

**Содержание:**

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности
3. Учебно – тематический план
4. Содержание программы
5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение
6. Приложения
7. **Пояснительная записка**

В системе внеурочной деятельности проводится коррекционно-развивающая работа, предусматривающая организацию и проведение занятий, способствующих социально-личностному развитию обучающихся с умственной отсталостью, коррекции недостатков в психическом и физическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с ограниченными возможностями здоровья часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Умственная отсталость обучающихся связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). Общим признаком у всех обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Ритмика, являясь синтетическим, интегративным видом деятельности, позволяет решать целый спектр разнообразных образовательных, воспитательных, развивающих и коррекционных задач, лежащих во многих плоскостях, - от задач укрепления здоровья умственно отсталых учащихся, развития их психомоторики, до задач формирования и развития у них творческих и созидательных способностей, коммуникативных умений и навыков.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

 Рабочая программа коррекционно – развивающих занятий  внеурочной деятельности «Ритмика» составлена на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ  «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта  образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»,
3. Письма  Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03 – 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного стандарта общего образования».
4. Федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений (утверждены приказом Минобрнауки России от 04.10.2010 г № 986, зарегистрирован в Минюсте России 03.02.2011 г., регистрационный номер 19682).
5. Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом Минобрнауки России от 28.12.2010 г № 2106, зарегистрирован в Минюсте России 02.02.2011 г., регистрационный номер 19679).
6. СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно –эпидемиологическое требования к условиям и  организации обучения в общеобразовательных учреждениях (утверждены приказом Минобрнауки России от 29.12.2010 г № 3189, зарегистрирован в Минюсте России 03.03.2011 г., регистрационный номер 19 993).
7. Программы для 1 – 4 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой, автор А.А. Айдарбекова., допущенной Министерством образования РФ.  Издательство М.: «Просвещение», 2013 г.
8. Годового календарного учебного графика
9. Положения о об организации внеурочной деятельности обучающихся начальных классов (утверждено приказом директора от 28.02.2015 г. № 48-П)

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с ОВЗ средствами учебного предмета.

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

Задачи:

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

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

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

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

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

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

Программа содержит  5 разделов:

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

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

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

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

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

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

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

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

***Особенности реализации программы***.

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

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

*Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии.*Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

* Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
* Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
* Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
* Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и предложений.
* Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

* ритмопластика и ритмическая гимнастика;
* логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
* психогимнастика под музыку;
* корригирующие игры с пением;
* коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
* коммуникативные танцы;
* хореографические этюды с предметами и без предметов;
* элементы музицирования;
* импровизация;
* ритмический диктант;

Во время проведения занятий используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока. рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока. интерес к теме или уроку. распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

***Режим и место проведения занятий.***

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

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

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

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

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

1. **Планируемые результаты  освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

В результате реализации программы внеурочной деятельности   обеспечивается  достижение обучающимися с умственной отсталостью:

**Предметных результатов:**

**1 класс**

Минимальный 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;
* 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 круг и не сходя с его линии;
* ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
* соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
* выполнять игровые и плясовые движения;
* выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
* начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Достаточный уровень:

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

**2 класс**

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

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

**3 класс**

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

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

**4 класс**

Минимальный уровень:

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

Достаточный уровень:

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

***Основные разделы программы***

***1 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень  -***знать пространственные понятия, понятия «исходное положение», «линия», «колонна», «круг»;  ***2 уровень*** - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; равняться в шеренге, колонне; ходить и бегать по кругу с сохранением дистанции;  ***3 уровень*** -  входить в зал организованно под музыку, занимать правильное  исходное положение, приветствовать учителя;  ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать названия всех частей тела; знать основные упражнения;  ***2 уровень*** – выполнять несложные движения руками и ногами; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме;  ***3 уровень*** – выполнять задания после показа и по словесной инструкции; придумывать и показывать простейшие упражнения для разных частей тела; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать музыкальные инструменты; знать звучание музыкальных инструментов; знать и отличать понятия «громко-тихо», «быстро-медленно»;  ***2 уровень*** – начинать и заканчивать движения по сигналу музыки; соотносить темп движений с музыкальным сопровождением;  ***3 уровень*** – определять настроения музыки (веселая, грустная, спокойная); координировать движения в соответствием с характером музыки; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень -***знать правила игр;  ***2 уровень*** – целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя;  ***3 уровень*** – выполнять игровые движения после показа учителем; играть, соблюдая правила; выразительно передавать игровой образ; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать названия движений и упражнений;  ***2 уровень*** – ловко и быстро переходить от одного движения к другому;  ***3 уровень*** – выполнять плясовые движения; уметь работать в паре. |

***2 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень  -***знать пространственные понятия, понятие «дистанция»  ***2 уровень*** - сохранять правильную дистанцию в колонне парами;  ***3 уровень*** -  организованно строиться; самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя со звуковым и музыкальным сигналами; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать понятие «исходное положение», знать исходное положение всех упражнений и движений; знать названия некоторых движений и упражнений;  ***2 уровень*** – выполнять общеразвивающие движения в определенном темпе и ритме;  ***3 уровень*** – самостоятельно выполнять упражнения, заданные словесной инструкцией учителя; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать понятия «музыкальный акцент», «темп»;  ***2 уровень*** – ощущать смену частей музыкального произведения;  ***3 уровень*** – самостоятельно координировать движения в соответствии со звучанием музыки; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать о нюансах в музыке;  ***2 уровень*** – начинать и заканчивать игру с началом и окончанием музыки;  ***3 уровень*** – легко, непринужденно выполнять игровые движения; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать музыку, используемую для отдельных танцев и танцевальных движений;  ***2 уровень*** – соблюдать темп движений, обращая внимание  на музыку; принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движений;  ***3 уровень*** – легко, непринужденно выполнять игровые и плясовые движения. |

***3 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень***- знать и понимать направления движения, знать особенности перестроений в разные фигуры;  ***2 уровень*** - соблюдать правильную дистанцию в колонне по три, в концентрических кругах; рассчитываться на первый, второй, третий для построения в колонну;  ***3 уровень*** -  ориентироваться в пространстве зала и любого другого помещения; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать особенности выполнения упражнений для основных групп мышц;  ***2 уровень*** – принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;  ***3 уровень*** – самостоятельно выполнять требуемые упражнения; выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать понятие «ритм», иметь представление о частях музыкального произведения;  ***2 уровень*** – ощущать смену частей музыкального произведения; передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;  ***3 уровень*** – уметь четко и быстро скоординировать свои движения под любую, даже не знакомую музыку; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать и повторять текст считалок и танцевальных игр;  ***2 уровень*** – повторять ритм, заданный учителем, задавать ритм самим;  ***3 уровень*** – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые движения; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия танцевальных элементов и комбинаций;  ***2 уровень*** – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;  ***3 уровень*** – приобретение опыта публичного выступления; |

***4 класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое занятие | ***1 уровень  -***знать все пространственные понятия; знать правила работы в группе;  ***2 уровень*** - четко, организованно перестраиваться;  ***3 уровень*** -  самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; |
| ***2*** | Ритмико-гимнастические упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия всех упражнений и особенности их выполнения;  ***2 уровень*** – выполнять упражнения с соблюдением всех правил;  ***3 уровень*** – правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега и упражнений в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; |
| ***3*** | Упражнения на движения, координированные музыкой. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать характер музыкального произведения, знать понятие «ритмический рисунок»; знать двухчастную и трехчастную формы музыки;  ***2 уровень*** – уметь различать двухчастную и трехчастную формы музыки,  ***3 уровень*** – передавать в движении ритмический рисунок мелодии; |
| ***4*** | Игры под музыку. | Групповое занятие | ***1 уровень –***знать правила игр;  ***2 уровень*** – быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;  ***3 уровень*** – играть, соблюдая правила; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое занятие | ***1 уровень –*** знать названия движений народного танца, отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, различать основные характерные движения некоторых народных танцев;  ***2 уровень*** – самостоятельно менять движение, в соответствии с музыкальным сопровождением;  ***3 уровень*** – самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; |

**Достижение личностных результатов:**

* ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
* развитие двигательной активности;
* формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;
* осознавать роль танца в жизни;
* понимание красоты в танцевальном искусстве, в окружающем мире
* развитие танцевальных навыков,
* развитие потребности и начальных умений выражать себя в доступных видах деятельности,
* расширение навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми,
* освоение умения взаимодействовать в различных ситуациях,
* способность понимать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать элементарные решения;
* способность организовывать свою деятельность,  оценивать достигнутые результаты.

**Достижение базовых учебных действий:**

- познавательных учебных действий:

* определять и формулировать цель деятельности  с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
* умение ставить и формулировать проблемы;
* навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера.

- регулятивных учебных действий:

* использование речи для регуляции своего действия;
* адекватное восприятие  предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
* умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

- коммуникативных учебных действий:

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* обращаться за помощью;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

***Формы,  и средства проверки и оценки результатов обучения***

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр; проведении творческих выступлений. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнения им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

* по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений по  
  ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах,  
  участию в различных сценических представлениях;
* по повышению уровня общей и физической культуры;
* по введению речевого материала занятий в активный словарь воспитанников;
* по отношениям в коллективе.

1. **Учебно-тематический план**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** | | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 7 | 3 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 11 | 2 | 9 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 5 | 1 | 4 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 2 | - | 2 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 3 | - | 3 |
| 4 | **Игры под музыку** | 5 | 1 | 4 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 7 | 2 | 5 |
|  | **Итого** | 33 | 8 | 25 |

**2 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** | | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 5 | 1 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 15 | 3 | 12 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 7 | 2 | 5 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 5 | 1 | 4 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 3 | - | 3 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 4 | 1 | 3 |
| 4 | **Игры под музыку** | 5 | 2 | 3 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 5 | 2 | 3 |
|  | **Итого** | 34 | 9 | 25 |

**3 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** | | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 6 | 2 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 10 | 2 | 8 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 2 | - | 2 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 3 | 1 | 2 |
| 4 | **Игры под музыку** | 8 | 3 | 5 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 7 | 2 | 5 |
|  | **Итого** | 34 | 10 | 24 |

**4 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п.п.** | **Раздел** | **Количество часов** | | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | 6 | 2 | 4 |
| 2 | **Ритмико-гимнастические упражнения** | 12 | 3 | 9 |
|  | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения | 6 | 2 | 4 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений | 4 | 1 | 3 |
|  | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц | 2 | - | 2 |
| 3 | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | 3 | 1 | 2 |
| 4 | **Игры под музыку** | 6 | 2 | 4 |
| 5 | **Танцевальные упражнения** | 7 | 2 | 5 |
|  | **Итого** | 34 | 10 | 24 |

1. **Содержание программы**

**1 класс**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

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

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

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

*Упражнения на координацию движений*

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

*Упражнения на расслабление мышц*

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

1. **Координация движений, регулируемых музыкой**

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

1. **Игры под музыку**

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

1. **Танцевальные упражнения**

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

**2 класс**

**Содержание программы:**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

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

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

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

*Упражнения на координацию движений*

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

*Упражнения на расслабление мышц*

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

1. **Координация движений, регулируемых музыкой**

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

1. **Игры под музыку**

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

1. **Танцевальные упражнения**

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

**3 класс**

**Содержание программы:**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

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

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

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

*Упражнения на координацию движений*

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

*Упражнения на расслабление мышц*

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

1. **Координация движений, регулируемых музыкой**

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

1. **Игры под музыку**

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

1. **Танцевальные упражнения**

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

**4 класс**

**Содержание программы:**

1. **Упражнения на ориентирование в пространстве**

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

1. **Ритмико-гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения*

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

*Упражнения на координацию движений*

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

*Упражнения на расслабление мышц*

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

1. **Координация движений, регулируемых музыкой** Упражнения на детском пианино. Движения пальцев рук, кистей. Передача основного ритма знакомой песни Упражнения  на  аккордеоне, духовой гармонике.
2. **Игры под музыку**

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

1. **Танцевальные упражнения**

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

1. **класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **К-во часов** | **Дата** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** | | | | | | |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Правильное исходное положение. | 1 |  | Исходное положение, шаг марша, бег с опущенным и поднятым коленом, шеренга | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем | Уметь 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. |
| 2 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Перестроение из шеренги в круг, цепочка. | 1 |  | Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. | Развитие способности словесному выражению пространственных отношений (движений влево, вправо, назад, вперед, руки вверх- вниз и т. д.) | Уметь равняться в шеренге, в колонне; ходить свободным естественным шагом, двигаясь по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. |
| 3 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. | 1 |  | Наклонять, поворачивать голову. Выполнять круговые движения плеч: вперед, назад. | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений. | Развить подвижность плечевого и шейного отдела. |
| 4 | Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами | 1 |  | Движения рук в разных направлениях; наклонить, повернуть туловище вправо, влево. | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. | Уметь ритмично выполнять несложные движения руками и ногами. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | | |
| 5 | Ритмико-гимнастические упражнения.  Перекрестное поднимание и опускание рук. | 1 |  | Поднимать и опускать руки по очереди, перекрестно. | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. | Научиться быстро, точно и ловко управлять движениями рук. |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой  рук | 1 |  | Выставить левую ногу вперед. Правую руку вперед. | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | | |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук. | 1 |  | Круговые движения рук, поднимать. Опускать плечи. | Ощущать напряжение и расслабление мышц, развивать координацию движений рук. | Научиться ощущать  напряжение и расслабление в теле. |
| 8 | Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник). |  |  | Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую. | Нормализация мышечного тонуса, выработка чувства равновесия. |
| **II четверть** | | | | | | |
|  | **Координация движений, регулируемых музыкой** | | | | | |
| 9 | Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях. | 1 |  | Двигать кистями рук в разных направлениях. Сжимать пальцы в кулак, поочередно закрывать пальцы. | Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы. | Научиться слушать и слышать музыку и соотносить свои движение в соответствии с музыкальными оттенками. |
|  | **Игры под музыку** | | | | | |
| 10 | Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки | 1 |  | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания. | Уметь соотносить темп движения с характером и динамическими оттенками музыки. |
| 11 | Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке | 1 |  | Выполнять ритмические движения в соответствии с различным характером музыкальной динамики | Развитие слухового восприятия, коррекция эмоциональной сферы. |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | | | |
| 12 | Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями | 1 |  | Прямой галоп. Танцевальные движения.  Танец «Барыня», | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. | Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.  Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.  Знать и правильно исполнять основные виды шагов: простой шаг, топающий шаг, танцевальный бег, галоп прямой и боковой. |
| 13 | Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг. | 1 |  | Шагать бодро, спокойно, тихо, топая ногами. «Утята» | Развитие мышечного тонуса, координации движений. |
| 14 | Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах. | 1 |  | Легкий бег на полупальцах, легкий шаг на полупальцах. | Формирование чувства музыкального темпа. |
| 15 | Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп.  РК | 1 |  | Галоп.  Прыжки на двух ногах с разными положениями рук. | Развитие быстроты и точности реакции. |
| **III четверть** | | | | | | |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 16 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Направления движений вперед, назад, направо, налево. | 1 |  | Движения  вперед, назад, направо, налево  пляски с хлопками. | Развитие пространственной организации собственных движений, оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение. | Знать простейшие пространственные понятия.  Ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии. |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Направления движений  в круг, из круга. | 1 |  | Маршировка по кругу с остановкой по музыке. Шаги с ударом, вперед, назад, в круг, из круга | Развитие пространственных представлений, способности словесному выражению пространственных отношений. |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.  РК | 1 |  | Простые шаги, шаги на носках.  Простые шаги, шаги на пятках. Бег по кругу, ногу отбросить назад. | Коррекция пространственных представлений, согласованности движений. | Уметь согласовывать разного рода движения с перемещением по пространству помещения. |
|  | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | | |
| 19 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.  Наклоны и повороты туловища | 1 |  | Согнуть, разогнуть ногу в подъеме, переступить с ноги на ногу, подъём вытянуть. Круговые движения стопой. | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц. | Знать правила постановки корпуса.  Запомнить и уметь  выполнить ритмико-гимнастические упражнения.  Хорошо развита гибкость и пластичность движений. |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.  Приседания с опорой и без опоры | 1 |  | Приседания с опорой и без опоры, с предметами | Преодоление двигательной скованности движений. |
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами | 1 |  | Выставлять ногу на носок в разные стороны  пляски с кружением, хлопками. | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц. |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.  Упражнения на выработку осанки. | 1 |  | Подъем на полупальцы. Вырабатывать осанку. | Выработка правильной осанки, чувства равновесия. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений** | | | | | |
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 |  | Выставить ногу назад, левую руку вперед, с упругой ноги. Знать позиции рук, сменить позиции рук. | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. | Знать движения на развитие координации, уметь выполнять их.  Хорошо выполнять ранее изученные упражнения, позиции, движения.  Самостоятельно исполнять танец на развитие координации движений. |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Смена позиций рук | 1 |  | Провожать движения рук головой, взглядом | Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу. |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник» | 1 |  | Прохлопать простой рисунок  пляски с притопами | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. |
| **IV  четверть** | | | | | | |
|  | **Координация движений, регулируемых музыкой** | | | | | |
| 26 | Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. | 1 |  | Соединить пальцы в разных позициях. Мелкие движения пальцев рук. Отстучать простой ритмический рисунок. | Коррекция мелкой моторики, согласованности движений. | Знать названия музыкальных инструментов, уметь исполнять простейший ритмический рисунок на барабане и детском пианино.  Знать слова стихов и считалок, используемых на уроке. Уметь проговаривать их вместе со звучанием музыкального инструмента. |
| 27 | Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане | 1 |  | Проговаривать слова стихов, попевок, песен | Формирование чувства музыкального темпа, восприятия ритмического рисунка. |
|  | **Игры под музыку** | | | | | |
| 28 | Игры под музыку. Имитационные упражнения. | 1 |  | Изменять направление и формы ходьбы | Развитие имитационно-подражательных выразительных движений под музыку. | Знать правила игр.  Владеть имитационно-подражательными движениями.  Согласовывать движения с речью. |
| 29 | Игры под музыку. Движения транспорта, людей. | 1 |  | Имитационные игры, движения | Развитие имитационно-подражательных выразительных движений. |
| 30 | Музыкальные игры с предметами.  РК | 1 |  | Музыкальные игры с предметами. | Согласование движений с пением. |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | | | |
| 31 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски | 1 |  | Маховые движения рук: на счет 1,2; на счет 1 пауза 2 | Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения). | Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.  Знать особенности исполнения танцевальных упражнений.  Уметь работать в паре, в коллективе. |
| 32 | Танцевальные упражнения. Движения парами | 1 |  | Элементы русской пляски. положение рук в русском танце. | Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных навыков. |
| 33 | Танец «Пляска с притопами» | 1 |  | Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки. | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. |

1. **класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **К-во часов** | **Дата** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** | | | | | | |
|  | **Упражнения на ориентировку в пространстве** | | | | | |
| 1 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен  с  поворотами. | 1 |  | Совершенствовать навыки ходьбы, бега. Ходить вдоль стен с чётким поворотом в углах зала. Как строиться, ходить, положение рук. | Развитие пространственных представлений, оптико-пространственной ориентировки в зале через движение. | Научиться ходить в четко заданном направлении. |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. | 1 |  | Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, парами. Как строиться в круг. | Развитие пространственных представлений: понимание вербальных инструкций, отражающих пространственные отношения и выполнение действий на основе вербальной инструкции. | Рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в колонны, шеренги, круги, пары. |
|  | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | | |
| 3 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.  Упражнения с лентами  РК | 1 |  | Развести руки в стороны, раскачивать их перед собой, упражнения с предметами. Как правильно держать мяч. | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. | Уметь соблюдать правильное положение тела во время выполнения упражнений.  Отличать понятия «наклон» и «поворот», уметь правильно их исполнить.  Уметь согласовывать движения разных частей тела, быстро переключаться с одного движения на другое. |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы | 1 |  | Наклонять и поворачивать голову вперёд, назад | Развитие точности, координации, переключаемости движений. |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища | 1 |  | Наклонять и поворачивать корпус в сочетании с движениями рук | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц. |
| 6 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук | 1 |  | Поворачивать корпус с передачей предмета | Коррекция согласованности движений. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | | |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения | 1 |  | Движение головой и левой рукой в разных направлениях, перекрестное движение. положение пальцев ног. | Коррекция координации, крупной и мелкой моторики. | Уметь скоординировать движения разных частей тела под словесную инструкцию.  Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой. |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения   рук и ног | 1 |  | Отвести ногу в сторону, назад, в сторону, назад вместе с руками. Положение кистей рук. | Развитие быстроты и точности реакции. |
| **II четверть** | | | | | | |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | | |
| 9 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Круговые движения   руками. | 1 |  | Круговые движения кистью руки: напряженно и свободно | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. | Уметь правильно и точно выполнять упражнения пальчиковой гимнастики. |
| 10 | Упражнения на детских музыкальных инструментах. | 1 |  | Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать другой руки в медленном темпе. Отработать положение ног при выполнении этого упражнения | Развитие подвижности пальцев, координации движений рук, слухового восприятия. | Знать название предложенного музыкального инструмента, знать правила работы с инструментом и положение тела при игре на нем. |
|  | **Игры под музыку** | | | | | |
| 11 | Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки | 1 |  | Выполнять движения в соответствии с разнообразным характером музыки. Различать темповые, динамические изменения | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания. | Передавать в игровых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.;  Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой. |
| 12 | Игры под музыку. Различение изменений в музыке  РК | 1 |  | Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы. Знать передаваемые образы | Формирование чувства музыкального темпа, размера, восприятия ритмического рисунка. |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | | | |
| 13 | Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг. | 1 |  | Ходить тихо, настороженно, мягко, пружинисто, танцевально | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. | Выучить пружинящий шаг. |
| 14 | Танцевальные упражнения.   Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Хлопки. Полька. | 1 |  | Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. | Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу. | Выучить шаги польки, уметь сочетать их с хлопками. |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 15 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Перестроение из колонны парами в колонну по одному. | 1 |  | Построиться в колонну по два человека; построиться в колонну по одному из колонны парами. | Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы. | Соблюдать правильную дистанцию при перестроениях, уметь из двух колонн выстроиться в одну. |
| **III четверть** | | | | | | |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 16 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Построение круга из шеренги | 1 |  | Построение круга из шеренги. | Развитие пространственных представлений. | Знать все этапы построения круга из шеренги, из двух линий. |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами | 1 |  | Построиться в круг из шеренги и из движения в рассыпную. | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. | Выполнять манипуляции с предметами во время движения. |
|  | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | | |
| 18 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета  РК | 1 |  | Уклонять и поворачивать голову вперед, туловище назад | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. | Знать исходное положение выполняемых движений, соблюдать постановку корпуса.  Уметь плавно и резко выполнять одно и то же движение.  Согласовывать движения рук, ног и корпуса.  Манипулировать предметом в движении. |
| 19 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног. | 1 |  | Опускать, поднимать предметы перед собой | Коррекция согласованности движений. |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки | 1 |  | Выставлять ноги вперед поочередно Резко поднимать согнутую в колене ногу | Выработка правильной осанки, чувства равновесия. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | | |
| 21 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 |  | Отвести ногу в сторону, назад, вместе с руками | Преодоление двигательного автоматизма движений. | Уметь управлять частями тела независимо от других частей. |
| 22 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Ускорение и замедление движений | 1 |  | Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания, коррекция слухового восприятия. | Самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой. |
| 23 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена движений. | 1 |  | Выполнять упражнения ритмично, ускоряя, замедляя | Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения). |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | | |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук. | 1 |  | Выполнять свободное падание рук из исходного положения, из положения руки в стороны. Знать исходное положение. | Развитие быстроты и точности реакции на звуковые или вербальные сигналы. | Произвольно напрягать и расслаблять мышцы тела, отдельные группы мышц. |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе | 1 |  | Раскачивать руки в стороны, перед собой и в сочетании с наклоном корпуса | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног | 1 |  | Выбрасывать поочередно правую ногу вперед, левую | Развитие быстроты и точности реакции. |
| **IV четверть** | | | | | | |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | | |
| 27 | Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне | 1 |  | Одновременно сгибать в кулак пальцы одной руки и разгибать пальцы другой в медленном темпе, с ускорением | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. | Передавать ритмический рисунок мелодии. |
| 28 | Координационные движения, регулируемые музыкой Исполнение несложных ритмических рисунков на   барабане | 1 |  | Уметь исполнять восходящие гаммы и нисходящие в пределах пяти нот | Развитие всех видов памяти (зрительной, моторной, слуховой). | Повторять ритм, заданный учителем. |
|  | **Игры под музыку** | | | | | |
| 29 | Игры под музыку.  Передача в движениях игровых образов. | 1 |  | Выразительно исполнять знакомые движения и эмоционально передавать в движениях игровые образы | Формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний. | С помощью невербальных средств передать заданный образ. |
| 30 | Игры под музыку.  Игры с пением и речевым сопровождением. | 1 |  | Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением | Согласование движений с пением. | Знать текст стихов, попевок и считалок.  Соотносить движения с речью. |
| 31 | Игры под музыку.  Инсценирование доступных песен. | 1 |  | Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. | Развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств. | Передавать в игровой ситуации различные образы. |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | | | |
| 32 | Танцевальные упражнения. Переменные притопы. | 1 |  | Выполнять притопы переменные, прыжки с выбрасыванием ноги вперед | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. | Уметь выполнять переменные шаги и притопы. |
| 33 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски | 1 |  | Элементы русской пляски  Выполнять игры с предметами, с пением, речевым сопровождением | Согласование движений с пением. | Уметь работать в парах и группе.  Исполнять танцевальную комбинацию под музыку, сопровождая движения пением. |
| 34 | Танцевальные упражнения. движения местных народных танцев. РК | 1 |  | Выполнять основные движения парами по прямой, по кругу | Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных навыков. |

1. **класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **К-во час** | **Дата** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** | | | | | | |
|  | **Упражнения на ориентировку в пространстве** | | | | | |
| 1 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом. | 1 |  | Ходить в соответствии с метрической пульсацией. Знать исходное положение, построение в шеренгу | Развитие пространственной ориентации | Занимать исходное положение для каждого упражнения.  Уметь построиться в шеренгу. |
| 2 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы. | 1 |  | Чередовать ходьбу с приседанием | Развитие быстроты и точности реакции. | Уметь быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. |
| 3 | Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три. | 1 |  | Ходить на носочках, пятках. Рассчитываться на 1, 2, 3. знать положение рук при выполнении этих упражнений | Развитие пространственной организации собственных движений. | Уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в колонны по три, шеренги. |
|  | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | | |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. | 1 |  | Наклоны, повороты, круговые движения головы | Нормализация мышечного тонуса, тренировка отдельных групп мышц, развитие основных видов движений. | Знать и отличать понятия «наклон», «поворот». Уметь выполнять движения в заданных направлениях разными частями тела. |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях | 1 |  | Движения рук в разных направлениях. Повороты туловища. Знать, определять тип музыки | Коррекция переключаемости движений. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений** | | | | | |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Одновременные движения рук и ног. | 1 |  | Взмах ногой в разные стороны с одновременным движением рук. Знать, как соединяются ладошки при хлопке. | Коррекция согласованности движений. | Координировать движения рук и ног. Уметь выполнять одноименные и разноименные движения руками и ногами. Уметь сочетать движения с хлопками. |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Круговые движения   ног и рук. | 1 |  | Круговые движения ног в сочетании с круговым движением рук (правой, левой) | Развитие точности, координации движений. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения  на расслабление мышц** | | | | | |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения  на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча.  РК | 1 |  | Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус, стоя на полупальцах. Знать положение головы | Преодоление мышечных зажимов. | Уметь быстро расслабить мыщцы и сбросить напряжение в теле. |
| **II четверть** | | | | | | |
|  | **Игры под музыку** | | | | | |
| 9 | Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения | 1 |  | Передавать в движениях частей музыкального произведения | Развитие выразительности движений. | Уметь слушать и слышать музыку, реагировать на изменения в музыке. |
| 10 | Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке | 1 |  | Передать в движении динамическое нарастание в музыке, сильной доли такта | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | | | |
| 11 | Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца  РК | 1 |  | Элементы танца по программе, выполнять чётко, красиво. Знать положение рук при выполнении движений | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. | Знать что такое «хоровод», уметь согласовывать движение с речевым сопровождением. |
| 12 | Танцевальные упражнения. Шаг на носках | 1 |  | Шаг на носках (простой), шаг на носках на счёт три, четыре – опуститься. Шаг польки | Преодоление двигательных зажимов. | Знать особенности выполнения шага на носках, уметь вступить на разный счет. |
| 13 | Танцевальные упражнения. Шаг польки. | 1 |  | Высокие подскоки, боковой галоп | Развитие быстроты и точности реакции. | Научиться исполнять шаг польки с высоким и длинным подскоком. |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 14 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга | 1 |  | Перестроиться из одного круга в два, три | Развитие оптико-пространственной ориентировки в пространстве зала через движение. | Знать особенности перестроений из линии и колонны в круги.  Уметь работать коллективно и слаженно. |
| 15 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Перестроение из одного круга в концентрические круги | 1 |  | Перестроиться в концентрические круги | Развитие умения выполнять совместные действия. |
|  | **III четверть** | | | | | |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | | |
| 16 | Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками. | 1 |  | Сгибать, разгибать, встряхивать, поворачивать руки в разных направлениях. Сжимать, разжимать пальцы в кулак | Коррекция мелкой моторики, подвижности пальцев рук. | Научиться игре на барабане, уметь управляться с барабанными палочками.  Повторять ритм, заданный учителем. |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве.  Выполнение движений с предметами | 1 |  | Выполнение движений с лентами, обход их при ходьбе, передаче предметов. | Коррекция двигательных навыков, ловкости, точности. | Научиться манипулировать предметом при выполнении перестроений. |
|  | **Ритмико-гимнастические** **общеразвивающие   упражнения** | | | | | |
| 18 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание | 1 |  | Приседать, подниматься на носки (движения делать раздельно и слитно) Круговые движения ног (ступни)  Выставлять ногу в разных направлениях. | Развитие различных качеств внимания (устойчивости, переключения, распределения). | Уметь держать осанку и корпус во время движения.  Уметь подняться высоко на носочки и низко присесть, при этом соблюдая постановку корпуса. |
| 19 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 |  | Упражнения на выработку осанки  Перелезание через сцепленные руки, через палку. | Выработка правильной осанки, чувства равновесия. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения  на   координацию движений** | | | | | |
| 20 | Ритмико-гимнастические упражнения  на   координацию движений. Упражнения   с предметами | 1 |  | Выполнять упражнения на координацию движений с предметами | Развитие словесной регуляции действий на основе согласования слова и движений. | Повторять любой ритм, заданный учителем;  Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами). |
| 21 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков. | 1 |  | Задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами) | Формирование чувства ритма, восприятия ритмического рисунка.   Развитие всех видов памяти. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения  на расслабление мышц** | | | | | |
| 22 | Ритмико-гимнастические упражнения  на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела | 1 |  | Переносить тяжесть тела с одной ноги на другую, из стороны в сторону | Коррекция восприятия своего тела и отдельных его частей. | Уметь ощущать вес собственного тела, переносить тяжесть тела с ноги на ногу. |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | |  |  |
| 23 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на  музыкальных инструментах | 1 |  | Исполнять гаммы в пределах одной октавы  обеими руками (отдельно). | Коррекция слухового восприятия, мелкой моторики руки. | Знать что такое «гамма», научиться исполнять ее на музыкальном инструменте. |
| 24 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. РК | 1 |  | Составить простой ритмический рисунок повторять любой ритм, заданный учителем. | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. | Исполнять ритмы различных мелодий на барабане или бубне. |
|  | **Игры под музыку** | | | |  |  |
| 25 | Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений | 1 |  | Прохлопывать несложный ритмический рисунок | Изменение характера движений в соответствии с изменением контрастов звучания. | Уметь скоординировать свои движения в соответствии с характером и темпом музыки. |
| 26 | Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца | 1 |  | Пружинные движения, плавные, спокойные. Самостоятельно ускорять, замедлять темп упражнений | Развитие произвольности при выполнении движений и действий. | Знать понятия «ширина», «высота». Уметь использовать эти понятия в игре. |
|  | **IV четверть** | | | | | |
|  | **Игры под музыку** | | | |  |  |
| 27 | Игры под музыку.  Передача игровых образов. | 1 |  | Передавать образ при инсценировке песни | Развитие способности к созданию выразительного образа с помощью невербальных средств. | Передавать в игровых и плясовых движениях различные образы. |
| 28 | Игры под музыку.  Смена ролей в импровизации. | 1 |  | Передавать в движении развернутый сюжет | Формирование способности к пониманию различных эмоциональных состояний на основе восприятия невербальных стимулов. | Уметь импровизировать, исполнять разнохарактерные роли. |
| 29 | Игры под музыку.  Действия с воображаемыми предметами | 1 |  | Уметь выполнять действия с воображаемым предметом. Придумывать их. | Развитие воображения, коррекция психических процессов. | Развить способность воображать предмет и манипулировать воображаемым предметом. |
| 30 | Игры под музыку.  Подвижные игры с пением и речевым сопровождением  РК | 1 |  |  | Согласование движений с пением. | Уметь согласовывать речь с движением и игрой. |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | |  |  |
| 31 | Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп | 1 |  | Двигаться парами по кругу лицом, боком | Развитие умения выполнять совместные действия. | Уметь выполнять одно и то же движение в паре, одинаково и синхронно.  Двигаться по кругу, соблюдая дистанцию и одновременно выполнять танцевальные движения. |
| 32 | Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки. | 1 |  | Двигаться парами по кругу лицом, боком | Коррекция коммуникативных навыков. |
| 33 | Танцевальные упражнения Элементы русской пляски | 1 |  | Элементы русской пляски  на месте, с передвижениями | Развитие точности, координации, плавности, переключаемости движений. | Уметь выполнять движения русских танцев: присядка, ковырялочка. |
| 34 | Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев | 1 |  | Выполнять основные движения народных танцев | Развитие умения реализовать запрограммированные действия по условному сигналу. |

**4  класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **К-во часов** | **Дата** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** | | | | | | |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 1 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре | 1 |  | Перестроиться из колонны по одному в колонну по четыре | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем | Чётко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки. |
| 2 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение в шахматном порядке | 1 |  | Перестроиться в шахматном порядке (из колонны) | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем |
| 3 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из   колонн в круги. | 1 |  | Построиться из нескольких колонн в круги, сужая их и расширяя | Развитие пространственных представлений |
|  | **Ритмико-гимнастические  общеразвивающие упражнения** | | | | | |
| 4 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища | 1 |  | Круговые движения головы (с акцентом). Движения кистями рук. | Коррекция согласованности движения рук с движением туловища, головы. | Отмечать в движении акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. |
| 5 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч | 1 |  | Круговые движения плечами: вверх, вниз, вперед, назад | Соотнесение темпа и ритма |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений** | | | | | |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания   движений  рук, ног, головы | 1 |  | Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы | Коррекция согласованности движения рук с движением ног, туловища, головы. | Уметь координировать свои действия и движения. Выполнять упражнения в разных темпах.  Соотносить темп музыки с характером и темпом собственных движений. |
| 7 | Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку.  РК | 1 |  | Выполнять упражнения с ускорением. С замедлением  Поднимать голову, корпус с позиции на корточках | Развивать умение соотносить темп и ритм |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | | |
| 8 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. | 1 |  | Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением. | Развивать у детей подвижность, ощущать напряжение и расслабление мышц | Научиться прыгать в разных направлениях. |
| **II четверть** | | | | | |  |
|  | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами** | | | | | |
| 9 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино | 1 |  | Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. | Развивать у детей подвижность пальцев, координацию движений рук. | Слышать и распознавать в музыке ритмический рисунок, акцент. |
|  | **Игры под музыку** | | | | | |
| 10 | Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка | 1 |  | Упражнения на передачу ритмических рисунков темповых и динамических изменений в музыке | Развивать у детей слуховое восприятие, координацию движений рук. | Задавать ритм мелодии одноклассникам и уметь его проверять. |
| 11 | Игры под музыку.  Смена движения в соответствии со сменой частей | 1 |  | Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. | Развивать у детей подвижность пальцев, ощущать напряжение и расслабление мышц, координацию движений рук. | Слышать изменения в музыке и быстро реагировать на них сменой движения. |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | | | |
| 12 | Танцевальные упражнения. Галоп | 1 |  | Упражнения на различение элементов народных танцев. | Развитие восприятия, памяти, быстроты реакции. | Уметь выполнять галоп в паре и по кругу. |
| 13 | Танцевальные упражнения. Круговой галоп | 1 |  | Разучивание народных танцев | Развитие умения работать сообща, в паре, в группе. |
| 14 | Танцевальные упражнения. Присядка | 1 |  | Танцевальный элемент «присядка». | Развитие координации, подвижности, ловкости. | Исполнять присядку, соблюдая правильную осанку, быстро и ловко выпрямляться. |
| 15 | Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.  РК | 1 |  | Пружинящий бег. Простые шаги вперед, назад. Три простых шага, притоп (вперед, назад) | Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца | Уметь исполнить танцевальную комбинацию из шагов, притопов и хлопков. |
| **III четверть** | | | | | | |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | | |
| 16 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей. | 1 |  | Вращать кистями рук по кругу, пальцы сжаты в кулак Противопоставлять один палец остальным. Двигать руками в разном направлении | Развивать у детей подвижность пальцев, ощущать напряжение и расслабление мышц, координацию движений рук. | Уметь выполнять элементы пальчиковой гимнастики под музыку. |
|  | **Упражнения на ориентирование в пространстве** | | | | | |
| 17 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели | 1 |  | Перестроиться из простых и концентрированных кругов в «звездочки» и «карусели». Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем, учить перестраиваться с образованием кругов,  «звездочек», «каруселей». | Ориентироваться в пространстве зала, владеть пространственными понятиями.  Знать фигуры-построения: линия, колонна, круг, карусель, звездочка.  Уметь перестраиваться во все перечисленные фигуры. |
| 18 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | 1 |  | Ходить по диагональным линиям по часовой стрелке и против | Умение находить центр помещения. |
| 19 | Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения | 1 |  | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. | Развитие пространства и умения ориентироваться в нем; развитие ловкости, быстроты реакции, точность движений. |
|  | **Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения** | | | | | |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук | 1 |  | Выбрасывать руки вперед, в стороны, вверх | Коррекция согласованности движений рук. | Знать упражнения для рук, ног, корпуса, спины и уметь их выполнять. |
| 21 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения  и повороты туловища | 1 |  | Поворачивать корпус с передачей предметов | Коррекция согласованности движения рук с движением туловища. |
| 22 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног. | 1 |  | Выставлять ногу во все стороны (начиная вправо) | Коррекция согласованности движения рук с движением ног. |
| 23 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки. | 1 |  | Ходить на внутренних краях стопы | Развитие мышечного аппарата, правильной осанки. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений** | | | | | |
| 24 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Самостоятельное составление   ритмических рисунков | 1 |  | Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельно составить ритмический рисунок, прохлопать его | Развитие координации, слухового восприятия, соотнесение темпа и ритма. | Уметь без помощи учителя составить ритмический рисунок и продемонстрировать его одноклассникам. |
| 25 | Ритмико-гимнастические упражнения  на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов  с предметами. РК | 1 |  | Сочетание хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). | Развитие моторных навыков | Уметь согласовывать движения. |
|  | **Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц** | | | | | |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя | 1 |  | С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).      То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка). | Ощущать напряжение и расслабление мышц. | Уметь расслаблять и напрягать мышцы, выполняя имитационные упражнения. |
| **IV четверть** | | | | | | |
|  | **Координационные движения, регулируемые музыкой** | | | | | |
| 27 | Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения  на  аккордеоне, духовой гармонике. | 1 |  | Выполнять несложные упражнения песни. | Коррекция подвижности пальцев рук, мелкой моторики | Понимать ритм услышанной мелодии, уметь его повторить. |
|  | **Игры под музыку** | | | | | |
| 28 | Игры под музыку. Начало движения. | 1 |  | Самостоятельно менять движения в соответствии со сменой музыкальных фраз | Коррекция концентрического внимания, восприятия. | Начинать движение вместе с началом музыки. |
| 29 | Игры под музыку. Разучивание   игр, элементов танцевальных движений. | 1 |  | Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии | Совершенствование памяти, внимания, восприятия. | Передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки |
| 30 | Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций. | 1 |  | Разучивать и придумывать новые варианты игр | Коррекция внимания; совершенствование мышления, памяти. | Самостоятельно составить несложную танцевальную комбинацию из выученных движений. |
| 31 | Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением. | 1 |  | Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценировка песен, сказки | Коррекция  внимания; совершенствование речевых навыков, развитие дыхательного аппарата. | Четко и ясно проговаривать игровые считалочки, попевки, песни. |
|  | **Танцевальные упражнения** | | | | | |
| 32 | Танцевальные упражнения. Шаг кадрили | 1 |  | Подскоки с продвижением вперед, назад, на месте | Привитие навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца | Уметь выполнять шаг кадрили. |
| 33 | Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением  РК | 1 |  | Разучивание народных танцев | Развитие координации, подвижности, ловкости, быстроты реакции. | Отличать танцевальные шаги друг от друга, правильно их называть и выполнять. |
| 34 | Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев. | 1 |  | Двигаться парами по кругу лицом, боком. Выполнять основные движения народных танцев | Коррекция эмоциональной сферы, развитие точности, четкости движений. | Знать и выполнять движения народных танцах индивидуально, в парах, по кругу. |

**5.Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение**

*Программно-методические материалы:*

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида  под редакцией В. В. Воронковой.   Подготовительный класс, 1 – 4 класс (автор – А.А. Айдарбекова). -  М., «Просвещение», 2009 г.

*Материально-техническое   обеспечение:*

* технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
* музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),
* детские музыкальные инструменты: флейта, трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
* дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

*Методическая литература:*

1. Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. Е.А. Медведева «Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика» Москва .,2002 г. Уроки ритмики в коррекционной школе 1 -4 класс Волгоград «Учитель» 2006 г.
3. Ж.Е. Фирилева, Е.Г.Сайкина «Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб.; «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,2000
4. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
5. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затямина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

*Дополнительная литература для учителя и учащихся:*

1. Буренина А. И. Ритмическая мозаика.-СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.
2. Ерохина О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.
3. Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: 2000.-112 с.
4. Михайлова М. А., Горбина Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: «Академия развития», 1998.-240с.
5. Петрова Т. И., Сергеева Е. Л., Петрова Е. С. Театрализованные игры в детском саду.- М. : Издательство « Школьная Пресса», 2000.
6. Чурилова Э. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников: Программа и репертуар.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 160 с.

*Информационное  обеспечение образовательного процесса*

* Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики  [http://moi-sat.ru](https://www.google.com/url?q=http://moi-sat.ru&sa=D&ust=1525939261288000)
* Сеть творческих учителей [http://www.it-n.ru/](https://www.google.com/url?q=http://www.it-n.ru/&sa=D&ust=1525939261288000)
* Социальная сеть работников образования [http://nsportal.ru/site/all/sites](https://www.google.com/url?q=http://nsportal.ru/site/all/sites&sa=D&ust=1525939261289000)
* Учительский портал  [http://www.uchportal.ru](https://www.google.com/url?q=http://www.uchportal.ru&sa=D&ust=1525939261289000)
* Федеральный портал «Российское образование»  http://[www.edu.ru](https://www.google.com/url?q=http://www.edu.ru&sa=D&ust=1525939261289000)
* Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов   http://[fcior.edu.ru](https://www.google.com/url?q=http://fcior.edu.ru&sa=D&ust=1525939261290000)
* Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» http://festival.1september
* Электронная библиотека учебников и методических материалов [http://window.edu.ru](https://www.google.com/url?q=http://window.edu.ru&sa=D&ust=1525939261291000)

**6.Приложения**

**РИТМИЧЕСКИЕ ИГРЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ НА УРОКАХ**

**Бабочки**

**Цель:** развитие наблюдательности, внимания, творчества.

Все играющие имитируют бабочек: легко и красиво двигаются под музыку. Водящий наблюдает. Музыка прекращается, и все превращаются в застывшие красивые фигуры. Водящий выбирает лучшую «бабочку», которая становится ведущей в следующей игре.

**Мультяшки**

**Цель:** развитие творчества, умение в движении передать особенности мультипликационных героев.

Звучит музыка. Ведущий предлагает героев мультфильма, которого надо изобразить, придумать для него одно характерное движение или несколько танцев. Тот, кто справится с танцем лучше всех, получает очко. В конце игры очки подсчитывается.

**Будь внимателен!**

**Цель:**развитие ловкости, внимания.

Играющие становятся перед ведущим. Звучит музыка. Ведущий предлагает участникам поиграть с разными предметами, но под музыку: ведущий мяч, а участник ведущему и т.д. Выигрывает тот, кто точно под музыку производит бросок. Проделать то же самое с кеглей, платком, кубиком и с другими предметами по усмотрению ведущего.

**После дождя**

**Цель:**развитие творчества, пластичности, мимики и пантомимики.

Под звучание музыки различных жанров, играющие должны изобразить:

-идёт дождь (руками)

-прохожие идут по лужам (можно с зонтиками)

-солнышко засияло

-всем весело

-природа ожила (раскрываются цветы, летают птички, пчёлы и бабочки)

Ведущий внимательно наблюдает за играющими, даёт задание и отмечает тех, кто лучше всех выполняет его. Эти лучшие исполнители становятся в центр и ещё раз все вместе показывают, как красиво они выполняют задание.

**Передай платочек**

**Цель:**развитие ловкости, творчества, музыкального слуха, чувства такта в процессе группового общения.

Участники выстраиваются в круг. Под музыку играющие передают платочек, приседая на сильную долю такта. Как только музыка заканчивается, передача платка прекращается. Тот, у кого платочек остался в руках, выходит на середину круга, исполняя свой собственный танец, остальные поддерживают его хлопками.

**Приглашение**

**Цель:**развитие памяти, творчества, культуры поведения в процессе группового общения.

Все играющие становятся в круг. Под музыку водящий ходит внутри круга, останавливаясь перед кем-либо из играющих и сделав поклон, приглашает следовать за собой. Следуя вдвоём, водящий вновь останавливается перед кем-либо и таким образом приглашает несколько человек. Водящий двигается любым(по желанию) танцевальным шагом и все идущие за ним повторяют движения или шаг. Неожиданно музыка заканчивается - все разбегаются и становятся в общий круг(в любом месте). Кто опоздал становится новым водящим.

**ПЛАСТИЧЕСКИЕ ЭТЮДЫ**

**Кактус и ива**

**Цель:**развивать умение владеть мышечным напряжением, ориентироваться в пространстве, координировать движение.

Под музыку дети двигаются по залу. По команде педагога «Кактус», ученики останавливаются и принимают позу «кактуса» (кто как его представляет), с продолжением музыки дети возобновляют движение. По команде «ива»-принимают позу ивы.Движение продолжается, команды чередуются. По окончании игры педагог или сами ученики выделяют лучшего игрока.

**Мокрые котята**

**Цель:**умение снимать поочерёдно с мышц рук, шеи, корпуса; двигаться врассыпную мягким, пружинящим шагом.

Дети двигаются по залу врассыпную мягким, пружинистым шагом, как котята. По команде «дождь» садятся на корточки и сжимаются в комочек, напрягая все мышцы. По команде «солнце» медленно встают и стряхивают «воду по очереди с каждой из четырёх лап, с головы и хвостика, снимая соответственно зажимы с мышц рук, ног, шеи и корпуса.

**В царстве золотой рыбки**

**Цель:**развитие творчества, фантазии, мимики, пластичности, гибкости.

В морском царстве золотой рыбки покой и тишина. Его обитатели занимаются своими делами: плавают рыбки, извиваются водоросли, раскрываются и закрываются раковины, быстро перемещается по дну краб( можно добавлять любые другие персонажи).

**Снегурочка**

**Цель:**развитие творчества, фантазии, мимики.

Наступила весна. Вся природа оживает и расцветает. Грустно лишь одной Снегурочке: солнечные тёплые лучи несут ей гибель; она прощается совсем, что ей дорого и медленно тает…

**Вальс бабочек**

**Цель:**развивать умение подражать движениям насекомых, легко и мягко передвигаться по залу, выполнять плавные движении руками.

На летнем лугу летают бабочки. Одни собирают нектар с цветов, другие любуются своими пёстрыми крылышками. Лёгкие и воздушные, они порхают и кружат в своём вальсе.

**Пальма**

**Цель:**напрягать и расслаблять попеременно мышцы рук в кистях, локтях и плечах.

«Выросла пальма большая -пребольшая»; руки вытянуть вверх, потянуться за руками, посмотреть на них.

«Завяли листочки»; уронили кисти рук.

«Ветви»; уронили руки от локтя.

«И вся пальма»; уронили руки вниз. Упражнение можно выполнять поочерёдно каждой рукой.