

ГОО РК С (К) ШИ №2 с.Усть-Кулом

Рекомендована методическим
объединением учителей

Руководитель МО И.Е. Есева Есева И.Е.

«26» августа 2019 г.

Утверждено:

Директор школы
А.Н. Елькин (Елькин А.Н.)

Приказ № 81 от «30» августа 2019 г.



Согласовано:

Зам.директора по УВР

Е.Н. Опарина Опарина Е.Н.

ПРОГРАММА

коррекционного курса

«Ритмика»

начальное общее образование

Оглавление

1.Пояснительная записка.....	3
2.Общая характеристика.....	3
3.Место учебного предмета в учебном плане.....	4
4.Личностные и предметные результаты.....	5
5.Содержание учебного предмета.....	5
6.Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.....	12
7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.....	15

Пояснительная записка.

Программа составлена учителем начальных классов Громова Т.Н. на основе:

- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Утверждена директором школы – интерната 30.08.2016 г.
- ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Утвержден приказом Минобрнауки России № 1599 от 19.12.2014 г.
- Учебного плана образовательного учреждения. Утвержден директором школы – интерната 31.05.2017 г.
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ОДОБРЕНА решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)

Срок реализации – 4 года.

Затруднения в психическом развитии детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлены особенностями их высшей нервной деятельности (слабостью процессов возбуждения и торможения, замедленным формированием условных связей, тугоподвижностью нервных процессов, нарушением взаимодействия первой и второй сигнальных систем и др.). Последствия поражения ЦНС выражаются в задержке сроков возникновения и незавершенности возрастных психологических новообразований и, главное, в неравномерности, нарушении целостности психофизического развития. Все это, в свою очередь, затрудняет включение ребенка в освоение пласта социальных и культурных достижений общечеловеческого опыта традиционным путем.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вместе с тем, Российская дефектология (как правопреемница советской) руководствуется теоретическим постулатом Л. С. Выготского о том, что своевременная педагогическая коррекция с учетом специфических особенностей каждого ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «запускает» компенсаторные процессы, обеспечивающие реализацию их потенциальных возможностей.

Основная цель изучения коррекционного курса: развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

Общая характеристика учебного предмета.

Преподавание ритмики в специальном общеобразовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально – ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, 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 детей. 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, «звёздочек», «каруселей», движения к определённой цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нём.

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

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

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

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

Описание места курса в учебном плане.

Настоящая программа составлена в соответствии с учебным планом школы, рассчитана на 4 года обучения. Всего предусмотрено 270 часов.

- 1 класс- 66 часов;
- 2 класс- 68 часов;
- 3 класс-68 часов;
- 4 класс-68 часов.

На каждый класс выделено по 2 часа в неделю.

Личностные и предметные результаты освоения курса

Личностные результаты:

Учащиеся научатся:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей (1,2,3,4)
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. (1,2,3,4)

Учащиеся получают возможность научиться:

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях(1,2,3,4);
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. (1,2,3,4)

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры(2,3,4)
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; (2,3,4)
- представлять лечебную физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; (3,4)
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств(3,4)
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований; (2,3,4)
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения. (1,2,3,4)

Учащиеся получают возможность научиться:

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; (1,2,3,4)
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; (1,2,3,4)
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях. (1,2,3,4)

Результаты обучения в течение учебного года фиксируются в разработанных педагогом самостоятельно листах достижений ученика, составленных согласно программе коррекционного курса. Листы достижений вкладываются в классный журнал. В конце учебного года по итогам освоения учащимися программы в классном журнале (бумажный и электронный вариант) выставляются следующие отметки: «зачет (з)» - учащийся освоил программу, «незачет (н/з)» - учащийся не освоил программу.

Содержание учебного предмета ритмики.

Программа по ритмике состоит из следующих разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Ритмика – гимнастические упражнения», «Игры под музыку», «Танцевальные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально – ритмической деятельности.

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

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

Основное содержание второго раздела составляют ритмико – гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально – двигательных навыков. В раздел ритмико – гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений. Основная цель данных упражнений – научить умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально – двигательный образ. Причём учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т.п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать).

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

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

1 класс.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперёд и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперёд, 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 подъёме, отведение стопы наружу и приведение её внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперёд и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений: перекрёстное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой – в сторону;

правой руки – вперёд, левой – вверх. Выставление левой ноги вперёд, 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 стороны и слегка наклонившись вперёд, 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 детскими музыкальными инструментами. Движения кистей рук в разных направлениях. Поочерёдное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счёт учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

Игры под музыку. Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (Лёгкий танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; лёгкое, игривое подпрыгивание – тяжёлым, комичным и т.д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определённым эмоциональным и динамическим характером музыки. «Бабочки и дети», «Кот и мыши», «Курочки и петушок», «Карусель».

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

Танцы и пляски. «Пальчики и ручки». Русская народная мелодия: «Ой, на горе – то». «Стукалка». Украинская народная мелодия. «Подружились». Музыка Т. Вилькорейской. «Пляска с султанчиками». Украинская народная мелодия. «Пляска с притопами. Гопак». Украинская народная мелодия.

2 класс.

Упражнения на ориентировку в пространстве. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с чёткими 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 вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление левой и правой ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в коленях ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движение правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрёстные 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 на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперёд (как при игре в футбол).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами. Круговые движения кистью (напряжённое 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. Исполнение несложных ритмических рисунков на 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 выражении их в движении. 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. «Музыкальная игра под русскую песню», «Танцевальная комбинация на расслабление мышц», «Третий лишний», «Карусель», «Приглашение», «Кот и мыши», «Приглашение».

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, лёгкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперёд. 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.

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

3 класс.

Упражнения на ориентировку в пространстве.

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину.

Построение в колонны по три.

Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и concentрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад.

Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

Ритмико – гимнастические упражнения.

Общеразвивающие упражнения.

Наклоны, повороты и круговые движения головы.

Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки).

Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперёд, в стороны с движениями рук.

Неторопливые приседания с напряжённым разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание.

Круговые движения ступни.

Приседание с одновременным выставлением ноги вперёд, в сторону.

Перелезание через сцепленные руки, через палку.

Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот. Упражнения на расслабление мышц.

Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус – стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

Упражнения с музыкальными инструментами. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнения для кистей рук с барабанными палочками. Исполнение различных ритмов на барабанах и бубне.

Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развёрнутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. «Карусель». «Третий лишний». «Приглашение!». «Пляска с гостями». «Ладушки». «Кто первый». «Танцевальная эстафета». «День и ночь». «Ритмическая эстафета».

Танцевальные упражнения. Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Элементы украинского танца: «бегунец», «верёвочка»

Танцы и пляски. Русская хороводная пляска. «Попрыгунчики». Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса. Танец с хлопками. Карельская народная мелодия. Парная пляска. Чешская народная мелодия.

4 класс.

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 concentрических 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.

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 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.

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. «Если нравится тебе, делай так!»;

«Карусель»;

«Третий лишний»;

«Танцевальная эстафета»;

«Ритмическая эстафета»;

«Цыплята и коршун»;

«Серебряные воротца»;

«Вызов номеров».

Танцевальные упражнения.

Исполнение элементов танцев и плясок, разученных в 3 классе. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полу пальцах. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. С крестный шаг. Шаг на каблук. Тройной шаг с ударом.

Танцы и пляски. Круговой галоп. Венгерская народная мелодия. Кадриль. Русская народная мелодия. Бульба. Белорусская народная мелодия. Грузинский танец «Лезгинка».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
С УКАЗАНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ

1 класс

№ Урока	Тема и содержание	Виды учебной деятельности	Кол-во часов
1	Что такое «Ритмика»?	Разучивание основных понятий	1
2,3,4	Разминка. Поклон.	Выполнение упражнений на координацию	3
5,6,7,8,9	Постановка корпуса.	Разучивание основных правил	5
10,11,12,13	Позиции рук. Позиции ног.	Разучивание основные правил	4
14,15,16,17	Общеразвивающие упражнения	Выполнение- бег, подскоки	4
18,19,20,21	Ритмико-гимнастические упражнения	Выполнение упражнений на координацию	4
22,23,24,25	Движения на развитие координации.	Выполнение бег, подскоки	4
26,27,28,29	Разминка, гимнастика.	Выполнение упражнений на координацию	4
30,31,32, 33,34,35	Позиции в паре. Основные правила. Танец “Диско”.	Разучивание -элементы танца	3
36,37,38,39	Упражнения для улучшения гибкости	Разучивание элементы танца	4
40,41,42, 43,44,45	Комбинация «Ладочки».	Разучивание - элементы танца	6
46,47,48, 49,50	Тренировочный танец «Стирка»	Разучивание - элементы танца	5
51,52,53, 54,55	Ритмико-гимнастические упражнения	Выполнение упражнений на координацию	5
56,57,58, 59,60,61	Общеразвивающие упражнения.	Выполнение движений по линии танца, перестроения	6
62,63,64,65	Репетиция танца	Выполнение упражнений	4
66	Урок-смотр знаний	Выполнение упражнений	1

2 класс

№ Урока	Тема и содержание	Виды учебной деятельности	Кол-во часов
1	Техника безопасности на занятиях.	Беседа	1
2-6	Разминка. Гимнастика.	Выполнение упражнений на координацию	5
7-10	Общеразвивающие упражнения.	Выполнение общеразвивающих упражнений	3
11-13	Шаги на каждую четверть, простые шаги.	Выполнение шагов по инструкции учителя	3
14-19	Танец «Полька»	Выполнение танцевальных движений	6
20-25	Тренировочный танец “Ладочки”. Основные движения, переходы в позиции рук	Выполнение танцевальных движений	6
26-30	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	Выполнение упражнений на координацию	5
31-36	Движения по линии танца.	Выполнение танцевальных движений	5
37-42	Танец «Вару – Вару».	Выполнение танцевальных движений	6
43-47	Элементы народной хореографии: ковырялочка, лесенка, елочка	Выполнение танцевальных движений	5
48-52	Общеразвивающие упражнения. Направление движения, углы поворотов.	Выполнение общеразвивающих упражнений	5
53-58	Танец «Диско».	Выполнение танцевальных движений	6
59-62	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	Выполнение упражнений на координацию	4
63-66	Движения по линии танца.	Выполнение танцевальных движений	4
67-68	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку).	Выполнение танцевальных движений	2

3 класс

№ Урока	Тема и содержание	Виды учебной деятельности	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев	Общеразвивающие упражнения.	1
2-11	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	Упражнения на координацию	10
12-16	Общеразвивающие упражнения.	Общеразвивающие упражнения.	5
17-21	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на координацию	5
22-26	Танец «Вару-Вару»	Шаг-приставка по одному, в парах; прыжки по одному, в парах; хлопушки по одному, в парах;	5
27-31	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	Выполнение упражнений	5
32-36	Упражнения на улучшение гибкости	Общеразвивающие упражнения.	5
37-42	Танец «Самба».	Выполнение танцевальных движений	6
43-50	Я – герой сказки. Любимый персонаж сказки (имитация под музыку).	Выполнение танцевальных движений	8
51-58	Общеразвивающие упражнения. Свободные комбинации	Упражнения на координацию	8
59-67	Индивидуальное творчество	Общеразвивающие упражнения.	9
68	Урок-смотр знаний	Выполнение упражнений	1

4класс

№ Урока	Тема и содержание	Виды учебной деятельности	Кол-во часов
1	Вводное занятие.	Беседа о технике безопасности на уроке, при выполнении упражнений, разучивании танцев.	1
2-11	Разминка. Гимнастика.	Упражнения на координацию.	10
12-21	Общеразвивающие упражнения.	Построения, перестроения.	10
22-31	Танец «Джайв».	Основной шаг по одному, в парах.	10
32-36	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию.	Упражнения на улучшение гибкости.	5
37-41	Движения по линии танца, перестроение, диагональ класса.	Выполнение упражнений	5
42-49	Танец «Джайв».	Основной шаг по одному, в парах.	8
50-54	Общеразвивающие упражнения.	Упражнение на улучшение гибкости	5
55-57	Разминка.	Закрепляются знания и навыки.	3
58-60	Упражнения на развитие координации.	Упражнения на координацию	6
61-65	Танец «Фигурный вальс»	Выполнение танцевальных движений	5
66	Разминка. Гимнастика, упражнения на координацию	Упражнения на координацию	1
67	Упражнения на улучшение гибкости	Упражнения на координацию	1
68	Танец «Фигурный вальс»	Выполнение танцевальных движений	1

Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

Коррекционные занятия проводятся в просторном зале, оснащенном всем необходимым инвентарем:

Технические средства обучения:

- ноутбук,
- музыкальный центр,
- телевизор.

Экранно – звуковые средства:

- USB носитель,
- музыкальный сборник: «Детские песни», «Барбарики», «Непоседы», «Семицветики», «Волшебники двора» и др.

Средства обучения

- Погремушки
- Деревянные ложки
- Скакалки
- Мячи
- Флажки
- Обручи
- Шнуры

Учебно – методический комплекс по предмету.

1. Бекина С.И. «Музыка и движение» Москва «Просвещение» 2003 г.
2. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида» Москва «Просвещение» 2009 г.
3. Кузнецова О.Л. «Психологические аспекты физической реабилитации детей с нарушениями опорно- двигательного аппарата» Абакан Издательство Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова 2004 г.
4. Погорельский Ю.М. «Сценарии детских музыкальных представлений» Москва «Литера» 2004 г
5. Раевская Е.П. «Музыкально-двигательные упражнения в детском саду» Москва «Просвещение» 2000 г.
6. Утробина К.К. «Занимательная физкультура для дошкольников» Москва «ГНОМ и Д» 2003 г.
7. Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» Москва «Дрофа» 2001 г.