

Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями
здоровья «Барнаулская общеобразовательная школа – интернат № 3»

<p>СОГЛАСОВАНА Заместитель директора по УР КГБОУ «Барнаулская общеобразовательная школа – интернат № 3» <i>Яковлева</i> Я.В. Яковлева «29 августа» 2024г.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ Директор КГБОУ «Барнаулская общеобразовательная школа – интернат № 3» А.И. Зенич Приказ № <u>135</u> от <u>08</u> 2024 г.</p>	<p>Рассмотрена на заседании Педагогического Совета ОУ Протокол № <u>1</u> «29 августа» 2024г.</p>
---	--	---



Рабочая программа
Коррекционно – развивающая область
«Ритмика»
4 – 9 классы

Педагог: Горн И.М

2024/2025 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» разработана в соответствии с требованиями:

- ✓ Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- ✓ Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки. На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторике, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формирования навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основные направления в ритмике:

- Упражнения на ориентировку в пространстве;
- Ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнение с детскими музыкальными инструментами;)
- Игры под музыку;
- Танцевальные упражнения.

Место коррекционного курса в учебном плане

На коррекционный курс «Ритмика» в 4 - 9 классах (вариант 1) по учебному плану выделяется 1 час в неделю - 34 часа в год.

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ урока	Тема / Раздел	Кол. часов	Дата проведения
1	Беседа по хореографическому искусству «Что такое ритмика». Основные танцевальные правила. Приветствие. Постановка корпуса	1	2.09
2	Упражнения на развитие координации. Движения по линии танца. Перестроения для танцев	1	9.09
3	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом). Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения)	1	16.09
4	Движение на развитие координации. Элементы асимметричной гимнастики	1	23.09
5	Позиции рук. Позиции ног. Основные правила	1	30.09
6	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом). "Красота движений" - компоновка ОРУ	1	7.10
7	Партерный экзерсис. Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения)	1	14.10
8	Партерный экзерсис. Музыкально-ритмические игры "Коршун и курица", "Магазин игрушек"	1	21.10
9	Разминка. "Медленный вальс". Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела	1	11.11

10	Упражнения на улучшение гибкости позвоночника. Музыкально-ритмические игры “Я и мир вокруг нас”, “Шаг”, “Волк и заяц”	1	18.11
11	Фигурный вальс. Классический экзерсис. Позиции ног, позиции рук	1	25.11
12	Разминка. “Медленный вальс”. Игры «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом)	1	2.12
13	Классический экзерсис. Постановка тела. Упражнения для улучшения подвижности коленных суставов	1	9.12
14	Партерный экзерсис. Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения)	1	16.12
15	Позиции ног, рук в паре. Отработка движений	1	23.12
16	Традиции народа в своеобразии движений. Беседы по хореографическому искусству. Танец “Вальс”. Понятие о сложной координации. Ведение в паре	1	13.01
17	Разминка. “Медленный вальс”. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела	1	20.01
18	Народная хореография. Танцы разных народов	1	27.01
19	Танцевально-ритмические упражнения “Чарльстон”, “Твист”, “Голубец”. Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела	1	3.02
20	Музыкально-ритмические игры “Я и мир вокруг нас”, “Шаг”, “Волк и заяц”	1	10.02

21	Танцевально-ритмические упражнения “Чарльстоп”, “Твист”, “Голубец”	1	17.02
22	Упражнения на напряжение и расслабление мышц тела	1	3.03
23	Музыкально-ритмические игры разных народов “Медведи и пчелы”, “Яблоки”	1	17.03
24	Русский народный танец «Каблучок», «Ковырялочка», «Гармошка»	1	31.03
25	Разминка. “Медленный вальс”. Упражнения на дыхание, упражнения для развития правильной осанки	1	7.04
26	Упражнения на расслабление мышц. Музыкально-ритмические игры (линия танца, перестроения)	1	14.04
27	Ритмические упражнения «Притопы», «Припляс». Танцевальный бег (ход на полу пальцах)	1	21.04
28	Танцевально-ритмические упражнения “Чарльстоп”, “Твист”, “Голубец”. Упражнения для профилактики плоскостопия	1	28.04
29	Урок-игра «Ловушка», «Русский кулачный бой», «Выйди из круга» (с мячом)	1	5.05
30	Основные танцевальные точки, шаги. Диагональ, середина	1	12.05
31	Музыкально-ритмические игры “Я и мир вокруг нас”, “Шаг”, “Волк и заяц”	1	19.04
32	Синхронность и координация движений, используя танцевальные упражнения	1	19.04
33	Музыкально-ритмические игры разных народов “Медведи и пчелы”, “Яблоки”	1	19.04

34	Этюдная работа. Игры. Понятие пантомима. Игровые двигательные упражнения с предметами	1	19.04

Тематическое планирование 5-6 класс.

№ урока	Тема / Раздел	Кол. часов	Дата проведения
	Упражнения на ориентировку в пространств	2	
1	Беседа о разновидностях танца. Инструктаж по технике безопасности	1	3.09 5.09
2	Построение и перестроение. Упражнения на дыхания.	1	10.09 12.09
	Ритмико-гимнастические упражнения	5	
3	Упражнения с осенними листьями. Упражнения на расслабление мышц.	1	17.09 19.09
4	Танцевальные упражнения с осенними листьями.	1	24.09 26.09
5	Музыкально – ритмическая композиция «Воздушная кукуруза».	1	1.10 3.10
6	Упражнения на выработку осанки. Упражнения «Танцуйте сидя»	1	8.10 10.10
7	Упражнения с осенними листьями. Игра «Кружки и цепочки».	1	15.10 17.10
	Танцевальные упражнения	3	
8	«Танец с осенними листьями». Перестроение.	1	22.10 24.10
9	«Танец с осенними листьями». Игра «Кружки и цепочки».	1	5.11 7.11

10	Закрепление танцевальных движений.	1	12.11 14.11
	Игры под музыку	3	
11	Передача в движении динамического нарастания. «Угадайка» - игровая композиция	1	19.11 21.11
12	Игра «Птички и ворона». Танец – игра «Найди себе пару»	1	26.11 28.11
13	Игра «Музыкальная дорожка». Пскоки с ноги на ногу	1	3.12 5.12
	Танцевальные упражнения	4	
14	Танец «Полкис». Перескоки с ноги на ногу.	1	10.12 12.12
15	Танец «Полкис». Шаги на полупальцах и пятках	1	17.12 19.12
16	Хоровод. Игра «Ручеёк»	1	24.12 26.12
17	Закрепление танцевальных движений.	1	14.01 9.01
	Ритмико-гимнастические упражнения	6	
18	Ходьба и бег по диагонали. Упражнения «Танцуйте сидя».	1	21.01 16.01
19	Упражнения с султанчиками. Упражнения на дыхания	1	28.01 23.01
20	Упражнения на расслабления мышц и дыхания. Игра «Море волнуется».	1	4.02 30.01
21	Упражнения «Мельница». Легкие, равномерные, высокие прыжки.	1	11.01 6.01
22	Протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе под бубен.	1	18.03 13.03
23	Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Игра «Музыкальная дорожка»	1	25.03 20.03
	Танцевальные упражнения	3	

24	Шуточная парная композиция «Два Барана».	1	4.04 27.03
25	Танец «Кадриль». Перескоки с ноги на ногу.	1	11.03 6.03
26	Танец «Кадриль». Поскоки	1	18.03 13.03
	Игры под музыку	4	
27	Игра «Кружки и цепочки». Шаги на полупальцах и пятках	1	1.04 20.03
28	«Едем к бабушке в деревню" образно игровая композиция	1	8.04 3.04
29	«Угадайка»-игровая композиция. Ходьба с перестроениями	1	15.04 10.04
30	«Разноцветная игра» — игровая композиция с перестроениями.	1	22.04 17.04
	Танцевальные упражнения	4	
31	Танец «Колокольчиков».	1	29.04 24.04
32	Притопы: удары стопы в пол равномерно и по три. Игра «Море волнуется»	1	6.05 15.05
33	Танец «Колокольчиков». Шаг польки.	1	13.05 22.05
34	Закрепление танцевальных движений.	1	20.05

Тематическое планирование 7-8 класс

№ урока	Тема / Раздел	Кол. часов	Дата проведения
---------	---------------	------------	-----------------

	Ритмико-гимнастические упражнения	3	
1	Виды танца. Инструктаж по технике безопасности	1	4.09 6.09
2	Ходьба по диагонали, перестроение. Упражнения на дыхания.	1	11.09 13.09
3	Пластический этюд: «Припадание».	1	18.09 20.09
	Танцевальные упражнения	4	
4	Шаги на всей ступне и на полупальцах. Вальсовый шаг.	1	25.09 27.09
5	История танца. Танцевальные упражнения «Вару – Вару»	1	2.10 4.10
6	Разучивание танца «Вару – Вару».	1	9.10 11.10
7	Танец «Вару – Вару»	1	16.10 18.10
	Игры под музыку	3	
8	Упражнения на осанку. Игра «Найди себе пару».	1	23.10 25.10
9	Упражнения на расслабления. Игра «Не выпустим!».	1	6.11 8.11
10	Составление несложных танцевальных композиций. Игра «Море волнуется».	1	13.11 15.11
	Ритмико-гимнастические упражнения	3	
11	Виды современного танца. Упражнения с султанчиками	1	20.11 22.11
12	Музыкально – пластическая композиция «Голубая вода»	1	27.11 29.11
13	Музыкально – пластическая композиция «Дети и природа»	1	4.12. 6.12
	Танцевальные упражнения	7	
14	«Птичка польку танцевала». Перестроение.	1	11.11 13.11
15	Танец «Снежинок и вьюги». Ходьба на носках.	1	18.11 20.11
16	Танец «Снежинок и вьюги». Упражнения на расслабления	1	25.11 27.11
17	Танец «Полька». Движения в	1	15.01

	парах.		10.01
18	Перескок с ноги на ногу. Танец «Полька».	1	22.01 17.01
19	Поскоки на месте и в движении. Танец «Полька»	1	29.01 24.01
20	Закрепление танцевальных движений.	1	5.02 31.01
	Игры под музыку	3	
21	Музыкальная игра «Веселые пары». Пластический этюд. «Гармошка»	1	12.02 7.02
22	Инсценировка движений птиц под музыку. Игра «Зеркало».	1	19.02 14.02
23	Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни р.н.п. «Калинка».	1	26.02 21.02
	Танцевальные упражнения	4	
24	«Танец цветов и бабочек». Упражнения на дыхание.	1	5.03 28.02
25	«Танец цветов и бабочек». Шаг на полу пальцах.	1	12.03 7.03
26	Танцевальные упражнения «Сиртаки». Прыжки с разворотом коленей.	1	19.03 14.03
27	Вальсовый шаг. Упражнения с лентами.	1	2.04 21.03
	Ритмико-гимнастические упражнения	5	
28	Пластическая картина «Дети и природа». Упражнения на пластику.	1	9.04 4.04
29	Танец придворных «Менуэт»	1	16.04 11.04
30	Танец придворных «Припадание».	1	23.04 18.04
31	Музыкально – ритмическая композиция «Мельница»	1	30.04 25.04
32	Музыкально – ритмическая композиция «Танцкласс»	1	7.05 16.05
	Танцевальные упражнения	2	
33	Танцевальная композиция «Калинка». Притопывающий приставной	1	14.05 23.05

	шаг.		
34	Закрепление элементов	1	21.05

Тематическое планирование 9 класс

№ уро ка	Тема / Раздел	Кол. часов	Дата проведения
	Упражнения на ориентировку в пространстве.	4	
1	Построение в шахматном порядке. Инструктаж по технике безопасности	1	2.09
2	Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их	1	9.09
3	Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели	1	16.09
4	Упражнения с предметами (ленты, обручи).	1	23.09
	Ритмико-гимнастические упражнения.	12	
5	Ритмические упражнения со скакалкой.	1	30.09
6	Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями	1	7.10
7	Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей.	1	14.10
8	Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов.	1	21.10
9	Упражнения с мячом. Перестроение.	1	11.11
10	Марш по периметру зала.	1	18.11

	Перестроение.		
11	Ритмические упражнения с мячом.	1	25.11
12	Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук.	1	2.12
13	Упражнения на выработку осанки.	1	9.12
14	Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.	1	16.12
15	Упражнения на координацию движений.	1	23.12
16	Упражнение на растяжку и расслабление.	1	13.01
	Игры под музыку.	7	
17	Игра «Найди себе пару», «Зеркала».	1	20.01
18	Игра «Не выпустим!», «Повтори за мной».	1	27.01
19	Составление несложных танцевальных композиций.	1	3.02
20	Музыкальная игра «Музыкальная дорожка».	1	10.02
21	Музыкальная игра «Угадайка».	1	17.02
22	Инсценировка движений животных под музыку.	1	3.03
23	Инсценировка русских народных сказок.	1	17.03
	Танцевальные упражнения	7	
24	Танцевальные упражнения с различным движением рук и ног. Перестроение.	1	7.04
25	Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах.	1	14.04
26	Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут.	1	21.04
27	Танец «Кадриль».	1	28.04
28	Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни.	1	5.05
29	Музыкально – ритмическая композиция «Танцкласс».	1	12.05

30	Закрепление танцевальных движений.	1	19.05
	Ритмико-гимнастические упражнения.	4	
31	Упражнения на пластику. Упражнения на расслабление	1	19.05
32	Прохлопывание и протопывание ритма песен.	1	19.05
33	Отработка маршевого шага.	1	19.05
34	Маршировка с перестроением.	1	19.05

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности: Библиографический список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе: Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный и 1-4 классы под редакцией В.В.Воронковой: 8-е издание - М.: «Просвещение», 2013.

Оборудование и приборы:

Музыкальная колонка.
Фетровые (бумажные) листочки;
ритмические (гимнастические) палочки;
мягкий мяч;
театральный реквизит (обручи, гимнастические палки, коврики, платочки, и пр.)