|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Утверждено приказом  от «29» августа 2023г. № 146 |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**к рабочей программе по внеурочной деятельности**

**коррекционный курс «Ритмика»**

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

В системе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) курс «Ритмика» в школе является важным звеном в общей системе коррекционной работы. Данный курс направлен на коррекцию недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

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

**Общая характеристика курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

**Цель курса:** развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

***Задачи курса:***

* развивать восприятие музыкальных образов и выражать их в движениях;
* научить согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;
* развивать музыкальные способности (эмоциональная отзывчивость на музыку, слуховые представления);
* развивать чувства ритма, темпа, коррекция общей и речевой мотрики, пространственной ориентировки;
* научить школьников правильно и осмысленно двигаться в соответствии с музыкальным сопровождением;
* выработать достаточно прочные навыки выполнения упражнений;
* развивать координацию движений;
* развивать умение слушать музыку;
* научить выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;
* развивать творческие способности личности;
* прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности.

Ввиду психологических особенностей детей с ОВЗ, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

***Совершенствование движений и сенсомоторного развития***: развитие мелкой моторики и пальцев рук; развитие артикуляционной моторики.

***Коррекция отдельных сторон психической деятельности***:

* коррекция – развитие восприятия, представлений, ощущений;
* коррекция – развитие двигательной памяти;
* коррекция – развитие внимания;
* формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина);
* развитие пространственных представлений и ориентации;
* развитие представлений о времени.

***Развитие различных видов мышления*:**

* развитие наглядно-образного мышления;
* развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

***Развитие основных мыслительных операций****:*

* развитие умения сравнивать, анализировать;
* развитие умения выделять сходство и различие понятий;.

***Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:***

* развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности;
* воспитание самостоятельности принятия решения;
* формирование устойчивой и адекватной самооценки;
* формирование умения анализировать свою деятельность.

***Коррекция – развитие речи:***

развитие фонематического слуха, зрительного и слухового восприятия.

**Описание места курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

**в учебном плане**

Курс коррекционно-развивающей области «Ритмика» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений.

Программа курса коррекционно-развивающей области «Ритмика» рассчитана:

1 год обучения – 34 часа, 1 час в неделю,34 учебных недели;

2 год обучения - 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

3 год обучения - 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

4 год обучения - 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели.

**Личностные и предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

*Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (1 год обучения):*

* включаться в работу на занятиях к выполнению заданий;
* не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам;
* проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.

*Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (2 год обучения):*

* готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю;
* проявлять любознательность и интерес к новому содержанию;
* принимать участие в творческой жизни коллектива.

*Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (3 год обучения):*

-развитие навыков коммуникации и принятие норм социального взаимодействия;

-формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нём;

-освоение социальной роли обучающегося;

-развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

-проявление доброжелательности и взаимопомощи;

-формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

-развитие мотивации к учению, работе на результат;

-развитие бережного отношения к природе

-овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

-развитие самостоятельности: выполнение задания без текущего контроля учителя.

*Личностные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (4 год обучения):*

-развитие навыков коммуникации и принятие норм социального взаимодействия;

-формирование способности к осмыслению социального окружения, своего места в нём;

-освоение социальной роли обучающегося;

-развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

-проявление доброжелательности и взаимопомощи;

-формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

-развитие мотивации к учению, работе на результат;

-развитие бережного отношения к природе;

-овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

-развитие самостоятельности: выполнение задания без текущего контроля учителя;

-овладевать социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

-осознание себя как гражданина России

*Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (1 год обучения)*

*Минимальный уровень:*

* уметь слушать музыку;
* выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
* активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
* слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.

*Достаточный уровень:*

* уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
* уметь на­чинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.
* выполнять плясовые движения по показу учителя;
* организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя.

*Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (2 год обучения)*

*Минимальный уровень:*

* готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
* ходить свободным естественным шагом;
* выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя.

*Достаточный уровень:*

* готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
* ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
* ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

*Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (3 год обучения)*

*Минимальный уровень:*

- рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения три колонны, шеренги;

-соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

-самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой;

- ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;

-передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д., передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

-повторять любой ритм, заданный учителем;

- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

*Достаточный уровень:*

* принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыкального 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 произведения в двухчастной форме с контрастным построением.

*Предметные результаты освоения курса коррекционно-развивающей области*

*«Ритмика» (4 год обучения)*

*Минимальный уровень:*

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

- различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;

- отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой части музыкальных фраз.

- четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время задорной, веселой пляски;

- различать основные, характерные движения некоторых народных танцев.

*Достаточный уровень:*

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движения, руководствуясь музыкой;

- определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;

- различать основные, характерные движения некоторых народных танцев.

**Основное содержание учебного предмета**

**Содержание курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

(1 год обучения)

**Раздел 1**.Упражнения на ориентировку в пространстве.

1.1. Правильное исходное положение.

1.2. Ходьба и бег по ориентирам.

1.3. Построение и перестроение.

1.4. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.

**Раздел 2**.Ритмико-гимнастические упражнения.

2.1. Общеразвивающие упражнения.

2.2. Упражнения на координацию движений.

2.3. Упражнения на расслабление мышц.

**Раздел 3**.Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

**3.**1. Упражнения для кистей рук.

3.2 Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах.

3.3. Игра на музыкальных (детских) инструментах.

**Раздел 4**.Музыкальные игры.

4.1. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки. 4.2. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов).

4.3. Музыкальные игры с предметами.

4.4. Игры с пением или речевым сопровождением.

**Раздел 5**.Танцевальные упражнения.

5.1. Знакомство с танцевальными движениями.

**Содержание курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

(2 год обучения)

**Раздел 1**.Упражнения на ориентировку в пространстве.

1.1. Правильное исходное положение.

1.2. Ходьба и бег по ориентирам.

1.3. Построение и перестроение.

1.4. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга.

**Раздел 2**.Ритмико-гимнастические упражнения.

2.1. Общеразвивающие упражнения.

2.2. Упражнения на координацию движений.

2.3. Упражнения на расслабление мышц.

**Раздел 3**.Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

**3.**1. Упражнения для кистей рук.

3.2 Отстукивание простых ритмических рисунков на музыкальных инструментах.

3.3. Игра на музыкальных (детских) инструментах.

**Раздел 4**.Музыкальные игры.

4.1. Ритмические движения в соответствии с различным характером музыки.

4.2. Имитационные упражнения и игры (игры на подражание конкретных образов).

4.3. Музыкальные игры с предметами.

4.4. Игры с пением или речевым сопровождением.

**Раздел 5**.Танцевальные упражнения.

5.1. Знакомство с танцевальными движениями.

5.2. Разучивание детских танцев.

**Содержание курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

(3 год обучения)

**Раздел 1.**Упражнения на ориентировку в пространстве.

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

1.2. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад.

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

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

**Раздел 2**.Ритмико-гимнастические упражнения.

2.1. Общеразвивающие упражнения.

2.2. Упражнения на координацию движений.

2.3. Упражнения на расслабление мышц.

**Раздел 3**.Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

**3.**1. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.

3.2. Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе.

3.3. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

**Раздел 4**.Музыкальные игры.

4.1. Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз.

4.2. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений.

4.3. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца.

4.4. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации.

4.5. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

**Раздел 5**.Танцевальные упражнения.

5.1. Повторение элементов танца по программе 2 класса.

5.2. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп.

5.3. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением.

5.4. Движения парами: боковой галоп, поскоки.

5.5. Основные движения народных танцев.

**Содержание курса коррекционно-развивающей области «Ритмика»**

(4 год обучения)

**Раздел 1.**Упражнения на ориентировку в пространстве.

**1.**1. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре.

1.2. Построение в шахматном порядке.

1.3. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели.

1.4. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.

1.5. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок.

1.6. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

**Раздел 2**.Ритмико-гимнастические упражнения.

2.1. Общеразвивающие упражнения.

2.2. Упражнения на координацию движений.

2.3. Упражнения на расслабление мышц.

**Раздел 3**.Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

3.1. 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.

3.2. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике.

3.3. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

**Раздел 4**.Музыкальные игры.

4.1. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке.

4.2. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.

4.3. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии.

4.4. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций.

4.5. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

**Раздел 5**.Танцевальные упражнения.

5.1. Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе.

5.2. Упражнения на различение элементов народных танцев.

5.3. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег.

5.4. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.

5.5. Разучивание народных танцев.

*«*ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА (КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА)

*1 год обучения*

*Минимальный уровень:*

* уметь слушать музыку;
* выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
* активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем.
* слушать и правильно выполнять инструкцию учителя.

*Достаточный уровень:*

* уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
* уметь на­чинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу.
* выполнять плясовые движения по показу учителя;
* организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя.

*2 год обучения*

*Минимальный уровень:*

* Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
* ходить свободным естественным шагом;
* выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя;

*Достаточный уровень:*

* Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
* ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
* ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

*3 год обучения*

*Минимальный уровень:*

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

*Достаточный уровень:*

* самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
* четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;
* 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;
* различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

*4 год обучения*

*Минимальный уровень:*

* уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
* различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
* 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;
* различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

*Достаточный уровень:*

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

**Календарно-тематическое планирование 1 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** |
| 1 | Ходьба в соответствии с метрической пульсацией | 1 |  |
| 2 | Построение в колонны по три | 1 |  |
| 3 | Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека | 1 |  |
| 4 | Перестроение из одного круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг | 1 |  |
| 5 | Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущем классе | 1 |  |
| 6 | Наклоны, повороты и круговые движения головы | 1 |  |
| 7 | Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их между собой | 1 |  |
| 8 | Повороты туловища, в сочетании с наклонами | 1 |  |
| 9 | Поднимание на носках и полуприседание | 1 |  |
| 10 | Круговые движения ступни | 1 |  |
| 11 | Упражнения на выработку осанки | 1 |  |
| 12 | Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки | 1 |  |
| 13 | Хлопки и притопы через счёт и на каждый счёт | 1 |  |
| 14 | Плавные движения руками, полуприсяды, выставление ноги на носок | 1 |  |
| 15 | Строевые упражнения: бег по кругу и ориентирам | 1 |  |
| 16 | Упражнения на выработку осанки | 1 |  |
| 17 | Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев кулак и разжимание | 1 |  |
| 18 | Упражнения для кистей рук с барабанными палочками | 1 |  |
| 19 | Исполнение различных ритмов на барабане и бубне | 1 |  |
| 20 | Передача в движениях частей музыкального произведения | 1 |  |
| 21 | Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта | 1 |  |
| 22 | Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений | 1 |  |
| 23 | Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке сюжета музыкального рассказа | 1 |  |
| 24 | Смена ролей в импровизации | 1 |  |
| 25 | Придумывание вариантов движений к играм и пляскам | 1 |  |
| 26 | Действия с воображаемыми предметами | 1 |  |
| 27 | Повторение элементов танца | 1 |  |
| 28 | Шаг на носках, шаг польки | 1 |  |
| 29 | Широкий, высокий бег | 1 |  |
| 30 | Сильные поскоки, боковой галоп | 1 |  |
| 31 | Сильные поскоки, боковой галоп | 1 |  |
| 32 | Основные движения народных танцев | 1 |  |
| 33 | Танцевальные шаги: шаг с носка, приставной, боковой | 1 |  |
| 34 | Танцевальные шаги: высокий и топающий, шаг с носка и на носках, шаг переменный | 1 |  |

**Календарно-тематическое планирование 2 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** |
| 1 | Чередование ходьбы с приседанием. Построение в колонны по два | 1 |  |
| 2 | Перестроения. Игры под музыку | 1 |  |
| 3 | Упражнения с предметами. Упражнения на координацию движений | 1 |  |
| 4 | Ходьба на носках медленно, быстро | 1 |  |
| 5 | ОРУ под музыку с предметами | 1 |  |
| 6 | Движения с предметами | 1 |  |
| 7 | Упражнения на расслабления мышц | 1 |  |
| 8 | Танцевальные упражнения | 1 |  |
| 9 | Игры под музыку | 1 |  |
| 10 | Ходьба с различной постановкой стоп | 1 |  |
| 11 | Специальные танцевальные упражнения | 1 |  |
| 12 | Упражнения с барабанными палочками | 1 |  |
| 13 | Ходьба под музыку. Танцевальные упражнения | 1 |  |
| 14 | Движение рук и ног, правила дыхания при выполнении упражнений | 1 |  |
| 15 | Поднимание рук с отведением их в стороны и назад | 1 |  |
| 16 | Общеразвивающие упражнения с предметами под музыку | 1 |  |
| 17 | Медленные вращения плечевых суставов под музыку | 1 |  |
| 18 | Упражнения для правильной постановки стоп | 1 |  |
| 19 | Перекрестное поднимание и опускание рук | 1 |  |
| 20 | Наклоны и повороты туловища вправо, влево | 1 |  |
| 21 | Отстукивание простых ритмических рисунков | 1 |  |
| 22 | Прохлопывание, отстукивание, протопывание простых ритмических рисунков | 1 |  |
| 23 | Движение кистей рук в разных направлениях | 1 |  |
| 24 | Музыкальные игры с предметами | 1 |  |
| 25 | Игры с пением или речевым сопровождением | 1 |  |
| 26 | Хороводы в кругу, пляски с притопами | 1 |  |
| 27 | Движения парами: кружение на месте | 1 |  |
| 28 | Элементы русской пляски | 1 |  |
| 29 | Бег легкий, на носках. Подпрыгивание на двух ногах | 1 |  |
| 30 | Движения в парах | 1 |  |
| 31 | Упражнения на выработку осанки | 1 |  |
| 32 | Повторение. Упражнения на выработку осанки | 1 |  |
| 33 | Повторение. Выполнение имитационных упражнений и игр | 1 |  |

**Календарно-тематическое планирование 3 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** |
| 1 | Введение. Что такое ритмика. Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса | 1 |  |
| 2 | Чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину | 1 |  |
| 3 | Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга | 1 |  |
| 4 | Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг | 1 |  |
| 5 | Выполнение движений с предметами | 1 |  |
| 6 | Наклоны, повороты и круговые движения головы | 1 |  |
| 7 | Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в  стороны с движениями рук | 1 |  |
| 8 | Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение | 1 |  |
| 9 | Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни | 1 |  |
| 10 | Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону | 1 |  |
| 11 | Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки | 1 |  |
| 12 | Упражнения на сложную координацию движений с предметами | 1 |  |
| 13 | Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков | 1 |  |
| 14 | Самостоятельное составление простых ритмических рисунков | 1 |  |
| 15 | Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот | 1 |  |
| 16 | Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц | 1 |  |
| 17 | Поднятие рук вверх, вытягивание корпуса — стойка на полупальцах | 1 |  |
| 18 | Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону | 1 |  |
| 19 | Упражнение для кистей рук с барабанными палочками | 1 |  |
| 20 | Исполнение гаммы на детском пианино в пределах одной октавы | 1 |  |
| 21 | Разучивание несложных мелодий | 1 |  |
| 22 | Исполнение различных ритмов на барабане и бубне | 1 |  |
| 23 | Музыкальные игры с предметами | 1 |  |
| 24 | Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца | 1 |  |
| 25 | Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Смена ролей в импровизации | 1 |  |
| 26 | Действия с воображаемыми предметами | 1 |  |
| 27 | Подвижные игры с пением и речевым сопровождением | 1 |  |
| 28 | Игра «Узнай по голосу» | 1 |  |
| 29 | Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег | 1 |  |
| 30 | Сильные поскоки, боковой галоп | 1 |  |
| 31 | Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением | 1 |  |
| 32 | Движения парами: боковой галоп, поскоки | 1 |  |
| 33 | Основные движения народных танцев | 1 |  |
| 34 | Итоговый урок |  |  |

**Календарно-тематическое планирование 4 год обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество часов** | **Дата проведения** |
| 1 | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре | 1 |  |
| 2 | Построение в шахматном порядке | 1 |  |
| 3 | Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их | 1 |  |
| 4 | Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол | 1 |  |
| 5 | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений | 1 |  |
| 6 | Упражнения с предметами | 1 |  |
| 7 | Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны | 1 |  |
| 8 | Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам | 1 |  |
| 9 | Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук | 1 |  |
| 10 | Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе | 1 |  |
| 11 | Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп | 1 |  |
| 12 | Упражнения на выработку осанки | 1 |  |
| 13 | Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей | 1 |  |
| 14 | Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений | 1 |  |
| 15 | Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени | 1 |  |
| 16 | Самостоятельное  составление несложных  ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками,  бубном, барабаном) | 1 |  |
| 17 | Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой «петрушка» | 1 |  |
| 18 | Имитация распускающегося цветка(с позиции приседание на корточки) | 1 |  |
| 19 | Имитация увядающего (с позиции приседание на корточки) | 1 |  |
| 20 | Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак) | 1 |  |
| 21 | Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений | 1 |  |
| 22 | Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино | 1 |  |
| 23 | Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни | 1 |  |
| 24 | Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке | 1 |  |
| 25 | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии | 1 |  |
| 26 | Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование | 1 |  |
| 27 | Игры с пением, речевым сопровождением | 1 |  |
| 28 | Инсценирование музыкальных сказок, песен | 1 |  |
| 29 | Упражнения на различение элементов народных танцев | 1 |  |
| 30 | Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут | 1 |  |
| 31 | Пружинящий бег | 1 |  |
| 32 | Поскоки с продвижением назад (спиной) | 1 |  |
| 33 | Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах | 1 |  |
| 34 | Разучивание народных танцев |  |  |

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

*Учебно-методическая и справочная литература:*

* Р.М. Плотникова. Программа по ритмике для детей с нарушением интеллекта специального (коррекционного) образовательного учреждения. Екатеринбург
* И.Г. Лопухина. Речь, Ритм, Движение, С-П изд-во «Дельта»
* М.А Косицина, И.Г. Бородина Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.; Изд-во «Гном» и Д.
* Научно-методический журнал «Коррекционная педагогика: теория и практика» № 2(32), Евтушенко Е.В. «Системный подход к организации работы по музыкальному воспитанию умственно отсталых учащихся».
* Элементарное музыкальное воспитание по системе Карла Орфа /Под ред. Л.А.Барейбойма. - М.
* Бгажнокова И.М. Психология умственно отсталого школьника. М.
* Воспитание и обучение детей во вспомогательной школе /Под ред. В.В. Воронковой. М.
* Гаврилушкина О.М. Об организации воспитания детей с недостатками умственного развития / Дошкольное воспитание.
* Волкова Г.А. Логопедическая ритмика. - М.: Просвещение
* Медведева Е.А. и др. Музыкальное воспитание детей с проблемами в

развитии и коррекционная ритмика. / Под ред. Е.А.Медведевой. - М. Издательский центр «Академия»

* учебно-методический комплект (учебное пособие, методическое пособие для учителя, нотные хрестоматии для слушания музыки, хорового исполнительства, коллективного инструментального исполнительства);
* демонстрационный комплект: музыкальные инструменты;
* дидактический раздаточный материал;
* наглядные пособия и наглядно-дидактические материалы: карточки с изображением нот, ритмическое лото, музыкальные ребусы.

*Аудио и видео материалы*

* информационные сайты, интернет-ресурсы, энциклопедии и др.;
* мультимедийные энциклопедии;
* аудиозаписи и фонохрестоматии по музыке (CD);
* видеофильмы, посвященные творчеству выдающихся отечественных и зарубежных композиторов;
* видеофильмы с записью фрагментов из балетных спектаклей;
* видеофильмы с записью известных оркестровых коллективов;
* видеофильмы с записью известных хоровых коллективов и т.д.

*Технические средства обучения*

* компьютер;
* мультимедийный проектор;
* экран;
* принтер;
* музыкальный центр;
* DVD.

***Учебно-практическое оборудование:***

* аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления демонстрационного материала;
* музыкальный инструмент: цифровое пианино.
* комплект элементарных музыкальных инструментов: бубен; бубенцы; колокольчики; кастаньеты; ритмические палочки; ручной барабан; ксилофон; ложки (музыкальные ложки); маракас; металлофон; погремушки; треугольник;
* театральный реквизит (костюмы, декорации, обручи, гимнастические палки, коврики, платочки, флажки и пр.).