

СОГБОУ «Вяземская школа – интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

ПРИНЯТО Педагогическим советом Протокол № 1 от «_30_» августа 2022 г.	УТВЕРЖДЕНО Приказ № 120_ от «_1_» сентября 2022 г.
---	---

**Адаптированная рабочая учебная программа
по ФГОС УО (ИН) Вар.1
по коррекционному курсу
«Ритмопластика»**

для обучающихся 5 - 9 класса
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Калашникова Н.Л.
учитель высшей категории

2022г

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмопластика» (вариант 1) разработана в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования и составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 19.12.2012;
- Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2014;
- Адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) СОГБОУ «Вяземская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
- Учебным планом СОГБОУ Вяземская школа- интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» на 2022-2023 учебный год.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"»

Преподавание ритмики в коррекционном образовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Ритмика оказывает положительное влияние на психофизиологические процессы, познавательную, эмоционально-волевую сферы ребенка, обеспечивает коррекцию психомоторики детей данной категории.

Цель программы обучения: необходимость осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Содержанием работы на уроках ритмической гимнастики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, танцевать.

Задачи программы обучения:

1. формирование временных, пространственных представлений, исправление недостатков физического развития;
2. развитие познавательной деятельности и общего развития учащихся;
3. воспитание положительных качеств личности: настойчивость, самостоятельность, любознательность, дисциплинированность, дружелюбие, коллективизм;

Программа по ритмике рассчитана на 5лет, 34 ч. (1ч в неделю), состоит из четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмикогимнастические упражнения»; «Упражнения с предметами»; «Танцевальные упражнения».

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. На уроках ритмики хорошо поддаются коррекции характерные для детей особенности нервно –

психического склада, своеобразии деятельности, поведения и личностных реакций, эмоционально-волевая незрелость.

Данная программа рассчитана на 170 часа (5 кл. – 34 часа, 6 кл. _ 34 часа, 7кл -34 часа, 8 - 34 часов, 9кл. - 34 часов), количество учебных недель – 34. На каждом уроке осуществляется работа по всем четырем разделам программы. В начале и конце каждого урока должны выполняться упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение. В зависимости от целей и задач конкретного урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени (по собственному усмотрению)

2. Содержание программы учебного предмета

5 класс

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения»

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Игры под музыку

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.

Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

6 класс

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление

ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Игры под музыку

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

Инсценирование музыкальных сказок, песен.

7 класс

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и concentрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной

дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Игры под музыку

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.

Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их

комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

8 класс

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Игры под музыку

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки.

Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.

Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

9 класс

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение наметать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

Ритмико-гимнастические упражнения

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висающими руками и опущенной головой («петрушка»).

С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Упражнения с детскими музыкальными инструментами

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

Игры под музыку

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

Инсценирование музыкальных сказок, песен.

Танцевальные упражнения

Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование.

Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.

Инсценирование музыкальных сказок, песен.

3. Планируемые предметные результаты.

Минимальный уровень:

1. 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;

Допустимый уровень

1. Различать темп, ритмический рисунок, мелодии, название упражнений комплекса ОРУ.
2. Различать названия движений и песен, используемых на уроках; □ Знать элементы танца и движения:

3. Знать все изученные термины и названия.
4. Легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;

Основными в освоении, Программы данного курса, являются принципы: “от простого к сложному”, “от медленного к быстрому”, “посмотри и повтори”, “осмысли и выполни”, “от эмоций к логике”, “от логики к ощущению”. Знакомство с танцем начинается с музыки, истории танца, места его происхождения, его ритмическим характером и темпом. Освоение элементов происходит постепенно.

Дети осваивают движения, повторяя его за педагогом. Способность к зрительному восприятию позволяет обучающемуся считывать движения.

В танцах со сложной координацией необходимо четко соблюдать последовательность подачи информации о движении. Танец начинается “от пола”, и следует показать и объяснить в последовательности:

1. куда наступает (как переносим вес);
2. как ставим ногу (как работает стопа);
3. что делает колено;
4. как работают бедра;
5. что делает корпус;
6. как танцуют руки;
7. куда направлен взгляд (что делает голова).

Успешное усвоение всех рекомендаций должно сочетаться с созданием на занятии такого психологического микроклимата, когда педагог, свободно общаясь с детьми на принципах сотрудничества, содружества, общего интереса к делу, четко реагирует на восприятие обучающихся, поддерживая атмосферу радости, интереса и веселья, побуждает их к творчеству. На занятиях вырабатывается свой язык общения: речь – жест – музыка, который позволяет быстро сменить вид деятельности, мобилизует внимание. В целях создания положительной мотивации используются игровые моменты, ролевые игры, направленные на переключение внимания, разгрузку и отдых.

Мониторинг знаний и умений обучающихся

Основной формой контроля учащихся является правильность исполнения движений и устный опрос. Первоочередной задачей урока является овладение координацией движений, развитие чувства ритма. Рекомендуется регулярно опрашивать учащихся, приучать давать четкие развернутые ответы на поставленные вопросы о названиях движений, танцев, постановке в паре. Критерии и нормы оценки ЗУН учащихся

4.Перечень учебно –методического обеспечения образовательного процесса

1. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида» Москва «Просвещение» 2009 г.

2. Кузнецова О.Л. «Психологические аспекты физической реабилитации детей с нарушениями опорно- двигательного аппарата» Абакан Издательство Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова 2004 г.
3. Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» Москва «Дрофа» 2001 г.
4. Галеева О.А. Авторская педагогическая разработка (адаптационная программа) «Ритмическая гимнастика для учащихся 5-9 классов» г.Усть-Илимск 2014 год.
5. Васильева Т.к. Секрет танца. - М.-2008
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца. - Л.: Искусство 2009
7. Современный бальный танец. - М.: Просвещение,2009

На занятиях ритмической гимнастикой используется музыкальный центр для воспроизведения музыкального материала

5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

5 классе (35 часа)

№п/п	Тема урока	Кол-во часов.	Дата по плану	Дата по факту
1.	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	7.09	
2.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1	14.09	
3.	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1	21.09	
4.	Упражнения ритмической гимнастики 1. Без предметов. 2.Короткой скакалкой.	1	28.09	
5.	Упражнения ритмической гимнастики 1. Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	5.10	
6.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.	1	12.10	
7.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1.Чиж в клетке. 2.Кот и мыши.	1	19.10	
8.	Упражнения ритмической гимнастики 1. Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	26.10	

9.	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	9.11	
10.	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	16.11	
11.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Короткой скакалкой.	1	23.11	
12.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	30.11	
13.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Выставление ноги на носок.	1	7.12	
14.	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп). Танцы. Круговой галоп.	1	14.12	
15.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.1.Салки, руки на стену.	1	21.12	
16.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	11.01	
177.	Упражнения ритмической гимнастики 1. Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	18.01	
18.	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	25.01	
19.	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	1.02	
20.	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	8.02	
21.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Без предметов. 2.С мячом.	1	15.02	
22.	Элементы танцев. 1.Хороводный шаг. 2.Шаг польки.	1	22.02	
23.	Танцы.«Травушка-муравушка». «Полька».	1	1.03	
24.	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры.«Пустое место». «Мяч в воздухе» «Отбивай мяч». «Вороны и воробьи».	1	15.03	
25.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	29.03	
26.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	5.04	
27.	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	12.04	
28.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	19.04	
29.	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Вставание на полупальцы.	1	26.04	

30.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	3.05	
31.	Танцы. «Полька».	1	10.05	
32.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Космонавты».	1	17.05	
33.	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Лиса и куры». «Охотники и утки»	1	24.05	
34.	Специальные ритмические упражнения.	1	31.05	

Календарно – тематическое планирование 6 класс (35 часа)

№п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1.	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	1.09	
2.	Игры («Холодно-горячо»)	1	8.09	
3.	Упражнения с мячом	1	15.09	
4.	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	22.09	
5.	Марш по периметру зала	1	29.09	
6.	Игра «Ищи игрушку»	1	6.10	
7.	Ритмико-гимнастические упражнения	1	13.10	
8.	Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1	20.10	
9.	Релаксирующие упражнения.	1	27.10	
10.	Подвижные игры с мячом.	1	10.11	
11.	Игра «Секретное задание».	1	17.11	
12.	Игра «Я знаю пять названий».	1	24.11	
13.	Ритмические упражнения с мячом.	1	1.12	
14.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	8.12	
15.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	15.12	
16.	Релаксирующие упражнения.	1	22.12	
17.	Инсценировка песни.	1	12.01	
18.	Отработка маршевого шага.	1	19.01	
19.	Упражнения на координацию движений. Подвижные игры с мячом.	1	26.01	
20.	Игра «Я знаю пять названий».	1	2.02	
21.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	9.02	
22.	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч». «Мяч в воздухе»	1	16.02	
23.	Танец. «Полька».	1	2.03	

24.	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	9.03	
25.	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	16.03	
26.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	30.03	
27.	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	6.04	
28.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	13.04	
29.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	20.04	
30.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	27.04	
31.	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	4.05	
32.	Элемент танца. «Шаг польки».	1	11.05	
33.	Элемент танца. «Хороводный шаг».	1	18.05	
34.	Упражнения ритмической гимнастики. С мячом.	1	25.05	

Календарно – тематическое планирование 7 класс (34 часа)

№п/п	Тема	Кол- во часов.	Дата по плану	Дата по факту
1.	Дыхательные и расслабляющие упражнения. Игры («Холодно-горячо»)	1	5.09	
2.	Упражнения с мячом. Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	12.09	
3.	Марш по периметру зала. Ритмико-гимнастические упражнения	1	19.09	
4.	Расслабляющие упражнения. Подвижные игры с мячом.	1	26.09	
5.	Игра «Я знаю пять названий». Ритмические упражнения с мячом.	1	3.10	
6.	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	10.10	
7.	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	17.10	
8.	Расслабляющие упражнения. Инсценировка песни.	1	24.10	
9.	Подвижные игры с мячом.	1	7.11	
10.	Отработка маршевого шага.	1	14.11	
11.	Упражнения на координацию движений.	1	21.11	
12.	Танец. «Полька».	1	28.11	
13.	Подготовительные упражнения к танцам. Повторные три притопа.	1	5.12	

14.	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	12.12	
15.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов. Гимнастической палкой.	1	19.12	
16.	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	9.01	
17.	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	16.01	
18.	Элемент танца. «Шаг польки».	1	23.01	
19.	Элемент танца. «Хороводный шаг».	1	30.01	
20.	Танцы. Круговой галоп. Подготовительные упражнения к танцам.	1	6.02	
21.	Выставление ноги на носок. Упражнения ритмической гимнастики.	1	13.02	
22.	Упражнения ритмической гимнастики. С мячом. Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	20.02	
23.	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	27.02	
24.	Упражнение на связь движений с музыкой.	1	6.03	
25.	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	13.03	
26.	Специальные ритмические упражнения. Игра «Догадайся! Что это?»	1	27.03	
27.	Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	3.04	
28.	Упражнения ритмической гимнастики Короткой скакалкой.	1	10.04	
29.	Игра «Покажи жестами» Упражнения на координацию движений.	1	17.04	
30.	Прохлопывание ритма песен. Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	24.04	
31.	Упражнения на поскоки. Марш по периметру зала, отработка поворотов.	1	15.05	
32.	Отработка маршевого шага. Маршировка и пение.	1	22.05	
33.	Релаксирующие упражнения. Упражнения с мячом в кругу. Отработка маршевого шага.	1	29.05	