

Министерство просвещения Российской Федерации  
(МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ)

федеральное государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение «Неманское специальное учебно-воспитательное учреждение  
закрытого типа»

СОГЛАСОВАНО

Заведующий учебной частью

 Г. С. Вольските

«23» июня 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

 А. В. Катаева

«23» июня 2023 г.

Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«Ритмика»  
2023 – 2024 учебный год

Рассмотрено на заседании МО  
учителей

(протокол № 9 от 25.05.2023)

Руководитель МО 

И. С. Гайвороненко

г. Неман  
2023 год

## **Содержание**

1. Пояснительная записка.
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета.
3. Содержание учебного предмета.
4. Тематическое планирование учебного предмета.
5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

### **1. Пояснительная записка.**

Рабочая программа коррекционно - развивающих занятий внеурочной деятельности «Ритмика» для 5-8 классов разработана как нормативно-правовой

документ для организации внеурочной деятельности образовательного учреждения «Неманское специальное учебно-воспитательное учреждение закрытого типа».

Рабочая программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

- Постановление главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», зарегистрированного Министерством юстиции РФ от 18.12.2020 №61573;

- Приказ Минпросвещения России от 28.12.2018 № 345 (ред. от 18.05.2020) «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;

- Приказ Министерства образования РФ от 10.04.2002 № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 4 октября 2010 г. № 986

- «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;

- Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);

- Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- Устав Неманского СУВУ.

Цель коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 5-8 классов: исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

- развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;

- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;
- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;
- овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);
- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);
- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;
- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;
- корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

Коррекционно-развивающая работа предусматривает организацию и проведение занятий, способствующих социально-личностному развитию обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), коррекции недостатков в психическом и физическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Легкая 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 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 обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), 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. На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды. Основным принципом построения ритмики является тесная связь движений и музыки, где организующим началом выступают музыка, ритм.

Развитие движений в сочетании с музыкой и словом представляет целостный коррекционно-воспитательный процесс. Коррекция нарушенных функций и дальнейшее развитие сохранных требуют от обучающегося собранности, внимания, конкретности представлений, развития памяти – эмоциональной, зрительной, образной (при восприятии образца движений), словесно-логической (при осмыслении задач и запоминании последовательности выполнения движений под музыку), двигательно-моторной (двигательно-мышечные ощущения), произвольной (связанной с самостоятельным выполнением упражнений). Специфические средства воздействия являются основой формирования универсальных учебных действий: обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять разнообразные движения, петь, танцевать.

## **2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

Личностные:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации и динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

- развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

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

- формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;

- формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;

- оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).

- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные:

- правильно сидеть или стоять во время урока; с помощью учителя, товарища включаться в учебную деятельность; понимать причины собственного успеха в учебной деятельности;

- владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

Минимальный уровень:

- представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- выполнение не сложных упражнений под руководством учителя;

- знание основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;

- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

- представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд;

- подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр;

- участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;

- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях;

- выполнение ритмических комбинаций движений на уровне возможностей обучающихся;

- понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка); определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

Достаточный уровень:

- выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне;

- развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки);
- развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;
- согласовывать музыку и движение;
- самостоятельное выполнение комплексов упражнений;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя:
  - бег, ходьба, прыжки и др.;
  - подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений, совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
  - знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
  - знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
  - 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 малокоонтрастными 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.

### **3. Содержание учебного предмета.**

Содержание программы предусматривает степень нарастания сложности познавательного материала, от получения знаний, до применения их в повседневной жизни.

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 упражнения

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 поднятие 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. Упражнение 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)

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. Инсценировка музыкальных сказок, песен.

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.



#### 4. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности.

Таблица тематического планирования по ритмике на 5 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения
1	Построение. Правильное исходное положение	1	Практическое занятие
2	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1	Ритмические упражнения
3	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге	1	Ритмические упражнения
4	Упражнения ритмической гимнастики 1. Без предметов. 2. Короткой скакалкой	1	Упражнения с предметами
5	Упражнения ритмической гимнастики 1. Короткой скакалкой. 2. Гимнастической палкой	1	Упражнения с предметами
6	Подготовительные упражнения к танцам. 1. Полуприседания. 2. Упражнения для ступни.	1	Танцевальная и игровая практика
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1. Чижи в клетке. 2. Кот и мыши.	1	Танцевальная и игровая практика
8	Упражнения ритмической гимнастики 1. Короткой скакалкой. 2. Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
9	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	Беседа
10	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками	1	Ритмические упражнения

11	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Короткой скакалкой.	1	Упражнения с предметами
12	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
13	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Выставление ноги на носок	1	Танцевальная и игровая практика
14	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп, круговой галоп)	1	Танцевальная и игровая практика
15	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Салки, руки на стену	1	Танцевальная и игровая практика
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	Танцевальная и игровая практика
17	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза	1	Танцевальная и игровая практика
18	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой	1	Ритмические упражнения Упражнения с предметами
19	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой	1	Ритмические упражнения Упражнения с предметами
20	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке	1	Беседа
21	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы	1	Слушание музыки. Движения под музыку.
22	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Без предметов. 2.С мячом	1	Упражнения с предметами
23	Элементы танцев. 1.Хороводный шаг. 2.Шаг польки	1	Танцевальная и игровая практика
24	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька»	1	Танцевальная и игровая практика
25	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Пустое	1	Танцевальная и игровая

	место». 2. «Мяч в воздухе» 3. «Отбивай мяч». 4. «Вороны и воробьи»		практика
26	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок	1	Беседа
27	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями	1	Ритмические упражнения
28	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
29	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	Ритмические упражнения
30	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Вставание на полупальцы	1	Маршировка
31	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа	1	Танцевальная и игровая практика
32	Танцы. «Полька»	1	Танцевальная и игровая практика
33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Космонавты».	1	Танцевальная и игровая практика
34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Лиса и куры». «Охотники и утки»	1	Танцевальная и игровая практика

Таблица тематического планирования по ритмике на 6 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения
1	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	Беседа
2	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
3	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	Ритмические упражнения

4	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1	Танцевальная и игровая практика
5	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
6	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.	1	Танцевальная и игровая практика
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Чижи в клетке. 2.Кот и мыши.	1	Танцевальная и игровая практика
8	Упражнения ритмической гимнастики 1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой.	1	Упражнения с предметами
9	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1	Беседа
10	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	Ритмические упражнения
11	Упражнения ритмической гимнастики. Короткой скакалкой.	1	Упражнения с предметами
12	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
13	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	1	Танцевальная и игровая практика
14	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	Танцевальная и игровая практика
15	Танцы. Круговой галоп.	1	Танцевальная и игровая практика
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	Танцевальная и игровая практика
17	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1	Танцевальная и игровая практика

			практика
18	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
19	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1	Беседа
20	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	Ритмические упражнения
21	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	Слушание музыки
22	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Без предметов. 2.С мячом.	1	Упражнения с предметами
23	Элементы танцев. 1.Хороводный шаг. 2.Шаг польки.	1	Танцевальная и игровая практика
24	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1	Танцевальная и игровая практика
25	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Пустое место». 2. «Мяч в воздухе»	1	Танцевальная и игровая практика
26	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	Беседа
27	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	Ритмические упражнения
28	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами

29	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	Ритмические упражнения
30	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы.	1	Танцевальная и игровая практика
31	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	Танцевальная и игровая практика
32	Танцы. «Полька».	1	Танцевальная и игровая практика
33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Космонавты».	1	Танцевальная и игровая практика
34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Лиса и куры», «Охотники и утки»	1	Танцевальная и игровая практика

Таблица тематического планирования по ритмике на 7 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения
1	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	Дыхательная гимнастика
2	Игры («Холодно-горячо»)	1	Танцевальная и игровая практика
3	Упражнения с мячом	1	Упражнения с предметами
4	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	Танцевальная и игровая практика
5	Марш по периметру зала	1	Маршировка
6	Игра «Я знаю пять названий».	1	Игровое занятие
7	Ритмические упражнения с мячом.	1	Упражнения с предметами
8	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	Упражнения с предметами
9	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
10	Релаксирующие упражнения.	1	Слушание музыки

11	Подвижные игры с мячом.	1	Игровая практика
12	Инсценировка песни.	1	Урок-спектакль
13	Отработка маршевого шага.	1	Маршировка
14	Упражнения на координацию движений.	1	Игровое занятие с элементами хореографии
15	Игра «Я знаю пять названий».	1	Танцевальная и игровая практика
16	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	Танцевальная и игровая практика
17	Танец. «Полька».	1	Танцевальная и игровая практика
18	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1	Танцевальная и игровая практика
19	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1	Танцевальная и игровая практика
20	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов.	1	Ритмические упражнения
21	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
22	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	Ритмические упражнения
23	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1	Беседа
24	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	Танцевальная и игровая практика
25	Прохлопывание ритма песен	1	Слушание музыки
26	Дыхательные и расслабляющие упражнения	1	Дыхательная гимнастика

27	Упражнения на координацию движений	1	Игровое занятие с элементами хореографии
28	Упражнения на прыжки	1	Практическое занятие
29	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1	Маршировка
30	Упражнения с мячом	1	Упражнения с предметами
31	Игра «Догадайся! Что это?»	1	Танцевальная и игровая практика
32	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	Упражнения с предметами
33	Ритмические упражнения с скакалкой.		Ритмические упражнения
34	Отработка маршевого шага.	1	Маршировка

Таблица тематического планирования по ритмике на 8 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения
1	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	Дыхательная гимнастика
2	Игры («Холодно-горячо»)	1	Танцевальная и игровая практика
3	Упражнения с мячом	1	Упражнения с предметами
4	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	Танцевальная и игровая практика
5	Марш по периметру зала	1	Маршировка
6	Ритмико-гимнастические упражнения	1	Ритмические упражнения
7	Подвижные игры с мячом.	1	Упражнения с предметами
8	Игра «Секретное задание».	1	Танцевальная и игровая практика
9	Ритмические упражнения с мячом.	1	Упражнения с предметами
10	Ритмические упражнения с скакалкой.	1	Упражнения с предметами



11	Ритмические упражнения с гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
12	Релаксирующие упражнения.	1	Слушание музыки. Дыхательная гимнастика
13	Подвижные игры с мячом.	1	Упражнения с предметами
14	Отработка маршевого шага.	1	Маршировка
15	Упражнения на координацию движений.	1	Игровое занятие с элементами хореографии
16	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1	Танцевальная и игровая практика
17	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1	Танцевальная и игровая практика
18	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1	Танцевальная и игровая практика
19	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Салки, руки на стену.	1	Ритмические упражнения.
20	Танцы. Круговой галоп.	1	Танцевальная и игровая практика
21	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	Танцевальная и игровая практика
22	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок.	1	Танцевальная и игровая практика
23	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1	Упражнения с предметами
24	Игра «Покажи жестами»	1	Танцевальная и игровая практика
25	Упражнения и игры со скакалкой	1	Упражнения с предметами
26	Прохлопывание ритма песен	1	Слушание музыки
27	Дыхательные и релаксирующие упражнения	1	Маршировка

28	Упражнения на координацию движений	1	Игровое занятие с элементами хореографии
29	Упражнения на прыжки	1	Занятие-соревнование
30	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1	Маршировка
31	Упражнения с мячом	1	Упражнения с предметами
32	Передача характера музыки в движении.	1	Слушание музыки
33	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	Упражнения с предметами
34	Отработка маршевого шага.	1	Маршировка

## **5. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности.**

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. 13
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.

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

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. Зятымина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
6. Т. А. Зятымина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ** <http://school-collection.edu.ru/catalog/>

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

- 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, обруч

Пронумеровано, прошнуровано и  
скреплено печатью 19 страниц.

Директор Иеманского СУВУ

А. В. Катаева

