


Приложение  
к АООП УО (Вариант 1)

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Бетлицкая школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья  
«Росток»

«Рассмотрено»  
на заседании МО  
Протокол № 1  
от « 29 » августа 2023г.

Руководитель МО  
Пахомова Л.В. 

«Согласовано»  
Зам. директора по УВР  
МКОУ Бетлицкая  
школа «Росток»

Егоренкова Е.А.   
« 31 » августа 2023 г.

«Утверждаю»  
Директор МКОУ Бетлицкая  
школа «Росток»



**Рабочая программа  
коррекционного курса  
«Ритмика»  
для 5-9 классов**

2023г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» для обучающихся 5-9 классов составлена на основании следующих документов:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № ФЗ-273;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. N 1599 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 февраля 2015 г., регистрационный N 35850).
3. Федеральной адаптированной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026, зарегистрировано в Минюсте РФ 30 декабря 2022 г, регистрационный № 71930).
4. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МКОУ Бетлицкая школа «Росток» (в соответствии с ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 1);
5. СП 2.4.3648-20 (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28. Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 № 61573). «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

**Цель:** развитие двигательной активности ребёнка в процессе восприятия музыки.

**Задачи:**

- развитие координации движений, чувства ритма, темпа, пространственной ориентировки;
- коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер;
- развитие общей и речевой моторики;
- развитие умения слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением или пением;
- укрепление здоровья;

-формирование навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- участие в коллективной творческой деятельности.

## **II.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

На уроках ритмики 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 с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основные **направления** работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения на координацию движений, упражнение на расслабление мышц);
- упражнения с детскими музыкальными инструментами;
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

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

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

*Упражнения с детскими музыкальными инструментами* рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев. В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой. Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время *проведения игр под музыку* перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название,

которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: будете двигаться, а не бегать, прыгать, шагать). После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание.

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

*Основным видом деятельности* на уроках является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами)

осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем. Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных

функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений. Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, попевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

**Основной формой** организации образовательного процесса является урок.

В процессе обучения используются следующие **методы**:

- словесный метод (рассказ, объяснение, беседа);
- наглядный метод (метод иллюстраций, метод демонстраций);
- практический метод (практическая работа);
- репродуктивный метод (работа по алгоритму);
- коллективный, индивидуальный;
- творческий метод.

Основными **приёмами** на уроках ритмики являются:

- показ движений учителем или учеником,
- символы-жесты,
- разминка,
- многократные закрепления движений и их последовательности,
- пальчиковая «азбука»,
- позиционные пальчиковые игры,
- «танцы» рук,

- прослушивание музыки, пропевание мелодии;
- прохлопывание и простукивание ритма, счет,
- слово-напоминание, слово-указание, слово-сигнал;
- объяснение,
- поощрение,
- игры на внимание,
- игры-команды,
- творческий подход,
- тематические беседы (патриотические, эстетические, нравственные и т.д.),
- личный пример,
- просмотры программ выступлений творческой группы, праздничных выступлений,
- элементы соревнований (перепляс),
- релаксация.

Структура урока включает в себя три основные части: подготовительную, основную, заключительную.

#### *Подготовительная часть.*

**Общее назначение** – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части является: организация группы; повышение внимания и эмоционального состояния занимающихся; умеренное разогревание организма.

**Основными средствами** подготовительной части являются: строевые упражнения; различные формы ходьбы и бега; несложные прыжки; короткие танцевальные комбинации, состоящие из освоенных ранее элементов; упражнения на связь с музыкой и др. Все упражнения выполняются в умеренном темпе и направлены на общую подготовку опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

**Методические особенности.** Продолжительность подготовительной части определяется задачами и содержанием занятия, составом занимающихся и уровнем их подготовки. На эту часть отводится примерно 10-15% общего времени занятия.

#### *Основная часть.*

**Задачами** основной части являются: развитие и совершенствование основных физических качеств; формирование правильной осанки; воспитание творческой активности; изучение, и совершенствование движений танцев и его элементов; отработка композиций и т.д. **Средства** основной части: упражнения на силу, растягивание и расслабление(экзерсисы); хореографические упражнения; элементы современного и спортивного танца.

**Методические особенности.** На данную часть урока отводится примерно 75-85% общего времени. Порядок решения двигательных задач в этой части строится с учетом динамики работоспособности детей. Разучивание и корректировка новых движений происходит в начале основной части, в конце – отработка знакомого материала.

*Заключительная часть.*

**Основные задачи** – постепенное снижение нагрузки; краткий анализ работы, подведение итогов. На эту часть отводится 5-10% общего времени. **Основными средствами** являются: спокойные танцевальные шаги и движения; упражнения на расслабление; плавные движения руками; знакомые танцы, исполнение

которых доставляет детям радость.

**Методические особенности.** В заключительной части проводится краткий разбор достигнутых на уроке успехов в выполнении движений, что создает у обучающихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться. Замечания и советы по поводу недостаточно освоенных движений помогает сосредоточить на них внимание на следующем уроке.

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

### **III. МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В соответствии с учебным планом МКОУ Бетлицкая школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья «Росток» Коррекционный курс «Ритмика» входит в коррекционно-развивающую область.

Коррекционно-развивающий курс «Ритмика» рассчитан в 5-9 классах на 135 часов в год:

- в 5 классе – 34 часа в год, (1 раз в неделю);
- в 6 классе - 34 часа в год (1 раз в неделю);
- в 7 классе – 34 часа в год (1 раз в неделю);
- в 8 классе – 34 часа в год (1 раз в неделю).

### **IV. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

**5 класс**

### ***Личностные результаты:***

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

1. Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
2. Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.
3. Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
4. Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю.
5. Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
6. Принимать участие в творческой жизни коллектива.

### ***Предметные результаты:***

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

### ***Базовые учебные действия:***

#### **Личностные учебные действия:**

1. осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; положительное



отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;

3. целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;

4. самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;

5. понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

#### Коммуникативные учебные действия:

1. вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);

2. использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;

3. обращаться за помощью и принимать помощь;

4. слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;

5. сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;

6. договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

#### Регулятивные учебные действия:

1. адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);

2. принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

3. активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

4. соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

#### Познавательные учебные действия:

1. выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. устанавливать видо-родовые отношения предметов;
3. делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
4. пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
5. читать; писать; выполнять арифметические действия;
6. наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
7. работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

В программе по ритмике обозначены два уровня овладения предметными результатами: *минимальный и достаточный*.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по ритмике в 5 классе не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

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

- 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.

При проведении занятий по ритмике оценивание не предполагается.

## **6 класс**

### ***Личностные результаты:***

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

1. Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
2. Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.
3. Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
4. Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю.
5. Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
6. Принимать участие в творческой жизни коллектива.

### ***Предметные результаты:***

1. принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
2. организованно строиться;
3. сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
4. самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
5. соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие движения в определенном ритме и темпе;
6. легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые упражнения»;

7. ощущать смену частей музыкального произведения в двучастной форме с контрастными построениями.

***Базовые учебные действия:***

Личностные учебные действия:

1. осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
3. целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
4. самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
5. понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

1. вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
2. использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
3. обращаться за помощью и принимать помощь;
4. слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
5. сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
6. договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

1. адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
2. принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

3. активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
4. соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

1. выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
2. устанавливать видо-родовые отношения предметов;
3. делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
4. пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
5. читать; писать; выполнять арифметические действия;
6. наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
7. работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

В программе по ритмике обозначены два уровня овладения предметными результатами: **минимальный и достаточный**.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по ритмике в 5 классе не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

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

При проведении занятий по ритмике оценивание не предполагается.

## 7 класс

### ***Личностные результаты:***

Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы.

Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей.

1. Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий.
2. Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам.
3. Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности.
4. Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю.
5. Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию.
6. Принимать участие в творческой жизни коллектива.

### ***Предметные результаты:***

1. принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
2. организованно строиться;
3. сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
4. самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
5. соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие движения в определенном ритме и темпе;
6. легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые упражнения»;

7. ощущать смену частей музыкального произведения в двучастной форме с контрастными построениями.

***Базовые учебные действия:***

Личностные учебные действия:

1. осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
2. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
3. целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
4. самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
5. понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия:

1. вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
2. использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
3. обращаться за помощью и принимать помощь;
4. слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
5. сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
6. договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия:

5. адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
6. принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

7. активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
8. соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

8. выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
9. устанавливать видо-родовые отношения предметов;
10. делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
11. пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
12. читать; писать; выполнять арифметические действия;
13. наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
14. работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

В программе по ритмике обозначены два уровня овладения предметными результатами: **минимальный и достаточный**.

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся.

Минимальный уровень является обязательным для обучающихся с умственной отсталостью. Отсутствие достижения этого уровня по ритмике в 5 классе не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

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

При проведении занятий по ритмике оценивание не предполагается.

## 8 класс

### **Личностные результаты:**

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятию соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

## **Предметные результаты:**

### **Минимальный уровень:**

- находить свое место в строю и входить в зал под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться);
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки с помощью педагога;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круги и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

### **Достаточный уровень:**

- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;
- 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;
- 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;

- передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;
- повторять любой ритм, заданный учителем;
- задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения(хлопками или притопами).

**Планируемые результаты усвоения коррекционного курса «Ритмика»  
на конец обучения (IX класс):**

**Личностные результаты:**

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

### **Предметные результаты**

**Минимальный уровень** (является обязательным для большинства обучающихся 9 класса):

- правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
- реагировать на изменение музыки, сменой темпа движений;
- различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**Достаточный уровень** (не является обязательным для всех обучающихся 4 класса):

- 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.

### **Контроль уровня достижения планируемых результатов**

Оценке подлежат личностные и предметные результаты освоения программы.

Оценка личностных результатов предполагает оценку продвижения ребёнка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые составляют основу этих результатов.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием коррекционного курса и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Знания и умения, обучающихся по коррекционному курсу «Ритмика» оцениваются в устной форме по результатам их индивидуального и фронтального опроса. Программа не предусматривает оценивание достижений обучающихся с УО (и\н).

Виды контроля:

- педагогическое наблюдение;
- индивидуальные и групповые беседы;
- итоговые занятия, концерты.

## **V. СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

### **5 класс**

#### ***Ритмико-гимнастические 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 звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

#### **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, 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 вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

*Упражнения на координацию движений.* Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные 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).

*Упражнение 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).

#### **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**

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

## **6 класс**

### **1. Упражнения на ориентирование в пространстве (4 ч)**

Самостоятельно занимать правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.

### **2. Ритмико-гимнастические упражнения (14ч)**

#### *Общеразвивающие упражнения*

Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полу пальцы. Упражнения на выработку осанки.

#### *Упражнения на координацию движений*

Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверх, левая вниз). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков.

#### *Упражнения на расслабление мышц*

Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник)

### **3. Координация движений, регулируемых музыкой (3 ч)**

Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков.

### **4. Игры под музыку (6 ч)**

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. Инсценировка музыкальных сказок, песен.

### **5. Танцевальные упражнения (7ч)**

Выполнение элементов русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками по показу и по словесной инструкции учителя. Исполнение притопов одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Изучение базовых движений аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов); Все упражнения делаются только с правой или только с левой ноги. Ведущая нога, допустим, правая, делает ход вперед, а потом вправо. Такое же движение проводим с левой.

## **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 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.

### **8 класс**

**Упражнения на ориентировку в пространстве.** Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка). Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений (вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга). Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

**Ритмико – гимнастические движения.** Ведущим видом музыкальной деятельности с учащимися являются музыкально–ритмические движения, которые сопровождаются подпеванием, «изучающими» жестами и действиями с использованием простейших ударных и шумовых инструментов (погремушек, колокольчиков, трещоток и т.д.). Большое значение в ходезанятиях по ритмике придаётся коррекции эмоционально волевой сферы и познавательной деятельности обучающихся. В процессе образовательной деятельности по предмету важно учитывать быструю утомляемость обучающихся, их эмоциональную неустойчивость. Поэтому следует переключать обучающихся с одного вида музыкальной деятельности на другой, например, с игры на музыкальных инструментах на ритмические упражнения и т.д. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).

**Элементы классического танца.** Раздел включает танцевально-тренировочные упражнения классического тренажа, формирующие у детей хорошую осанку, гибкость, координацию и культуру движения, что способствует подготовке моторно-двигательного аппарата к выполнению более сложных танцевальных комбинаций.

**Танцы, хороводы, музыкальные игры.** Раздел предусматривает знакомство обучающихся с музыкой и танцами разных народов, воспитание у них чувства интернациональной дружбы, коллективизма, культуры поведения и общения, а также формирование умений и навыков ритмично двигаться под музыку, в движении передавать различный ее характер, динамику, темп и другие средства музыкальной выразительности; инсценировать песни по их содержанию; выразительно исполнять танцы, хороводы, музыкальные игры

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

### ***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 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.

## **VII. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

1. Переносная доска с набором приспособлений для крепления постеров и картинок.
2. Ноутбук.
3. Магнитофон.
4. Демонстрационный материал (картинки предметные, сюжетные) в соответствии с основными темами программы обучения.
5. Демонстрационные таблицы, пособия по темам.
6. Учебные пособия для изучения словарных слов.
7. Цифровые информационные инструменты и источники: электронные справочные и учебные пособия, фонограммы танцевальных мелодий/
8. Видеофрагменты и другие информационные объекты (изображения, аудио- и видеозаписи), отражающие основные разделы, темы урока.
9. Музыкальный синтезатор
10. Электронные игры развивающего характера.
11. Настольные развивающие игры.
12. Детские музыкальные инструменты.
13. Шумовые музыкальные инструменты
14. Мячи, гимнастические палки, спортивные ленты.