Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Новополевская основная общеобразовательная школа

Приложение к Адаптированной основной

общеобразовательной программе образования обучающихся

с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и

множественными нарушениями развития

МБОУ Новополевская основная общеобразовательная школа

**Рабочая программа по учебному предмету**

**«Двигательное развитие»**

**для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития**

**5-9 классы**

# 1. 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 коррекционно – развивающего курса «Двигательное развитие» в образовательном учреждении 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 УО часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Умственная отсталость обучающихся связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга, на ранних этапах онтогенеза. 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. Двигательное развитие, 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 способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой.

Программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основе нормативно – правовых документов:

1. Приказ министерства образования Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 – п. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) развития (вариант 2) МБОУ «Новополевская ООШ».
3. Учебный план МБОУ «Новополевская ООШ».

**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.

# 2. Общая характеристика.

На занятиях 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 коррекционно-развивающего курса 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 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.

## Особенности реализации программы.

*Особенности методики преподавания предмета.* Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий двигательного развития 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 движения 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.
* развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

***Методы и формы обучения****.* 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);
  + гимнастика под музыку;
  + корригирующие игры с пением;
  + коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
  + 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.), 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 гимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

# Описание места учебного коррекционного курса «Двигательное развитие» в учебном плане.

В 5 - 9 классах обучение ведется по 1 часу в неделю, 34 учебные недели, в год составляет -34 часа.

# Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса «Двигательное развитие».

В результате реализации программы коррекционно – развивающего курса «Двигательное развитие» 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.

# - 7 классы

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).

# 8-9 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.

## Основные разделы программы 5 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое  занятие или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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. |

***6 – 7 классы***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***п.п.*** |  |  |  |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое  занятие или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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. |

## 8-9 класс

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№***  ***п.п.*** | ***Тема раздела*** | ***Форма*** | ***Ожидаемый результат*** |
| ***1*** | Упражнения на ориентировку в пространстве. | Групповое  занятие или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 или индивидуальное 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 | ***1 уровень –*** знать названия танцевальных элементов и комбинаций; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | занятие или индивидуальное занятие | 1. ***уровень*** – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.; 2. ***уровень*** – приобретение опыта публичного выступления; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | индивидуальное  занятие | веселой, задорной пляски;  ***3 уровень*** – играть, соблюдая правила; |
| ***5*** | Танцевальные упражнения. | Групповое  занятие или индивидуальное 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

# Содержание коррекционного курса «Двигательное развитие».

**5 класс**

# 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.

# 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).

# Координация движений, регулируемых музыкой

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

# 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.

# 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».

# 6 – 7 классы

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.

# 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.

# Координация движений, регулируемых музыкой

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

# 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.

# Танцевальные упражнения

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

# 8-9 класс

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.

# 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.

# Координация движений, регулируемых музыкой

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

# 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.

# 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.

# Тематическое планирование.

**5 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **К-во часов** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** | | | | | |
| **Упражнения на ориентирование в пространстве (4 часа)** | | | | | |
| 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 (2 часа)** | | | | | |
| 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 (2 часа)** | | | | | |
| 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). | 1 | Перенести тяжесть тела с одной ноги на другую. | Нормализация мышечного тонуса, выработка чувства равновесия. |
| **II четверть** | | | | | |
| **Координация движений, регулируемых музыкой (1час)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (2 часа)** | | | | | |
| 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 (4часа)** | | | | | |
| 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 (3часа)** | | | | | |
| 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 (4 часа)** | | | | | |
| 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 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 20 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения.  Приседания с опорой и без опоры | 1 | Приседания с опорой и без опоры, с предметами | Преодоление  двигательной скованности движений. | упражнения.  Хорошо развита  гибкость и  пластичность 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(3 часа)** | | | | | |
| 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 (2 часа)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (3 часа)** | | | | | |
| 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 (4 часа)** | | | | | |
| 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 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 32 | Танцевальные упражнения. Движения парами | 1 | Элементы русской пляски. Положение рук в русском танце. | Развитие умения выполнять совместные действия и коммуникативных  навыков. | исполнения танцевальных упражнений.  Уметь работать в паре, в коллективе. |
| 33 | Танец «Пляска с притопами» | 1 | Уметь начинать и заканчивать движения в соответствии со  звучанием музыки. | Развитие произвольности при выполнении  движений и действий. |
| 34 | Итоговое занятия | 1 |  |  |  |

**6 – 7 классы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ уро ка** | **Тема** | **К-во часов** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** | | | | | |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве(2часа)** | | | | | |
| 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 (4 часа)** | | | | | |
| 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 (2 часа)** | | | | | |
| 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 (2 часа)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (2чача)** | | | | | |
| 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 ( 2 часа)** | | | | | |
| 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 (1час)** | | | | |
| 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 (2 часа)** | | | | | |
| 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 (3часа)** | | | | | |
| 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 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 19 | Ритмико-гимнастические общеразвивающие  упражнения. Движения рук и ног. | 1 | Опускать, поднимать предметы перед собой | Коррекция согласованности движений. | движение. Согласовывать движения рук, ног и корпуса.  Манипулировать  предметом в движении. |
| 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 (3 часа)** | | | | | |
| 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 (3часа)** | | | | | |
| 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 (2часа)** | | | | | |
| 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(3часа)** | | | | | |
| 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 (3 часа)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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. |

# 8-9 класс

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ уро**  **ка** | **Тема** | **К-во час** | **Деятельность учащихся** | **Коррекционная работа** | **Ожидаемый результат** |
| **I четверть** | | | | | |
| **Упражнения на ориентировку в пространстве (3 часа)** | | | | | |
| 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 (2 часа)** | | | | | |
| 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 (2часа)** | | | | | |
| 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 (1 час)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (2 часа)** | | | | | |
| 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 (3 часа)** | | | | | |
| 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 ( 2часа)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (1час)** | | | | | |
| 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 (1час)** | | | | | |
| 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 (2часа)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (2 саса)** | | | | | |
| 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 (1 час)** | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (2 часа)** | | | |  |  |
| 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 (2часа)** | | | |  |  |
| 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 (4 часа)** | | | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 (4 часа)** | | | |  |  |
| 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. |  |

# Материально-техническое оснащение и учебно-методический комплекс.

*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);
* 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:*

 Власенко О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.

1. Коррекционная ритмика – под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина – Москва, 2007г. Музыкальная ритмика – под ред. Т. А. Затямина, Л. В. СтрепетоваМ.: «Глобус», 2009г.
2. Т. А. Затямина, Л. В. Стрепетова Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.: Издательство

«Глобус», 2009

*Дополнительная литература для учителя и учащихся:*

 Буренина А. И. Ритмическая мозаика.-СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.

 Ерохина О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.

 Михайлова М. А., Воронина Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития: 2000.-112 с.

*Информационное обеспечение образовательного процесса*

* Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики [http://moi-sat.ru](http://moi-sat.ru/)
* Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>
* Учительский портал [http://www.uchportal.ru](http://www.uchportal.ru/)
* Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов http://[fcior.edu.ru](http://fcior.edu.ru/)
* Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» [http://festival.1september](http://festival.1september/)

- Электронная библиотека учебников и методических материалов [http://window.edu.ru](http://window.edu.ru/)