
| 1 | Введение | Введение | 1 | Знать правила поведения и технику безопасности на уроке ритмике | Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности на уроке ритмике |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве | Ходьба и бег | 1 | Уметь 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; легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения; ощущать смену частей музыкального | Ходьба и бег. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место |

| | | | | | |
|---|-----------------------------------|----------------------------|---|--|--|
| | | | | произведения в двухчастной форме с контрастными построениями | |
| 3 | | Построение в шеренгу | 1 | Уметь организованно строиться (быстро, точно); сохранять правильную дистанцию в колонне парами | 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 |
| 4 | Ритмико-гимнастические упражнения | Общеразвивающие упражнения | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. 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. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, |

| | | | | | |
|---|---|---|---|--|--|
| | | | | | как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки |
| 5 | Танцевальные упражнения | Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек» | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед |
| 6 | Упражнения на ориентировку в пространстве | Построение в колонну, построение в колонну по два | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | 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 |
| 7 | Танцевальные упражнения | Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек» | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед |

| | | | | | |
|---|--|----------------------------|---|---|--|
| 8 | Упражнения с детским и музыкальными инструментами Игры под музыку | Барабан Игры под музыку | 1 | <p>Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</p> <p>легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;</p> <p>ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями</p> | <p>Упражнения на детских музыкальных инструментах.</p> <p>Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.</p> <p>Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий).</p> <p>Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке.</p> <p>Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений.</p> <p>Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных</p> |
|---|--|----------------------------|---|---|--|

| | | | | | |
|----|-------------------------|---|---|---|--|
| | | | | | песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии |
| 9 | Танцевальные упражнения | Тихая, настороженная ходьба | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег |
| 10 | | Элементы русской пляски | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). |
| 11 | | Парная пляска. Чешская народная мелодия | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением |
| 12 | | Мягкий, пружинящий шаг | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, |

| | | | | | |
|----|-----------------|--|---|--|--|
| | | | | упражнения в определенном ритме и темпе | стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед |
| 13 | | Парная пляска. Чешская народная мелодия | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением |
| 14 | | Парная пляска. Чешская народная мелодия | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением |
| 15 | Игры под музыку | Игры под музыку | 1 | Уметь 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; | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в |

| | | | | | |
|----|-------------------------|---------------------------------|---|--|--|
| | | | | ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями | движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии |
| 16 | Танцевальные упражнения | Переменные притопы | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек) |
| 17 | | Хлопки. Полька. Музыка Ю. | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|------------------------------------|---|--|--|
| | | Слонова | | упражнения в определенном ритме и темпе | движения местных народных танцев |
| 18 | Ритмико-гимнастические упражнения | Упражнения на координацию движений | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки |
| 19 | Упражнения с детским | Бубен | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие | Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических |

| | | | | | |
|----|------------------------------|-----------------|---|---|---|
| | и музыкальными инструментами | | | упражнения в определенном ритме и темпе | рисунков на бубне |
| 20 | Игры под музыку | Игры под музыку | 1 | <p>Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</p> <p>легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;</p> <p>ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями</p> | <p>Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных</p> |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|--|---|---|---|
| | | | | | песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии |
| 21 | Танцевальные упражнения | Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев |
| 22 | Ритмико-гимнастические упражнения | Упражнения на расслабление мышц | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол) |
| 23 | Танцевальные упражнения | Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|------------------------------------|---|--|--|
| | | «Выйду ль я на реченьку» | | | вперед |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения | Упражнения на координацию движений | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки |
| 25 | Танцевальные упражнения | Хлопки. Полька. Музыка Ю. | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|---|---|---|---|
| | ния | Слонова | | звуковым и музыкальным сигналам | движения местных народных танцев |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения | Упражнения на расслабление мышц | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол) |
| 27 | Танцевальные упражнения | Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку» | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед |
| 28 | | Неторопливый танцевальный | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, |

| | | | | | |
|----|-----------------|---------------------|---|--|---|
| | | и стремительный бег | | упражнения в определенном ритме и темпе | стремительный бег |
| 29 | Игры под музыку | Игры под музыку | 1 | Уметь легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии |
| 30 | Ритмико- | Упражнения | 1 | Уметь соблюдать темп движений, | Упражнения на координацию движений. |

| | | | | | |
|----|---------------------------|---|---|--|--|
| | гимнастические упражнения | на координацию движений | | обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки |
| 31 | Танцевальные упражнения | Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия | 1 | Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; | Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги |

| | | | | | |
|----|-----------------|--|---|--|--|
| | | «Выйду ль я на реченьку» | | | вперед |
| 32 | | Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед |
| 33 | Игры под музыку | Игры под музыку | 1 | Уметь 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 | Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопро- |

| | | | | | |
|----|-----------------------------------|---------------------------------|---|--|---|
| | | | | | вождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии |
| 34 | Ритмико-гимнастические упражнения | Упражнения на расслабление мышц | 1 | Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе | Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол) |

6. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Учебные пособия:

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1-4 классы. под редакцией В.В. Воронковой. – М.: Просвещение, 2013 г.
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., 1993
4. Артёмова Л.В. Театрализованные игры школьников. – М., 1991.
5. Боровик Т. Звуки, ритмы и слова. – Минск, 1999.
6. Бырченко Т. С песенкой по лесенке. Методическое пособие для подготовительных классов ДМШ. – М.: Советский композитор, 1991.
7. Касицина М. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007

