

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Муниципальное казенное учреждение "Комитет по образованию
администрации муниципального образования "Заларинский район"
МБОУ Тыретская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

_____ М.В. Крюкова

Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УР

_____ С.В. Китина

Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

_____ Г.С. Рябец

Приказ № 135 от 30.08. 2024 г.

АДАптированная рабочая программа
по предмету «РИТМИКА» 6, 7, 9 класс
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
(1 вариант)

рп. Тыреть 1-я 2024г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по ритмике для 5-9 классов составлена на основе «Программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида» УО ИН (1 Вариант) под редакцией Воронковой В.В. (Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации, 2-е издание, 2006 год).

Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию школьников с нарушением интеллекта, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию. На каждый изучаемый раздел отведено определенное количество часов, указанное в тематическом плане, только дифференцированный подход в обучении. Программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний. Программа определяет содержание предмета и учитывает особенности познавательной деятельности детей. Она направлена на разностороннее развитие личности обучающихся, способствует их умственному развитию, обеспечивают гражданское, нравственное, эстетическое воспитание. Программа содержит материал, помогающий обучающимся достичь того уровня общеобразовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации.

Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. Поэтому особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных обучающихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

Цель программы обучения: осуществление коррекции недостатков психического и физического развития детей с нарушением интеллекта средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи курса:

- способствовать коррекции недостатков психического и физического развития детей с нарушением интеллекта средствами музыкально-ритмической деятельности;
- ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать последовательность выполнения задания;
- исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно-двигательную координацию;
- развивать у учащихся речь, художественный вкус, укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

Физкультура. Формирование и совершенствование двигательных умений, воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, смелости, навыков культурного поведения.

Музыка и пение. Умение слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивать способность переживать содержание музыкального образа. Движения под музыку оказывают не только коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создает благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Межпредметные связи в учебном процессе обеспечивают лучшее понимание школьниками изучаемого материала

Содержание учебного предмета

6 класс (34 часа- 1 час в неделю)

Программа состоит из четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

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

Ритмико – гимнастические упражнения

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

Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднятие головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

Игры под музыку, танцевальные упражнения

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

7 класс (34 часа- 1 час в неделю)

Программа состоит из четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звёздочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать

диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах. Ходьба с отображением длительности нот.

Ритмико – гимнастические упражнения

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

Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем. Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном). Упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). **Игры под музыку, танцевальные упражнения**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

9 класс (34 часа- 1 час в неделю)

Программа состоит из четырех разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

Упражнения на ориентировку в пространстве

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

Ритмико – гимнастические упражнения

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

Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени.

Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

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

Игры под музыку, танцевальные упражнения

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

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

Планируемые результаты освоения учебного предмета

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

Достаточный уровень освоения предметными результатами не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для обучающихся с нарушением интеллекта. Отсутствие достижения этого уровня по ритмике в 5 классе не является препятствием к продолжению образования по данному варианту программы.

Минимальный уровень:

- уметь слушать музыку;
- выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя;
- активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем;

- слушать и правильно выполнять инструкцию учителя;
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя. Достаточный уровень:
- уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию;
- уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу;
- выполнять плясовые движения по показу учителя, организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя;
- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.

Базовые учебные действия

Личностные учебные действия:

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

Коммуникативные учебные действия:

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

Регулятивные учебные действия:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения;

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами – заместителями;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Основы знаний.	2		2	
2	ОРУ, упражнения на ориентировку в пространстве.	3		3	

3	Упражнения с предметами.	10		10	
4	Ритмико – гимнастические упражнения общеразвивающего и танцевального характера.	9		9	
5	Танцевальные упражнения	10		10	
Всего		34		34	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Основы знаний.	2		2	
2	ОРУ, упражнения на ориентировку в пространстве.	3		3	
3	Упражнения с предметами.	10		10	
4	Ритмико – гимнастические упражнения общеразвивающего и танцевального характера.	9		9	
5	Танцевальные упражнения	10		10	
Всего		34		34	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Основы знаний.	2		2	
2	ОРУ, упражнения на ориентировку в пространстве.	3		3	
3	Упражнения с предметами.	10		10	
4	Ритмико – гимнастические упражнения общеразвивающего и танцевального характера.	9		9	
5	Танцевальные упражнения	10		10	
Всего		34		34	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Теоретические сведения. Техника безопасности на занятиях ритмикой. Понятие о ритме движения и музыки.	1		1	02.09	
2	Специальные ритмические упражнения.			1	09.09	

	Ритмическая ходьба на счёт 1, насчёт 2, 3.	1				
3	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге	1		1	16.09	
4	Упражнения ритмической гимнастики без предметов, со скакалкой	1		1	23.09	
5	Упражнения ритмической гимнастики без предметов, со скакалкой	1		1	30.09	
6	Подготовительные упражнения к танцам (полуприседания, упражнения для ступней)	1		1	07.10	
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	14.10	
8	Упражнения ритмической гимнастики с предметами	1		1	21.10	
9	Музыкальная речь. Подвижные игры под музыку	1		1	11.11	
10	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками	1		1	18.11	
11	Упражнения ритмической гимнастики с предметами	1		1	25.11	
12	Упражнения ритмической гимнастики без предметов	1		1	02.12	
13	Подготовительные упражнения к танцам. Выставление ноги на носок	1		1	09.12	
14	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп)	1		1	16.12	
15	Танцы. Круговой галоп	1		1	23.12	
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	13.01	
17	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1		1	20.01	
18	Упражнения ритмической гимнастики с мячами	1		1	27.01	
19	Понятие о фразе и предложении в музыке	1		1	03.02	
20	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов)	1		1	10.02	
21	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы	1		1	17.02	
22	Упражнения ритмической гимнастики с мячом	1		1	03.03	
23	Элементы танцев. Хороводный шаг. Шаг польки. Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька»	1		1	17.03	
24	Элементы танцев. Хороводный шаг. Шаг польки. Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька»	1		1	31.03	
25	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	07.04	
26	Ритмический рисунок	1		1	14.04	

27	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями	1		1	21.04	
28	Упражнения ритмической гимнастики с гимнастической палкой	1		1	28.04	
29	Упражнения ритмической гимнастики без предметов	1		1	05.05	
30	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы. Повторные три притопа	1		1	12.05	
31	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полупальцы. Повторные три притопа	1		1	19.05	
32	Танцы. «Полька»	1		1	26.05	
33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1		1		
34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1		1		
ВСЕГО		34		34		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Техника безопасности на занятиях ритмикой. Понятие о ритмдвижения и музыки	1		1	02.09	
2	Упражнения ритмической гимнастики с короткой скакалкой, гимнастической палкой	1		1	09.09	
3	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов)	1		1	16.09	
4	Танцы. «Травушка-муравушка». Полька»	1		1	23.09	
5	Упражнения ритмической гимнастики с мячами	1		1	30.09	
6	Подготовительные упражнения к танцам	1		1	07.10	
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	14.10	
8	Музыкальная речь. Упражнения ритмической гимнастики без предметов	1		1	21.10	
9	Музыкальная речь. Упражнения ритмической гимнастики без предметов	1		1	11.11	
10	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками	1		1	18.11	
11	Упражнения ритмической гимнастики с гимнастической палкой, скакалкой, мячами	1		1	25.11	
12	Упражнения ритмической гимнастики с гимнастической палкой, скакалкой, мячами	1		1	02.12	

13	Подготовительные упражнения к танцам	1		1	09.12	
14	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп)	1		1	16.12	
15	Танцы. Круговой галоп	1		1	23.12	
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	13.01	
17	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	20.01	
18	Упражнения ритмической гимнастики без предметов	1		1	27.01	
19	Понятие о фразе и предложении в музыке	1		1	03.02	
20	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1		1	10.02	
21	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы	1		1	17.02	
22	Упражнения ритмической гимнастики с мячом	1		1	03.03	
23	Элементы танцев. Хороводный шаг. Шаг польки	1		1	17.03	
24	Танцы. «Травушка-муравушка». Полька»	1		1	31.03	
25	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	07.04	
26	Ритмический рисунок. Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	14.04	
27	Ритмический рисунок. Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	21.04	
28	Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями	1		1	28.04	
29	Упражнения ритмической гимнастики с различными предметами	1		1	05.05	
30	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	12.05	
31	Подготовительные упражнения к танцам	1		1	19.05	
32	Танцы. «Полька»	1		1	26.05	
33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1		
34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1		
ВСЕГО		34		34		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

№	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Техника безопасности на занятиях ритмики. Дыхательные и релаксирующие упражнения	1		1	02.09	

2	Музыкально-ритмические движения. Марш по периметру зала.Пляска	1		1	09.09	
3	Музыкально-ритмические движения. Марш по периметру зала.Пляска	1		1	16.09	
4	Подвижные игры с мячом. Танцевальные элементы	1		1	23.09	
5	Ритмические упражнения с различными предметами. Разучиваниетанцевальных упражнений	1		1	30.09	
6	Ритмические упражнения с различными предметами. Разучиваниетанцевальных упражнений	1		1	07.10	
7	Инсценировка песни. Маршировка и пение. Отработка маршевогошага	1		1	14.10	
8	Инсценировка песни. Маршировка и пение. Отработка маршевогошага	1		1	21.10	
9	Развитие координационных способностей	1		1	11.11	
10	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	18.11	
11	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	25.11	
12	Упражнения ритмической гимнастики без предметов	1		1	02.12	
13	Танец «Полька». Повторные три притопа. Подготовительныеупражнения к танцам	1		1	09.12	
14	Танец «Полька». Повторные три притопа. Подготовительныеупражнения к танцам	1		1	16.12	
15	Ритмический рисунок. Разучивание танцевальных шагов	1		1	23.12	
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	13.01	
17	Танец «Полька». Элемент танца - шаг польки, хороводный шаг	1		1	20.01	
18	Упражнения ритмической гимнастики со скакалкой игимнастическим обручем	1		1	27.01	
19	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направлениядвижения с началом каждой музыкальной фразы	1		1	03.02	
20	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук(на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов)	1		1	10.02	
21	Понятие о фразе и предложении в музыке. Упражненияритмической гимнастики	1		1	17.02	
22	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1		1	03.03	
23	Танцы. Круговой галоп. Элементы танцев - «Наездники» (прямой галоп). Выставление ноги на носок. Подготовительные упражненияк танцам	1		1	17.03	
24	Танцы. Круговой галоп. Элементы танцев - «Наездники» (прямой галоп). Выставление ноги на носок. Подготовительные упражненияк танцам	1		1	31.03	

25	Прохлопывание ритма песен. Дыхательные и релаксирующие упражнения. Упражнения на развитие координации движений	1		1	07.04	
26	Прохлопывание ритма песен. Дыхательные и релаксирующие упражнения. Упражнения на развитие координации движений	1		1	14.04	
27	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1		1	21.04	
28	Передача характера музыки в движении. Упражнения с мячом подстихотворный текст и под музыку	1		1	28.04	
29	Передача характера музыки в движении. Упражнения с мячом подстихотворный текст и под музыку	1		1	05.05	
30	Марш с перестроением в колонну по двое	1		1	12.05	
31	Танцевальные движения в парах	1		1	19.05	
32	Отработка маршевого шага. Маршировка и пение	1		1	26.05	
33	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг наносочках, движения руками во время ходьбы	1		1		
34	Отработка маршевого шага. Маршировка и пение.	1		1		
ВСЕГО		34		34		

Список используемой методической литературы

1. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида» Москва «Просвещение» 2006 г.
2. Кузнецова О.Л. «Психологические аспекты физической реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата» Абакан Издательство Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова 2004 г.
3. Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» Москва «Дрофа» 2001 г.
4. Галеева О.А. Авторская педагогическая разработка (адаптационная программа) «Ритмическая гимнастика для учащихся 5-9 классов» г., Усть-Илимск, 2014 год.
5. Васильева Т.К., Секрет танца.- М.-2008 г.
6. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Л.: Искусство 2009 г.
7. Современный балетный танец.- М.: Просвещение, 2009 г.

На занятиях ритмической гимнастикой используется музыкальный центр для воспроизведения музыкального материала