


Государственное общеобразовательное учреждение Ярославской области
«Гаврилов-Ямская школа-интернат»

 <p>УТВЕРЖДАЮ: Директор _____ Е.И. Басова «19» 09 2023 г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО: Зам. директора по УВР _____ Т.В. Клейман «19» 09 2023 г.</p>	<p>РАССМОТРЕНО на заседании Методического совета протокол № <u>1</u> «19» 09 2023 г.</p>
--	--	--

Адаптированная рабочая программа
коррекционного курса «Ритмика»
(вариант 4.3)
для 1-4, 4(дополнительного) классов

Учитель: М.Р. Агапова

г. Гаврилов-Ям
2023/ 2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа курса «Ритмика» для общеобразовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы начального общего образования слепых и слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), составлена в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для обучающихся с ОВЗ, Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования слепых и слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 3.3, 4.3).

У слепых и слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) наблюдается снижение двигательной активности, своеобразие физического развития (нарушение координации, точности, объема движений, нарушение сочетания движений глаз, головы, тела, рук и др.), в том числе трудности формирования двигательных навыков.

Слепым и слабовидящим детям с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны затруднения: в овладении пространственными представлениями, в процессе микро- и макроориентировки, в словесном обозначении пространственных отношений; в формировании представлений о форме, величине, пространственном местоположении предметов; в возможности дистантного восприятия и развития обзорных возможностей. Кроме того, слепым и слабовидящим обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны трудности, связанные с качеством выполняемых действий, автоматизацией навыков, что особенно ярко проявляется в овладении учебными умениями и навыками.

Целями обучения ритмике являются:

- мотивация здоровье сберегающего образа жизни слепых и слабовидящих обучающихся легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) посредством освоения основ содержания оздоровительных упражнений, танцевальных элементов, умения сохранять и совершенствовать своё телесное «Я»,

- физическое развитие слепых и слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), формирование моторики, проприоцептивности для владения своим телом при передвижении;

- воспитание личностных качеств (стремления к преодолению трудностей, упорство в достижении целей, преодоление боязни пространства);

- развитие навыков мобильности;

- развитие коммуникативных навыков общения со сверстниками и взрослыми.

Курс призван решить следующие **задачи**:

- формировать потребность в ритмических, красивых, пластичных движениях;
- развивать двигательную активность, координацию движений;
- дать возможность овладеть специальными ритмическими упражнениями и умением их выполнять;
- развивать чувство ритма, связи движений с музыкой, способности к дифференциации движений по степени мышечных усилий, музыкально-ритмическую память;
- совершенствовать двигательные умения и навыки, укреплять здоровье, повышать работоспособность;

- развивать двигательное самовыражение в соответствии с характером музыкального сопровождения движений в танцах и играх, речевое самовыражение в соответствии с ритмом песни, стихотворений, речевых игр;
- развивать позитивное самоощущение, что связано с состоянием раскрепощенности, уверенности в себе, ощущением собственного эмоционального благополучия, своей значимости в коллективе, положительной самооценки;
- развивать выразительность движений и самовыражение;
- расширять опыт саморегуляции движений;
- осваивать владение своим телом, координацию движений, согласованность движения с музыкой, дифференцированность движений по степени мышечных усилий, управление темпом движений и способность подчинять свои движения музыке, согласовывать свои действия с действиями других, согласовывать темп речи и движения;
- повышать двигательную активность;
- развивать навыки пространственной ориентировки, коммуникации;
- воспитывать позитивное эмоционально-ценностное отношение к миру.

Общая характеристика курса

Курс «Ритмика» входит в коррекционно-развивающую область; занятия ритмикой способствуют преодолению вторичных отклонений в развитии слепых и слабовидящих детей с легкой умственной отсталостью и способствуют совершенствованию их двигательной сферы.

Ритмика определяется как система физических упражнений, основанных на связи движений с музыкой. Развитие чувства ритма является необходимым условием овладения многими видами двигательной деятельности. Человек, обладающий чувством ритма, лучше понимает и усваивает ритмические характеристики движений, которые являются важным компонентом координации движений.

Занятия ритмикой способствуют повышению работоспособности организма, укреплению и сохранению здоровья, коррекции двигательных нарушений и недостатков физического развития, формированию умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий во времени и пространстве, управлять темпом движений и подчинять свои движения музыке, придают движениям целесообразность, стройность и уверенность.

Ритмико-танцевальная деятельность сложна и многообразна. Состояние здоровья обуславливает выбор методов, форм и видов музыкально-танцевальной деятельности, определяет необходимость использования ритмических движений, игр в качестве корректирующих средств.

Место курса в учебном плане

Рабочая программа рассчитана:

- в 1 классе на 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебные недели;
- во 2 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели;
- в 3 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели;
- в 4 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели;
- в 4 (доп.) классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели.

БУД (Базовые учебные действия) в рамках предмета «Ритмика» (3.3, 4.3)

двигательная самореализация;
восприятие «образа Я» как субъекта музыкально-двигательной, танцевальной деятельности;
планирование и умение придерживаться заданной последовательности движений, действий;
эстетические и смысловые ориентации, направленные на развитие потребности в двигательном и творческом самовыражении;
развитие чувства ритма, связи движений с музыкой, координации движений;
саморегуляция как способность к выполнению движений, двигательных действий;
установка на здоровьесберегающее поведение, ориентация на выполнение правил здорового и безопасного образа жизни;
развитие мотивации к преодолению трудностей;
умение принимать и сохранять учебную задачу;
потребность в двигательной активности и самореализации;
активное использование сохраненных анализаторов для формирования компенсаторных способов овладения специальными ритмическими упражнениями;
развитие навыков пространственной ориентировки как основы овладения ритмическими движениями;
умение различать способ и результат деятельности при выполнении танцевальных движений;
умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми на занятиях ритмической гимнастикой;
алгоритмизация практических действий при выполнении танцевальных движений;
умение взаимодействовать с социальным окружением при овладении элементами танцев, танцами;
умение адекватно воспринимать, понимать и использовать вербальные и невербальные средства общения на занятиях ритмикой.

Основное содержание коррекционного курса

Теоретические знания.

Занятия ритмикой в жизни человека. Тело человека и его двигательные возможности. Ритмические упражнения в жизнедеятельности, в том числе в учебной деятельности. Музыка и движение. Красота движения и музыкально - ритмическая деятельность. Упражнения в музыкально-ритмической деятельности. Танцевальные движения и танцы. Движение и речь. Ритмика и зрение, ритмика и слух.

Специальные ритмические упражнения.

Движения. Ритмичная ходьба с акцентами на определенный счет, с хлопками, упражнениями с движениями рук и туловища, проговариванием стихов (поговорок и др.) без музыкального сопровождения. Ритмичные движения на счет (четный, нечетный) с паузой. Ритмичные хлопки в ладоши. Ходьба и бег в различном темпе. Ритмичное изменение положения рук. Ритмичные координированные движения рук. Упражнения для глаз.

Упражнения на связь движений с музыкой.

Движение. Характер движения. Движения под пение. Движения под музыку. Движение в соответствии с частью музыкального произведения. Ходьба, бег с движениями рук на акцент в музыке. Ходьба, бег с выполнением выпадов, поворотов, остановок на акцент в музыке. Ходьба, бег в соответствии с характером и ритмом музыки. Передача движением звучания музыки. Смена направления движения с

началом музыкальной фразы. Формирование пластичности движений, умений управлять темпом движений. Преодоление трудностей развития движений. Развитие выразительности движений и самовыражения.

Упражнения ритмической гимнастики.

Упражнения ритмической гимнастикой. Формирование ритмичности движений. Содержание и амплитуда движения. Общеразвивающие и специальные упражнения. Упражнения с предметами и без предметов. Упражнения на пространственную ориентировку.

Подготовительные упражнения к танцам.

Упражнения для ступней ног. Выставление ноги на носок. Полуприседание. Выставление ноги на пятку, носок. Преодоление трудностей развития двигательных действий. Развитие координации двигательных действий.

Элементы танцев.

Точность движения. Выставление ноги на пятку и носок. Шаг с притопом на месте. Выставление ноги на пятку с полуприседом. Хороводный шаг. Тройной шаг. Шаг польки. Музыкально-двигательный образ. Преодоление трудностей развития движений, развитие связи движения с музыкой.

Танцы.

Красота движения. Танец. Хоровод. Хлопки. Красивые, изящные движения. Виды танцев. Весёлые, грустные мелодии. Народные мелодии. Развитие двигательной активности, координации движений, умений управлять темпом движения.

Музыкально-ритмические игры и занятия.

Подвижные игры. Музыкально-ритмические игры. Музыкально-ритмические упражнения и игры по ориентировке в пространстве. Коммуникативные танцы - игры. Корректирующие игры. Речевые игры. Ритмодекламация.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№	Тема	Виды деятельности	Дата
1	Введение. Азбука движений. Хоровод. Игра «Пожалуйста».	Осознают понятия: ритм, танец Хоровод. Слушают и повторяют ритмический рисунок, выполняют ритмические движения и хороводные шаги, выполняют движение по кругу, в круг, из круга, вокруг себя.	
2	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Хоровод. Игра «Зайцы и медведь».	Знакомятся с понятиями: марш, вступление. Умеют вступить правильно, выполняют образные движения зайца и медведя. Исполняют хоровод с движениями.	
3	Упражнения на ориентировку. Азбука движений. Хоровод. Игра «Ребёнок – наоборот»	Знакомятся с понятиями: шеренга и колонна. Умеют строиться в шеренгу, колонну, круг. Умеют ходить с высоким подниманием колен и мягким шагом. Исполняют хоровод. Разучивают игру.	
4	Упражнение на ориентировку. Азбука движений. Хоровод. Полька. Игра «Пожалуйста», «Ребёнок наоборот».	Знакомятся с хореографическим станком, работают у станка. Называют правильно части тела. Знакомятся с танцем «Полька». Различают по темпу, характеру движений, хоровод от польки. Выполняют подскоки в т. Полька.	
5	Азбука движений. Хоровод. Полька. Пальчиковые игры.	Выполняют движения у станка: подъём на носки, выставление ноги на носок и каблук. Правильно выполняют повороты у станка. Исполняют хоровод и т. Полька.	
6	Азбука движений. Полька. Аннушка. Игра «Охотник»	Выполняют порядок упражнений у станка. Отрабатывают подскоки в т. Полька. Учат порядок движений в т. «Аннушка» в парах.	
7	Азбука движений. Полька. Аннушка. Пальчиковые игры.	Выполняют движение маятник. Работают у станка, координируют движения глаз и рук в соответствии с заданным темпом. Отрабатывают движения в т. «Аннушка» и т. Полька – хлопки.	
8	Азбука движений. Аннушка. Полька. Движения в комбинации.	Знакомятся с позициями ног (1 и 2). Выполняют движения по этим позициям. С помощью учителя исполняют танцы: Аннушка и Полька.	
9	Азбука движений. Образные движения.	Знакомятся с позициями рук (1, 2). Принимают правильную осанку и поддерживают её. Выполняют образные движения: ходьба медведя, прыжки зайца, падают листья.	

10	Азбука движений. Образные движения. Хоровод.	Выполняют движения у станка по позициям. Исполняют танцы выразительно, в характере. Выполняют образные движения.	
11	Разводка под музыку марша. Диско-танец. Полька.	Сходятся и расходятся под музыку. Знакомятся с современными ритмами на примере диско–танца. Осваивают движения 1 части. Совершенствуют исполнение польки.	
12	Азбука движений. Массовые танцы. «Утята».	Выполняют движения у станка, включая 3-ю позицию рук. Закрепляют движения диско – танца. Осваивают движения массовых танцев. Запоминают слова и согласовывают их с движениями.	
13	Азбука движений. Диско-танец. Массовые танцы. Образные движения под музыку. Пальчиковые игры.	Выполняют упражнения у станка по 1-ой, 6-ой позициям ног. Совершенствуют движения диско–танца. Отрабатывают движения массовых танцев. Знакомятся с позициями рук.	
14	Азбука движений. Образные движения. Массовые танцы. Диско-танец.	Знакомятся с терминами хореографического тренажа: “demiplié”, “grandplié”. Выступают перед сверстниками индивидуально или в паре – концертное исполнение.	
15	Упражнения на ориентировку в пространстве. Азбука движений. Массовые танцы. Пальчиковые игры.	Учатся расходиться по одному и встречаться с помощью учителя или партнёра. Продолжают знакомиться с терминами: “demiplié”, “grandplié”. Выполняют их с 1 и 2 позициями рук. Исполняют массовые танцы.	
16	Азбука движений. Хоровод, Полька, Диско-танец, Образные движения, массовые танцы.	Учат порядок упражнений у станка по позициям. Самостоятельно исполняют движения танцев. Придумывают движения к заданным образам и выполняют их под музыку.	
17	Основы танцевальной азбуки. Диско-танец. Речевая игра.	Исполняют диско-танец. Двигаются с проговариванием слов. Соотносят слова с темпом музыки.	
18	Азбука движений. Танец «Вальс». Музыкально-ритмическая игра.	Отвечают на вопросы о понятиях танцевальной терминологии: демиплие, гранд плие. Знакомятся с вальсом: размер $\frac{3}{4}$, характер музыки, подбирают образы, костюмы. Передают образ, настроение музыки посредством движений.	
19	Азбука движений. Основной шаг в танце «Вальс». Речевая игра.	Осваивают движения демиплие, гранд плие. Учат боковые движения вальса (балансе), положение рук в паре. Умеют согласовывать темп движения с проговариванием.	
20	Разводка парами и по одному. Основной шаг в паре танца «Вальс».	Строятся в шеренгу, колонну, ходят по кругу под музыку. Выполняют движения: боковой шаг, подъём на носочки по 6-ой позиции ног. Исполняют репертуарные танцы.	

21	Азбука движений. Вальс (1 фигура). Игра «Пограничник».	Выполняют движения у станка с поворотом. Танцуют в паре 1 фигуру вальса, согласовывают свои движения с движениями партнера. Учат правила игры «Пограничник».	
22	Разводка. Азбука движений. Вальс. (I, II фигуры). Пальчиковые игры.	Двигаются под музыку в заданном направлении. Выполняют движения по кругу, в круг, из круга, вокруг себя. Совершенствуют движения вальса.	
23	Азбука движений. Повтор репертуарных танцев. Игры.	Знакомятся с 3-ей позицией ног. Выполняют движения по этой позиции. Репертуарные танцы исполняют выразительно, артистично.	
24	Разводка. Знакомство и индивидуальная отработка боковых шагов т. Кадриль. Образные движения на тему «Весна». Пальчиковые игры.	Выполняют движения по позициям ног и рук у хореографического станка. Прослушивают музыку к танцу «Кадриль»; учатся различать характер, размер, темп танца. Передают движением звучание музыки.	
25	Азбука движений. Вальс. Отработка движений II части в танце «Кадриль».	Чётко и выразительно выполняют отдельные движения и элементы танца Кадриль. Выразительно исполняют Вальс. Играют.	
26	Разводка. Азбука движений. Совершенствование танца «Вальс». Движения в паре танца «Кадриль».	Выполняют движения разводки по одному и в паре, упражнений у станка. Вальс исполняют артистично. Учат движения танца Кадриль.	
27	Азбука движений. Переходы по кругу в танце Кадриль.	Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при переходах в т. Кадриль. Играют.	
28	Разводка по классу. Азбука движений. Работа над движениями танца «Кадриль».	Выявляют характерные ошибки при выполнении разводки. Совершенствуют движения танца.	
29	Азбука движений. Повтор танцев «Аннушка», «Полька».	Выполняют разводку и упражнения у станка. Учат движения т. Аннушка, Полька.	
30	Разводка. Азбука движений. Знакомство с танцем «Полонез».	Выполняют движения в разводке т. Полонез. Отрабатывают движения у станка. Играют.	
31	Азбука движений. Разводка под музыку танце «Полонез».	Выполняют движения по позициям: 1, 2, 6. Исполняют танцы репертуарного плана. Учатся играть в команде.	
32	Медленный вальс. Положение рук в паре. Повтор танцевального репертуара.	Выполняют разводку под музыку полонеза. Осваивают положение рук в паре и выполняют шаги медленного вальса. Знают и выполняют движения танцев репертуарного плана.	
33	Обобщение по теме: «Азбука движений».	Выполняют разводку под музыку полонеза. Знают и исполняют танцевальный репертуар. Знают и выполняют правила игры.	

2 класс
1 четверть (9 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Знакомство с уроком ритмики. Местоположение в классе «Найди свое место»	Пространственная ориентация. Развитие зрительного восприятия.	Бубен.	
2	Постановка корпуса: положение рук, ног. Поклон - приветствие	Развитие зрительного и слухового восприятия	«Полька» И.Штраус	
3	Упражнения ритмопластики	Развитие координации движения, внимания	Марш, полька	
4	Виды шага: с высоким подъемом колена. Виды бега: легкий, высокий	Развитие равновесия	«Марш», любая быстрая мелодия	
5	Шаг марша	Развитие пространственной ориентации	Маршевые мелодии	
6	Перестроение в линии, колонны, пары.	Развитие координации движения	Детские песни (фонограммы-минусовки)	
7	Подвижные игры под музыку	Создание музыкально-двигательного образа	«Ветерок-ветер», «После дождя», «Гладить кошку»	
8	Пальчиковая гимнастика. Музыкальные игры	Развитие речи, музыкального слуха	Плавные, спокойные мелодии	
9	Повторение музыкально-ритмического материала 1-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 1-й четверти	

2 четверть (7 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Музыкально-ритмические игры «Огуречик», «Паровоз».	Развитие координации движений	Маршевые мелодии	
2	«Марш» (с флажками). Галоп по кругу, на месте. Комбинации с флажками.	Развитие чувства равновесия. Развитие памяти, внимания, слухового восприятия	«Марш» Е. Тиличевой «Полька» С.Прокофьева	

3	Передача ритмического рисунка мелодии на ложках	Развитие динамического слуха (тихо-громко), умения реагировать на изменение темпа	«Светит месяц», «Ах, вы, сени» русские плясовые	
4	Элементы народного танца: положение корпуса, притопы, притопы в комбинации с хлопками	Развитие четкого выразительного исполнения движений. Активизация двигательной памяти	Народные мелодии	
5	«Ковырялочка»: носик, пятка, три притопа.	Развитие чувства ритма. Формирование умения выразительно исполнять движения.	«Калинка» р.н.п.	
6	Сюжетно-образные движения: «Ветерок-ветер», «После дождя», «Колка дров»	Формирование умения создавать музыкально-двигательный образ	Русские народные мелодии	
7	Повторение музыкально-ритмического материала 2-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 2-й четверти	

3 четверть (10 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	«Марш» (с флажками). Пляска с притопами.	Развитие координации движений	«Марш» П.И. Чайковского. «Пляска с притопами» Т.Ломовой	
2	Галоп в парах на месте и по кругу в комбинации с флажками	Развитие положительных эмоций	«Полька» М.Глинки	
3	Элементы народного танца.	Развитие восприятия (зрительного и слухового), памяти	Русские народные пляски	
4	Вращение - повороты вокруг себя через правое плечо, «пружинка», хороводный шаг.	Развитие восприятия (зрительного и слухового), памяти	Русские народные пляски	
5	Положение рук, ног в хороводе с платочками.	Развитие выразительности движений	«Во поле береза стояла» р.н.п.	
6	Хоровод с голосовым сопровождением. Музыкальная игра «Заводные игрушки»	Развитие координации движений	«Светит месяц» нар. плясовая	
7	Композиционная работа.	Формирование творческих	«Стукалка» рус. плясовая	

	Пляска «Стукалка».	способностей	мелодия	
8	Игра на детских музыкальных шумовых инструментах: ложки, бубны	Развитие чувства ритма	«Барыня» рус.плясовая	
9	Движения парами. Подвижная музыкальная игра «На бабушкином дворе»	Развитие воображения, творчества. Формирование умения чувствовать партнёра.	«Как пошли наши подружки» р.н.п. Фоновая музыка	
10	Повторение музыкально-ритмического материала 3-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 3-й четверти	

4 четверть (8 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Передача ритмических рисунков мелодии хлопками, притопами	Развитие чувства ритма, внимания, памяти	«Раз, два, три...» фонограмма	
2	Упражнения с предметами (ленты, мячи)	Развитие умения удерживать предмет в руке	«Экосез» Ф.Шуберта «Лесная сказка» И.Штрауса	
3	Модели перестроений: круг, полукруг, линия	Развитие координации движений	«Утушка» р.н.п. Фоновая музыка	
4	Положение рук, ног, корпуса в танце. Пскоки. Прыжки по 6-й позиции ног.	Развитие чувства ритма, координации	Плясовые мелодии	
5	Пскоки вокруг себя, на месте. Прыжки с выносом ноги назад, в сторону поочередно.	Активизация двигательной памяти	Веселые мелодии детских песен	
6	Пляска с предметами (платочки). Игра– потешка «Лесная зверобика»	Развитие умения правильно держать предмет в руке. Формирование творческих способностей	Ритмичные плясовые мелодии	
7	Игра на детских музыкальных инструментах	Совершенствование приемов игры на ложках	Ритмичные плясовые мелодии	
8	Повторение музыкально-ритмического материала 4-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 4-й четверти	

3 КЛАСС
1 четверть (9 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Галоп в парах и по одному. Пскоки на месте, в движении. Правило выполнения пскоков	Развитие четкости, выразительности, координации	«Полька»	
2	Положение корпуса, рук, ног, головы в продвижении по кругу	Развитие эмоциональной сферы	«Полька»	
3	Передача ритмических рисунков на ложках. Игра на бубнах и трещотках.	Развитие чувства ритма, памяти, координации движений	Русские народные мелодии	
4	Полька в комбинации с движением галопа. Пскоки по кругу	Активизация двигательной памяти	«Полька»	
5	Сюжетно-образные движения: зайчики, лисички, медведи, волки	Развитие активности, творчества, воображения	Детские мелодии	
6	Парная пляска.	Формирование чувства партнера, интереса, самостоятельности	«Парная пляска» чешская народная мелодия	
7	Русский хоровод: постановка корпуса, головы. Ходьба вправо, влево, не сужая круг	Формирование интереса к хороводным русским танцам	Русская народная мелодия «Пойду ль я»	
8	Русская хороводная пляска	Воспитывать интерес к народному танцу	Русская народная мелодия «Пойду ль я»	
9	Повторение музыкально-ритмического материала 1-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 1-й четверти	

2 четверть (7 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Комбинации движений с флажками	Развитие ловкости, точности исполнения движений	«Марш» Ж. Бизе	
2	Элементы народного танца: положение корпуса, рук, ног в литовском танце	Развитие выразительности исполнения. Активизация внимания	Литовская народная мелодия «Литовская полька»	

3	Приставной шаг. Двойные, тройные притопы.	Развитие ритма	«Белолица-круглолица» р.н.мел.	
4	Композиционная работа «Парная полька». Пскоки, хлопки, галоп, кружения	Формирование правильной осанки	«Добрый жук» Спадавекия	
5	Композиционная работа «Литовский танец»	Формирование творческих способностей. Развитие умения правильно выполнять пскоки, галоп по кругу	Литовская полька	
6	Игры с пением, со стихами. Сюжетно-образные движения. Пальчиковая гимнастика «Веселый зоосад», «Разминка»	Развитие умения создавать музыкально-двигательный образ. Развитие положительных эмоций. Воспитание дружеских взаимоотношений	Музыкальная подборка «Жираф» С.Железнова	
7	Повторение музыкально-ритмического материала 2-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 2-й четверти	

3четверть (10 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Композиционная работа «Полька»	Формирование чувства ритма, двигательной памяти. Развитие координации движений.	«Полька» Ю. Слонова	
2	Полька в парах. Хлопки, притопы.	Формирование чувства ритма, двигательной памяти. Развитие координации движений.	«Полька» Ю. Слонова	
3	Виды бега: легкий, на месте, со сменой направления, с выносом ноги вперед. Различные виды перестроений	Модели – перестроения в графическом варианте	Ритмичные маршевые мелодии	
4	Ход на полупальцах. Комбинации движений с флажками.	Активизация двигательной памяти	Маршевые мелодии	
5	Элементы классического танца	Развитие умения четкого исполнения движений	«Полонез» М.Глинки	

6	Положение рук, ног в полонезе. Акцентированный шаг, шаг с носка	Развитие четкости, организованности при выполнении движений	«Полонез» М.Глинки	
7	Вращение вокруг себя парами	Развитие координации движений	«Полонез» М.Глинки	
8	Игра на детских шумовых инструментах	Совершенствование приемов игры на шумовых инструментах	Русская народная мелодия «Ах, вы, сени...»	
9	Пальчиковая гимнастика	Развитие мелкой моторики	Детские мелодии	
10	Повторение музыкально-ритмического материала 3-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 3-й четверти	

4 четверть (8часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Комбинации движений с флажками. Игры – потешки, игры с пением	Развитие слухового восприятия, внимания, выработка четкости движений	«Полька» Т.Ломовой	
2	Эстрадный танец: положение рук, ног, корпуса.	Привитие навыков четкого и выразительного исполнения	«Капитошка»	
3	Эстрадный танец. Прыжки. Перестроения.	Развитие чувства ритма	«Капитошка»	
4	Танец «Летка-енька».	Развитие двигательной памяти, координации движений	«Летка-енька» финский танец	
5	Комбинации движений: галоп, поскоки, вращения	Формирование точности, ритмичности, координации движений	«Круговой галоп» венгерская народная мелодия	
6	Передача ритмических рисунков мелодии (ложки). Хлопки, притопы	Совершенствование приёмов игры на ложках. Развитие чувства ритма.	Русские народные плясовые мелодии	
7	Элементы русского народного танца	Развитие координации между выполнением движения и музыкальным сопровождением	«Парная пляска», «Зеркало»	
8	Повторение музыкально-ритмического материала 4-й четверти	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 4-й четверти	

4 КЛАСС
1 четверть (9 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Шаг с носка, ходьба на полупальцах. Высокий бег с чередованием выбросов ног вперед.	Развитие координации движений	«Во саду ли» р.н.п. «Барыня» р.н.п.	
2	Вращения. Комбинация движений с флажками.	Освоение моделей перестроений, рисунков танца	Ритмичные мелодии	
3	Комбинация движений с лентами.	Развитие координации движений, умение удерживать предмет в руке	«Осенний вальс» С.Ермолова	
4	Эстрадный танец «Пингвины»: положение рук, корпуса, ног.	Выработка четкости, выразительности движений	«Три пингвина» (из реп-ра шоу-группы «Улыбка»)	
5	Танец «Пингвины». Движения танца: галоп, поскоки, приседания, вращения.	Создание музыкально-двигательного образа	«Три пингвина» (из реп-ра шоу-группы «Улыбка»)	
6	Полька.	Активизация двигательной памяти	«Полька» Д.Шостаковича	
7	Сюжетно-образные движения: заяц, медведь, лиса, волк.	Развитие воображения, творчества	Фоновая музыка	
8	Передача ритмических рисунков мелодий (ложки).	Развитие эмоционально-волевой сферы	Русские народные мелодии	
9	Повторение музыкально-ритмического материала 1-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 1-й четверти	

2 четверть (7 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Комбинация движений с мячами, лентами.	Активизация двигательной памяти	«Добрый жук» - полька	
2	Элементы классического танца: положение рук, ног, корпуса. Шаг – приставка, взмахи руками.	Формирование эстетического вкуса, привитие интереса к классическому танцу	«Норвежский танец». Э.Григ	
3	Передача ритмического рисунка хлопками, притопами.	Формирование умения создавать музыкально-ритмические образы	Русские народные мелодии	

4	Украинская пляска. Основные движения.	Освоение моделей рисунков танца, развитие умения ориентироваться в пространстве	«Весёлый танец» украинская народная мелодия	
5	Украинская пляска. Движения танца в комбинации. Отработка движений.	Развитие координации движений, музыкальной и двигательной памяти.	«Весёлый танец» украинская народная мелодия	
6	Подвижные музыкальные игры на внимание.	Развитие внимания, ловкости, быстроты реакции	«На бабушкином дворе», «Разминка», «Магазин игрушек»	
7	Повторение музыкально-ритмического материала 2-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 2-й четверти	

3 четверть (10 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Норвежский танец.	Формирование творческих способностей развития двигательной памяти	«Норвежский танец» Э.Грига	
2	Галоп, поскоки, бег, вращения, хлопки, притопы – движения в комбинациях.	Развитие точности, выразительности исполнения	«Норвежский танец» Э.Грига	
3	Элементы народного танца: положение рук, ног, головы, корпуса. Моталочка – вперед, назад.	Развитие положительных эмоций; развитие координации движений	«Там за речкой» р.н.п.	
4	«Ковырялочка», притопы (одинарные, двойные, тройные), вращения.	Развитие точности исполнения движений.	«Калинка» р.н.п. «Там за речкой» р.н.п.	
5	Присядка для мальчиков, хлопки со скользящим ударом, рука об руку, по бедру, голени.	Формирование выразительного, координированного исполнения движений	Русская нар. мелодия «Чеботуха»	
6	Передача ритмических рисунков на ложках. Свободные импровизации.	Развитие чувства ритма	Любые ритмические мелодии (детские песни)	
7	Русская пляска. Композиционная работа.	Формирование творческих возможностей. Воспитание дружеских отношений, чувство	«Светит месяц» р.н.п.	

		партнёрства		
8	Пляска с платочками.	Формирование творческих возможностей. Воспитание дружеских отношений, чувство партнёрства	«Светит месяц» р.н.п.	
9	Игра на музыкальных инструментах Подвижные игры.	Развитие координации движений, мелкой моторики рук	Русские народные плясовые мелодии	
10	Повторение музыкально-ритмического материала 3-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 3-й четверти	

4 четверть (8часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	«Добрый жук». Украинская пляска. Русская пляска. Повторение и закрепление танцев.	Развитие гибкости, координации движений, музыкальной и двигательной памяти	«Добрый жук» «Светит месяц» р.н.п. «Весёлый танец» украинская народная мелодия	
2	Эстрадный танец «Утята»: положение корпуса, рук, ног.	Активизация двигательной памяти, зрительного и слухового внимания.	«Танец утят»	
3	Эстрадный танец «Утята». Движения танца в комбинации.	Активизация двигательной памяти, зрительного и слухового внимания. Развитие координации движения	«Танец утят»	
4	Танец в парах.	Развитие равновесия. Активизация двигательной памяти, внимания	Танец с хлопками (карельская нар. мелодия)	
5	Танец в тройках.	Сочетание движений с частями музыки, текстом песни (быстрый темп)	«Дружные тройки» полька (И.Штраус)	
6	Сюжетно – образные движения, подвижные музыкальные игры.	Профилактика плоскостопия, формирование правильной осанки.	Музыкальная подборка	
7	Игра на ложках.	Развитие чувства ритма	Русские народные мелодии	
8	Повторение музыкально-ритмического материала 4-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 4-й четверти	

4 (ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ) КЛАСС
1 четверть (9 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Комбинация движений: поскоки, галоп, хлопки, притопы на месте, по линии, в парах, по кругу.	Развитие выразительности движений	«Полька» С.Рахманинова	
2	Элементы бального танца: положение рук, ног, корпуса, головы. Поднимание на полупальцах.	Формирование осанки, гибкости	Вальсовые мелодии	
3	Танцевальные жанры (классические, современные, народные).	Развитие памяти мышления	Полька. Вальс. Танго. Диско. Музыка разных жанров	
4	Вращение на полупальцах вокруг себя, по «восьмёрке», в парах.	Развитие координации движений	«Медленный вальс»	
5	Квадрат медленного вальса в паре, по одному.	Воспитание эстетического вкуса, интереса к классическим танцам	«Медленный вальс»	
6	Народный танец. «Узбекский танец».	Развитие музыкальности исполнения движений, их выразительности. Постановка корпуса, рук, ног	Узбекский танец	
7	Игра на детских музыкальных инструментах.	Развитие чувства ритма	Русские народные мелодии	
8	Пальчиковая гимнастика.	Развитие тонуса мышц, гибкости тела	Танцевальные мелодии	
9	Повторение музыкально-ритмического материала 1-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 1-й четверти	

2 четверть (7 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Вальс – король танца.	Развитие координации движений	«Вальс» из оперетты «Летучая мышь» И.Штрауса	
2	Передача ритмического рисунка мелодии	Развитие чувства ритма	Ритмические мелодии	

	на ложках; импровизация ритмов в быстром и медленном темпах.			
3	Элементы народного танца: положение корпуса, рук, ног. Характерные шаги в кадрили.	Активизация слух. восприятия, двиг. памяти. Развитие координации между слуховым восприятием и двигательными ощущениями	Кадриль (рус. нар. мел.)	
4	Шаги приставные с притопом (двойные, тройные). Повороты в паре: руки в положение «свеча».	Развитие координации между слуховым восприятием и двигательными ощущениями	Кадриль (рус. нар. мел.)	
5	Положение рук, корпуса головы в движении в парах.	Формирование правильной осанки	Кадриль (рус. нар. мелодия)	
6	Пляска «Русская кадриль».	Развитие координации между слуховым восприятием и двигательными ощущениями	Кадриль (рус. нар. мелодия)	
7	Повторение музыкально-ритмического материала 2-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 2-й четверти	

3 четверть (10 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Виды перестроения. Упражнения с флажками, лентами.	Развитие двигательной памяти, внимания	Маршевые мелодии.	
2	Передача ритмических рисунков мелодии хлопками, притопами.	Развитие чувства ритма	Ритмичные мелодии	
3	Элементы народного танца. Положение корпуса в грузинском танце.	Развитие умения выразительно исполнять движения танца	Грузинская народная мелодия «Лезгинка»	
4	Ход на полупальцах.	Развитие умения выразительно исполнять движения танца	«Лезгинка». Грузинские народные мелодии	
5	Движения рук в грузинском танце.	Развитие двигательной и музыкальной памяти	«Лезгинка»	
6	Боковой ход в грузинском танце.	Развитие координации движений	«Лезгинка»	
7	Низкие прыжки с выносом ноги вперед –	Развитие координации движения,	«Лезгинка»	

	на каблук. Вращения вокруг себя и партнёра.	памяти, внимания		
8	Движения в парах в грузинском танце.	Формирование способности к самостоятельному исполнению танцевальных композиций	«Лезгинка»	
9	Танец «Лезгинка». Композиция танца.	Развитие способности чувствовать партнера. Развитие ритмического слуха, координации движений	«Лезгинка»	
10	Повторение музыкально-ритмического материала 3-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 3-й четверти	

4 четверть (8 часов)

№	Тема урока	Коррекционные цели и задачи	Музыкальное оформление	Дата
1	Эстрадный танец «Раз, два, три». Основные движения.	Развитие выразительности исполнения движений	«Раз, два, три» А.Варламова	
2	Эстрадный танец «Раз, два, три». Движения танца в комбинации.	Освоение моделей рисунков танца, развитие ориентировки в простр.-ве	«Раз, два, три» А.Варламова	
3	Эстрадный танец «Раз, два, три». Отработка движений.	Развитие координации движений, музыкальной и двигательной памяти.	«Раз, два, три» А.Варламова	
4	Построение в линии, колонны, полукруг, круг, диагональ.	Развитие умения ориентироваться в пространстве	«Марш» Р.Шумана	
5	Танцевальные упражнения: шаги, приставки, поскоки, галоп.	Отработка точности исполнения движений под музыку. Активизация двигательной памяти	Веселые плясовые мелодии	
6	Переходы в линиях.	Развитие координации, ориентировки в пространстве	«Марш» П.И. Чайковского	
7	Композиции движений с обручами, лентами.	Развитие умения действовать с предметами	Фоновая музыка	
8	Повторение музыкально-ритмического материала 4-й четверти.	Выразительность и четкость исполнения движений	Музыкально-ритмический материал 4-й четверти	

Планируемые результаты изучения коррекционного курса

У слепых и слабовидящих обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) будет формироваться потребность в ритмических, красивых, пластичных движениях, повышаться двигательная активность.

Слепые и слабовидящие обучающиеся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) получают возможность овладеть специальными ритмическими упражнениями и умением их выполнять.

У них будет развиваться чувство ритма, связь движений с музыкой, способность к дифференциации движений по степени мышечных усилий, музыкально-ритмическая память, будут совершенствоваться двигательные умения и навыки, укрепится здоровье, повысится работоспособность.

Слепым и слабовидящим обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) будет доступно двигательное самовыражение в соответствии с характером музыкального сопровождения движений в танцах и играх, речевое самовыражение в соответствии с ритмом песни, стихотворений, речевых игр. У обучающихся будет развиваться позитивное самоощущение, что связано с состоянием раскрепощенности, уверенности в себе, ощущением собственного эмоционального благополучия, своей значимости в коллективе, положительной самооценки.

Обучающимся будет доступно владение своим телом, согласованность движений с музыкой, дифференцированность движений по степени мышечных усилий, управление темпом движений и способность подчинять свои движения музыке, согласовывать свои действия с действиями других, выполнять координированные и тонко координированные движения, согласовывать темп речи и движения.

Обучающиеся овладеют опытом саморегуляции движений. У них повысится двигательная активность, разовьются умения пространственной ориентировки, коммуникации.

Слепой и слабовидящий обучающийся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) овладеет определенной системой знаний, умений и навыков:

Ритмика (теоретические сведения):

представлениями о движениях под музыку, ритмических упражнениях, танцевальных движениях, элементах движений;
умением называть виды ритмической деятельности, формы музыкально-ритмической деятельности, вербализовать свои движения;
умением узнавать и точно обозначать части тела, показывать на себе; описывать их двигательные возможности;
знаниями о роли занятий ритмической деятельностью для развития слуха, осязания, развития ориентировочных умений;
знаниями о факторах риска для здоровья при выполнении движений (в том числе и для остаточного зрения).

Специальные ритмические упражнения:

умением реагировать на сигнальные слова «движение», «темп», «ритм»;
умением выполнять движения в соответствии с освоенными видами ритмических упражнений;
умением согласовывать темп движения с проговариванием.

Упражнения на связь движений с музыкой:

умением согласовывать характер, темп, направление освоенного движения в соответствии с видом упражнений;
умением согласовывать характер, ритм музыки, песни со своими движениями;

способностью передавать движением звучание музыки;
умением использовать разные виды ходьбы и бега;
умением произвольно менять направления движения.

Упражнения ритмической гимнастики:

умением осваивать содержание упражнений, амплитуду движения в соответствии с их видом;
умением выполнять и регулировать ритмические гимнастические движения без предмета, с предметом;
умением правильно захватывать предмет для выполнения определённого упражнения;
умением дифференцировать движения кисти, пальцев для захвата и удерживания предмета, выполнять упражнения с предметами;
способностью осуществлять выразительные и красивые движения под музыку;
представлениями о собственных возможностях.

Подготовительные упражнения к танцам:

умением сознательно относиться к выполняемым движениям;
умением называть точным словом части тела;
умением регулировать движения по степени мышечных усилий;
умением принимать положение полуприседа;
двигательными навыками - элементами танцев;
умением принимать правильную осанку и её поддерживать;
умением согласовывать свои движения с движениями партнеров.

Элементы танцев:

способностью сознательно относиться к своим движениям;
умением выполнять танцевальные движения;
умением дифференцировать виды танцевальных движений, обозначать их точным словом;
двигательными навыками как элементами танцев;
умением согласовывать с партнёром танцевальные движения.

Танцы:

умением осваивать базовые позиции и движения изучаемого танца;
способностью сознательно относиться к своим движениям, положениям тела, позам;
умением осваивать элементы танца и целостно их воспроизводить;
умением воспроизводить танцевальные движения, в общем, с партнером ритме и темпе;
умением свободно и произвольно выполнять освоенные танцевальные движения в знакомом пространстве;
умением слушать танцевальную музыку, двигаться под музыку;
умением дифференцировать танец и танцевальные движения;
навыками выполнения коллективных танцевальных движений.

Музыкально-ритмические и речевые игры:

умением выполнять простые имитационные и игровые движения;

умением дифференцировать музыкально-ритмические игры и в соответствии с их видом организовывать свои движения, проявлять двигательную активность;

умением участвовать в музыкально-ритмических играх;

умением понимать и передавать информацию, настроение посредством танца;

умением регулировать силу, высоту голоса в музыкально-речевых играх;

умением самовыражения в музыкальных играх.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

Специальная литература

1. В.А. Кручинин. Ритмика в специальной школе: Методические рекомендации. Горький, 1990.
2. А.Н. Айдарбекова, И.Н. Белов. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида. «Просвещение» 2001.
3. М.А. Михайлова, Н.В. Воронина. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. М.; 2001.
4. Р.М. Плотникова. Программа по ритмике для детей с нарушением интеллекта специального (коррекционного) образовательного учреждения. Екатеринбург, 1999.
5. М.А. Косицина, И.Г. Бородин Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.; Изд-во «Гном» и Д. 2007.
6. Медведева, Е.А. Коррекционная ритмика / Е.А. Медведева. – М.: Издательский центр «Академия», 2002- 224с.
7. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования РФ от 19.12.2014г. №1598)
8. Примерная адаптированная основная образовательная программа начального общего образования слепых обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 3.3).