

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Гадалейская средняя общеобразовательная школа»**

Утверждена  
Приказом МОУ «Гадалейская СОШ»  
№ 116 от 28.08.2019г.

**Программа  
Коррекционно – развивающей области занятия «Ритмика»**

**1-4 классы**  
( АООП начального общего образования обучающихся с нарушениями  
опорно-двигательного аппарата вариант 6.3. )

Автор: Меркулова Любовь Ивановна,  
учитель начальных классов,  
высшая категория

## 1. Пояснительная записка

Программа коррекционно – развивающей области занятий «Ритмика» разработана на основе требований к результатам адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся с НОДА (вариант 6.3.) МОУ «Гадалейская СОШ»

**Цель:** исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

### **Задачи:**

1. развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
2. развитие общей и речевой моторики,
3. эмоционально-волевое развитие учащихся,
4. воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

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

Преподавание ритмики в коррекционной школе VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно-развивающего обучения данному предмету является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

### **Связь содержания программы с учебными предметами.**

Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

## 2. Общая характеристика коррекционного курса

Программа содержит 5 разделов:

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

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.

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

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

Обучению умственно отсталых детей танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового 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, переменчивый шаг, присядка и др.).

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти 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 конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

В соответствии со спецификой региона дополнены следующие разделы: танцевальные упражнения: народные танцевальные традиции Сибири.

#### ***Особенности реализации программы.***

*Особенности методики преподавания предмета.* Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с умственной отсталостью обуславливаются структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в психических функциях, эмоционально-волевой сфере, моторике. В связи с этим в занятия по ритмике включаются такие направления, как:

1. коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного);
2. коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния (радости, нежности, печали, удивления и т.д.), учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения;
3. коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий;
4. развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

### **3. Описание места коррекционного курса в учебном плане**

Рабочая программа рассчитана на четыре года изучения в начальной школе из расчета 1 час в неделю, всего – 135 часов

в 1 классе на 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели;

во 2 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

в 3 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

в 4 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели.

#### **4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного занятия.**

##### **Предметные результаты:**

###### **1 класс**

###### Минимальный уровень:

1. готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
2. ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
3. ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
4. ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
5. соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
6. выполнять игровые и плясовые движения;
7. выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
8. начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

###### Достаточный уровень:

1. уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
2. организованно строиться (быстро, точно);
3. сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
4. самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
5. соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
6. легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
7. ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

###### **2 класс**

###### 1. Минимальный уровень:

2. уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
3. организованно строиться (быстро, точно);
4. сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
5. самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
6. соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
7. легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
8. ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

#### Достаточный уровень:

1. уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
2. соблюдать правильную дистанцию в колонне по три;
3. самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
4. ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
5. передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
6. самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии;
7. повторять любой ритм, заданный учителем;
8. задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

### **3 класс**

#### Минимальный уровень:

1. уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;
2. соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;
3. самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;
4. ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;
5. передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;
6. передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
7. повторять любой ритм, заданный учителем;
8. задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

#### Достаточный уровень:

1. самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
2. четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
3. отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
4. различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

### **4 класс**

#### Минимальный уровень:

1. уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
2. различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;

3. отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
4. различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

Достаточный уровень:

1. знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;
2. уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;
3. знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;
4. уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.

## **5. Содержание программы коррекционных занятий «Ритмика»**

### **1 класс**

#### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве**

Правильное исходное положение. Перестроение из шеренги в круг, цепочка. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Направления движений вперед, назад, направо, налево. Направления движений в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

#### **2. Ритмико-гимнастические упражнения**

##### *Общеразвивающие упражнения*

Наклоны и повороты туловища. Приседания с опорой и без опоры. Приседания с предметами. Упражнения на выработку осанки.

##### *Упражнения на координацию движений*

Перекрестное поднятие и опускание рук. Одновременные движения правой и левой рук. Одновременные движения рук и ног. Смена позиций рук. Свободное круговое движение рук. «Маятник».

##### *Упражнения на расслабление мышц*

Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

#### **3. Координация движений, регулируемых музыкой**

Движения кистей рук в разных направлениях. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.

#### **4. Игры под музыку**

Ритмичные движения в соответствии с характером музыки. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке. Имитационные упражнения. Движения транспорта, людей. Музыкальные игры с предметами.

#### **5. Танцевальные упражнения**

Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах, прямой галоп. Элементы русской пляски. Движения парами. Танец «Пляска с притопами».

## **2 класс**

### **Содержание программы:**

#### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве**

Ходьба вдоль с поворотами. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами.

#### **2. Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

Упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы. Наклоны туловища. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук. Повороты туловища с передачей предмета. Движения рук и ног. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*

Перекрестные движения. Сопряженные движения рук и ног. Одновременные движения рук и ног. Ускорение и замедление движений. Смена движений.

*Упражнения на расслабление мышц*

Встряхивание и раскачивание рук. Раскачивание рук поочередно и вместе. Выбрасывание ног.

#### **3. Координация движений, регулируемых музыкой**

Круговые движения. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане.

#### **4. Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки. Различение изменений в музыке. Передача в движениях игровых образов. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен.

#### **5. Танцевальные упражнения**

6. Тихая ходьба, пружинящий шаг. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки, хлопки, полька. Переменные притопы. Элементы русской пляски. Движения местных народных танцев.

## **3 класс**

### **Содержание программы:**

#### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве**

Ходьба разным шагом. Чередование видов ходьбы. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три круга. Перестроение из одного круга в концентрические круги. Выполнение движений с предметами.

#### **2. Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях. Поднимание на носках и приседание. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*

Одновременные движения рук и ног. Круговые движения ног и рук. Упражнения с предметами. Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.

*Упражнения на расслабление мышц*

Напряжение и расслабление мышцы рук, пальцев, плеча. Перенесение тяжести тела.

### **3. Координация движений, регулируемых музыкой**

Упражнение с барабанными палочками. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

### **4. Игры под музыку**

Передача в движениях частей музыкального произведения. Передача в движении динамического нарастания в музыке. Ускорение и замедление темпа движений. Широкий, высокий бег; элементы движений и танца. Передаче игровых образов. Смена ролей в импровизации. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

### **5. Танцевальные упражнения**

Элементы хороводного танца. Шаг на носках. Шаг польки. Сильные поскоки, боковой галоп. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Элементы русской пляски. Основные движения народных танцев.

## **4 класс**

### **Содержание программы:**

#### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве**

Перестроение в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из колонн в круги. Перестроение из кругов в звездочки и карусели. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения. Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против.

#### **2. Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

Движения головы и туловища. Круговые движения плеч. Движения кистей рук. Круговые движения и повороты туловища. Сочетания движений ног. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений*

Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы. Упражнения под музыку. Самостоятельное составление ритмических рисунков. Сочетание хлопков и притопов с предметами.

*Упражнения на расслабление мышц*

Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. Расслабление и опускание головы, корпуса с позиции стоя, сидя

#### **3. Координация движений, регулируемых музыкой** Упражнения на детском пианино.

Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни.

Упражнения на баяне, духовой гармонике.

#### **4. Игры под музыку**

Передача в движении ритмического рисунка. Смена движения в соответствии со сменой частей. Начало движения. Разучивание игр, элементов танцевальных движений. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

#### **5. Танцевальные упражнения**

Галоп. Элементы русской пляски. Присядка. Круговой галоп. Шаг кадрили. Пружинящий бегПоскоки с продвижением. Элементы народных танцев.

**6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

**1 класс**

№ урока	Тема	К-во часов	Дата	Деятельность учащихся
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве.</b>				
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.	1		Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, шеренга
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка.	1		Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1		Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад.
4	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами	1		Движения рук в разных направлениях; наклонить, повернуть туловище вправо, влево.
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>				
5	Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднятие и опускание рук.	1		Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно.
6	Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук	1		Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед.
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>				
7	Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.	1		Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи.

8	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).  <b>II четверть</b>			Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую.
<b>Координация движений, регулируемых музыкой</b>				
9	Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях.	1		Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы.
<b>Игры под музыку</b>				
10	Игры под музыку. Ритмические движения в соответствии с характером музыки	1		Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики
11	Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке	1		Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики
<b>Танцевальные упражнения</b>				
12	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями	1		Прямой галоп. Танцевальные движения.  Танец «Барыня»,
13	Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1		Шагать бодро, спокойно, тихо, топая ногами. «Утята»
14	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.	1		Легкий бег на полупальцах, легкий шаг на полупальцах.
15	Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп.  РК	1		Галоп.  Прыжки на двух ногах с разными положениями рук.

16	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево.	1		Движения вперед, назад, направо, налево пляски с хлопками.
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга.	1		Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. РК	1		Простые шаги, шаги на носках. Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад.
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища	1		Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой.
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры	1		Приседания с опорой и без опоры, с предметами
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами	1		Выставлять ногу на носок в разные стороны пляски с кружением, хлопками.
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1		Подъем на полупальцы. Вырабатывать осанку.

23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1		Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук.
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук	1		Проводить движения рук головой, взглядом
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник»	1		Прохлопать простой рисунок пляски с притопами
26	Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	1		Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой ритмический рисунок.
27	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане	1		Проговаривать слова стихов, попевок, песен
28	Игры под музыку. Имитационные упражнения.	1		Изменять направление и формы ходьбы
29	Игры под музыку. Движения транспорта, людей.	1		Имитационные игры, движения
30	Музыкальные игры с предметами. РК	1		Музыкальные игры с предметами.
31	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	1		Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2
32	Танцевальные упражнения. Движения парами	1		Элементы русской пляски. положение рук в русском танце.

33	Танец «Пляска с притопами»	1		Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.
----	----------------------------	---	--	---

## 2 класс

№ урока	Тема	К-во часов	Дата	Деятельность учащихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами.	1		Совершенствовать навыки ходьбы, бега. Ходить вдоль стен с чётким поворотом в углах зала. Как строиться, ходить, положение рук.
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1		Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, парами. Как строиться в круг.
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>				
3	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.  Упражнения с лентами  РК	1		Развести руки в стороны, раскачивать их перед собой, упражнения с предметами. Как правильно держать мяч.
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы	1		Наклонять и поворачивать голову вперёд, назад
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища	1		Наклонять и поворачивать корпус в сочетании с движениями рук
6	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук	1		Поворачивать корпус с передачей предмета
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>				

7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения	1		Движение головой и левой рукой в разных направлениях, перекрестное движение. положение пальцев ног.
8	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения рук и ног <b>II четверть</b>	1		Отвести ногу в сторону, назад, в сторону, назад вместе с руками. Положение кистей рук.
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>				
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Круговые движения руками.	1		Круговые движения кистью руки: напряженно и свободно
10	Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1		Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать другой руки в медленном темпе. Отработать положение ног при выполнении этого упражнения
<b>Игры под музыку</b>				
11	Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки	1		Выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Различать темповые, динамические изменения
12	Игры под музыку. Различение изменений в музыке РК	1		Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы. Знать передаваемые образы
<b>Танцевальные упражнения</b>				
13	Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг.	1		Ходить тихо, настороженно, мягко, пружинисто, танцевально
14	Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Хлопки. Польшка.	1		Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки.
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>				

15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. <b>III четверть</b>	1		Построиться в колонну по два человека; построиться в колонну по одному из колонны парами.
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>				
16	Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги	1		Построение круга из шеренги.
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами	1		Построиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную.
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>				
18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета РК	1		Уклонять и поворачивать голову вперед, туловище назад
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног.	1		Опускать, поднимать предметы перед собой
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки	1		Выставлять ноги вперед поочередно Резко поднимать согнутую в колене ногу
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>				
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1		Отвести ногу в сторону, назад, вместе с руками

22	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Ускорение и замедление движений	1		Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена движений.	1		Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>				
24	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук.	1		Выполнять свободное падение рук из исходного положения, из положения руки в стороны. Знать исходное положение.
25	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе	1		Раскачивать руки в стороны, перед собой и в сочетании с наклоном корпуса
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног	1		Выбрасывать поочередно правую ногу вперед, левую
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>				
27	Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне	1		Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать пальцы другой в медленном темпе, с ускорением
28	Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане	1		Уметь исполнять восходящие гаммы и нисходящие в пределах пяти нот
<b>Игры под музыку</b>				
29	Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов.	1		Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы
30	Игры под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением.	1		Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением

31	Игры под музыку. Инсценирование доступных песен.	1		Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
<b>Танцевальные упражнения</b>				
32	Танцевальные упражнения. Переменные притопы.	1		Выполнять притопы переменные, прыжки с выбрасыванием ноги вперед
33	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски	1		Элементы русской пляски Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением
34	Танцевальные упражнения. движения местных народных танцев. РК	1		Выполнять основные движения парами по прямой, по кругу

### 3 класс

№ урока	Тема	К-во час	Дата	Деятельность учащихся
	<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>			
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом.	1		Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Знать исходное положение, построение в шеренгу
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы.	1		Чередовать ходьбу с приседанием
3	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три.	1		Ходить на носочках, пятках. Рассчитываться на 1, 2, 3. знать положение рук при выполнении этих упражнений

	<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>			
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	1		Наклоны, повороты, круговые движения головы
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях	1		Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища. Знать, определять тип музыки
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>			
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1		Взмах ногой в разные стороны с одновременным движением рук. Знать, как соединяются ладошки при хлопке.
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Круговые движения ног и рук.	1		Круговые движения ног в сочетании с круговым движением рук (правой, левой)

	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц			
8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча.  РК II четверть	1		Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус, стоя на полупальцах. Знать положение головы
	<b>Игры под музыку</b>			
9	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения	1		Передавать в движениях частей музыкального произведения
10	Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке	1		Передать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта
	<b>Танцевальные упражнения</b>			
11	Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца  РК	1		Элементы танца по программе, выполнять чётко, красиво. Знать положение рук при выполнении движений
12	Танцевальные упражнения. Шаг на носках	1		Шаг на носках (простой), шаг на носках на счёт три, четыре – опуститься. Шаг польки
13	Танцевальные упражнения. Шаг польки.	1		Высокие подскоки, боковой галоп

	Упражнения на ориентирование в пространстве			
14	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга	1		Перестроиться из одного круга в два, три
15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги <b>III четверть</b>	1		Перестроиться в концентрические круги
	<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>			
16	Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.	1		Сгибать, разгибать, встряхивать, поворачивать руки в разных направлениях. Сжимать, разжимать пальцы в кулак
	<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>			
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами	1		Выполнение движений с лентами, обход их при ходьбе, передаче предметов.
	<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>			

18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание	1		Приседать, подниматься на носки (движения делать отдельно и слитно) Круговые движения ног (ступни)  Выставлять ногу в разных направлениях.
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1		Упражнения на выработку осанки  Перелезание через сцепленные руки, через палку.
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>			
20	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами	1		Выполнять упражнения на координацию движений с предметами
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и притопывание несложных ритмических рисунков.	1		Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами)
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>			

22	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела	1		Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую, из стороны в сторону
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>				
	<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>			
23	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах	1		Исполнять гаммы в пределах одной октавы обеими руками (отдельно).
24	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. РК	1		Составить простой ритмический рисунок повторять любой ритм, заданный учителем.
<b>Игры под музыку</b>				
	<b>Игры под музыку</b>			
25	Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений	1		Прохлопывать несложный ритмический рисунок
26	Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца <b>IV четверть</b>	1		Пружинные движения, плавные, спокойные. Самостоятельно ускорять, замедлять темп упражнений
<b>Игры под музыку</b>				

	<b>Игры под музыку</b>			
27	Игры под музыку. Передача игровых образов.	1		Передавать образ при инсценировке песни
28	Игры под музыку. Смена ролей в импровизации.	1		Передавать в движении развернутый сюжет
29	Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами	1		Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их.
30	Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением РК	1		
<b>Танцевальные упражнения</b>				
	<b>Танцевальные упражнения</b>			
31	Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп	1		Двигаться парами по кругу лицом, боком
32	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1		Двигаться парами по кругу лицом, боком
33	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски	1		Элементы русской пляски на месте, с передвижениями
34	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев	1		Выполнять основные движения народных танцев

№	Тема	К-во часов	Дата	Деятельность учащихся
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>				
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре	1		Перестроиться из колонны по одному в колонну по четыре
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение в шахматном порядке	1		Перестроиться в шахматном порядке (из колонны)
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1		Построиться из нескольких колонн в круги, сужая их и расширяя
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>				
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища	1		Круговые движения головы (с акцентом). Движения кистями рук.
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч	1		Круговые движения плечами: вверх, вниз, вперед, назад
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>				

6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы	1		Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку. РК	1		Выполнять упражнения с ускорением. С замедлением  Поднимать голову, корпус с позиции на корточках
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>				
8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.  <b>II четверть</b>	1		Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.
<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>				
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино	1		Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.
<b>Игры под музыку</b>				
10	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка	1		Упражнения на передачу ритмических рисунков темповых и динамических изменений в музыке

11	Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей	1		Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.
<b>Танцевальные упражнения</b>				
12	Танцевальные упражнения. Галоп	1		Упражнения на различение элементов народных танцев.
13	Танцевальные упражнения. Круговой галоп	1		Разучивание народных танцев
14	Танцевальные упражнения. Присядка	1		Танцевальный элемент «присядка».
15	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски. <b>РК III четверть</b>	1		Пружинящий бег. Простые шаги вперед, назад. Три простых шага, притоп (вперед, назад)
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>				
16	Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей.	1		Вращать кистями рук по кругу, пальцы сжаты в кулак противопоставлять один палец остальным. Двигать руками в разном направлении
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>				
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели	1		Перестроиться из простых и концентрированных кругов в «звездочки» и «карусели». Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.

18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла угол.	1		Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против
19	Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения	1		Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>				
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук	1		Выбрасывать руки вперед, в стороны, вверх
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища	1		Поворачивать корпус с передачей предметов
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног.	1		Выставлять ногу во все стороны (начиная вправо)
23	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1		Ходить на внутренних краях стопы
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>				

24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков	1		Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельно составить ритмический рисунок, прохлопать его
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК	1		Сочетание хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>				
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя  <b>IV четверть</b>	1		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).
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>				
27	Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.	1		Выполнять несложные упражнения песни.
<b>Игры под музыку</b>				
28	Игры под музыку. Начало движения.	1		Самостоятельно менять движения в соответствии со сменой музыкальных фраз

29	Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.	1		Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии
30	Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.	1		Разучивать и придумывать новые варианты игр
31	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1		Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка песен, сказки
<b>Танцевальные упражнения</b>				
32	Танцевальные упражнения. Шаг кадрили	1		Подскоки с продвижением вперед, назад, на месте
33	Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением РК	1		Разучивание народных танцев
34	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1		Двигаться парами по кругу лицом, боком. Выполнять основные движения народных танцев

## 7. Описание материально-технического обеспечения

### Материально-техническое обеспечение:

- технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, музыкально-дидактические игры),

### Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>

- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/site/all/sites>
- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
- Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>