Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Специальная общеобразовательная школа-интернат»
г. Губаха, Пермский край

ПРИНЯТО: ППО учителей начальных классов МБОУ СОШИ Протокол № 1 от 30.08.2026г.	СОГЛАСОВАНО: Педагогическим советом МБОУ СОШИ протокол № 1 от 31.08.2026 г.	УТВЕРЖДЕНО: Директор МБОУ СОШИ _____А. М. Братчикова Приказ от 31.08.2026 г. № 1

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4444F5F82CBA5866374861E07D767A24
Владелец: БРАТЧИКОВА АЛЕВТИНА МИХАЙЛОВНА
Действителен: с 09.09.2025 до 03.12.2026

Адаптированная образовательная программа

учебного предмета «Ритмика»

для обучающихся 2 «а» класса

на 2026 – 2027 учебный год

Учитель:

Яндаева Юлия Олеговна

г. Губаха, 2026 г.

Пояснительная записка.

Перечень нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

3. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

4. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. №1026;

5. Приказ Министерства просвещения РФ от 21 сентября 2022 г. № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников»;

6. Адаптированная основная общеобразовательная программа МБОУ СОШИ;

7. Учебный план МБОУ СОШИ на 2026 - 2027 учебный год.

Адаптированная образовательная программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития, обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета «Ритмика», который определен стандартом.

Структурно и содержательно программа для 2 класса рассчитана на 33 часа в год, по 1 часу в неделю.

Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития детей с нарушением интеллекта средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ритмика оказывает положительное влияние на психофизиологические процессы, познавательную, эмоционально-волевую сферы ребенка, обеспечивает коррекцию психомоторики детей данной категории.

Цель программы:

Воспитание гармонично-развитой личности средствами музыкально-ритмической деятельности, осуществление коррекции отклонений у детей.

Задачи:

Формировать понятия о некоторых музыкальных терминах (ритм, темп, характер музыки).

Знакомить с разнообразием движений, разучивать различные движения, танцы, музыкально-ритмические игры, упражнения.

Развивать музыкально-двигательные навыки и умения.

Развивать познавательный интерес, творческую активность, воображение и фантазию у детей, их умение самостоятельно отражать свои впечатления от музыки.

Развивать коммуникативные навыки.

Воспитывать у детей правильное отношение к окружающему миру.

Воспитывать положительные качества личности (дружелюбие, дисциплинированность, коллективизм)

Осуществлять средствами музыкально-ритмической деятельности коррекцию познавательной, эмоционально-волевой, моторной, личностной сфер обучающегося.

Общая характеристика учебного предмета

Адаптированная образовательная программа по предмету ритмика для 1-4 классов разработана с учётом особенностей познавательной деятельности детей с отклонениями в интеллектуальном развитии и способствует их умственному развитию; осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к

определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз.

Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности.

Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определен их объем, а также указаны знания и умения, которыми должны овладеть учащиеся, занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности.

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.

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.

В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике.

Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения, например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться,* а *не бегать, прыгать, шагать).*

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2 класс), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок»,

«Теремок». В 4 классе умственно отсталые дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».

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.). Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

Место учебного предмета в учебном плане.

В федеральном базисном учебном плане на предмет ритмики в 2 классе выделяется 1 час в неделю. Общее число часов за год обучения составляет: 2 класс - 34 часа.

I четверть - 9 часов II четверть - 8 часов III четверть - 9 часов IV четверть - 8 часов

Личностные и предметные результаты:

Личностные результаты освоения АООП образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки. Развитие ценностно–смысловой ориентации обучающихся; умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения, ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях.

Личностные результаты:

- 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;

- развитие танцевальных навыков.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному;
- ходить свободным естественным шагом;
- выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя.

Достаточный уровень:

- Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить своеместо в строю;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разныхнаправлениях;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя.
- 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.

Базовые учебные действия.

Личностные

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга.
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- 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.

Коммуникативные

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель – ученик, ученик – ученик, ученик – класс, учитель - класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем:
- 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 с учетом поведения других участников спорной ситуации.

Регулятивные

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);
- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- работать с учебными принадлежностями (инструментами, *спортивным инвентарем*) и организовывать рабочее место;
- 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;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

Познавательные:

- уметь слушать и отвечать на простые вопросы учителя;
- формировать навыки работы в группе; устанавливать рабочие отношения;
- формировать умение самостоятельно выбирать подвижные игры;
- уметь воспроизводить стихотворное сопровождение разминочных упражнений, рассказать правила проведения подвижных игр, знать, как выполняются упражнения с закрытыми глазами;
- уметь выполнять разминку, направленную на развитие гибкости, координации движений,
- уметь контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя;
- с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;

- добывать недостающую информацию с помощью вопросов (познавательная инициативность).

Содержание учебного предмета «Ритмика» 2 класс

Раздел	Ч	Содержание
Упражнения на ориентировку в пространстве.	**8**	Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.
Ритмико-гимнастические упражнения.	**8**	*Общеразвивающие упражнения.* Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки. *Упражнения на координацию движений.* Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. *Упражнения на расслабление мышц.* Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения

		листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).
Упражнения с музыкальными инструментами	**8**	Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.
Игры под музыку	**2**	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.
Танцевальные упражнения.	**8**	Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

Танцы и пляски

Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».
Парная пляска. Чешская народная мелодия.
Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.
Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

Критерии и нормы оценки достижения планируемых результатов освоения программы учебного предмета «Ритмика»

Уровень	Критерии оценивания
I уровень (высокий)	Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.
II уровень (средний)	Выполняют упражнения в целом соответствующей с высоким уровнем, но нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений. Имеют место случаи неправильного выполнения приёмов на практике.
III уровень (ниже среднего)	Выполняют нормативы в соответствии ниже среднему уровню. Не умеют пользоваться навыками на практике, выполняют упражнения по подражанию. Выполняют упражнения с помощью учителя. Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений.

Календарно-тематическое планирование

№	Раздел программы	Тема	ч	Задачи	Элементы содержания	Тип урока
1	Введение	Введение	1	Знать правила поведения и технику безопасности на уроке ритмике	Знакомство с правилами поведения и техникой безопасности на уроке ритмике	Комбинированный
2	Упражнения на ориентировку в пространстве	Ходьба и бег	1	Уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в	Ходьба и бег. Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу,	Комбинированный

				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	перекладывать с места на место	
3		Построение в шеренгу	1	Уметь организованно строиться (быстро, точно); сохранять правильную дистанцию в колонне парами	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную	Комбинированный
4	Ритмико-гимнастические упражнения	Общеразвивающие упражнения	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в	Комбинированный

					колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки	
5	Танцевальные упражнения	Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек»	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед	Комбинированный
6	Упражнения на ориентировку в пространстве	Построение в колонну, построение в колонну по два	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную	Комбинированный
7	Танцевальные упражнения	Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек»	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед	Комбинированный
8	Упражнения с детскими музыкальными инструментами Игры под музыку	Барабан Игры под музыку	1	Уметь 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	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях. Выполнение движений в соответствии с разнообразным	Комбинированный

				произведения в двухчастной форме с контрастными построениями	характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	
9	Танцевальные упражнения	Тихая, настороженная ходьба	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег	Комбинированный
10		Элементы русской пляски	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной	Комбинированный

					рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).	
11		Парная пляска. Чешская народная мелодия	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением	Комбинированный
12		Мягкий, пружинящий шаг	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед	Комбинированный
13		Парная пляска. Чешская народная мелодия	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением	Комбинированный
14		Парная пляска. Чешская народная мелодия	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением	Комбинированный
15	Игры под музыку	Игры под музыку	1	Уметь 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	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в	Комбинированный

					двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	
16	Танцевальные упражнения	Переменные притопы	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек)	Комбинированный
17		Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев	Комбинированный
18	Ритмико-гимнастические	Упражнения на координацию	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие	Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с	

	упражнения	движений		упражнения в определенном ритме и темпе	одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки	
19	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	Бубен	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне	Комбинированный
20	Игры под музыку	Игры под музыку	1	Уметь 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;	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и ме-	Комбинированный

				ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями	лодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	
21	Танцевальные упражнения	Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев	Комбинированный
22	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на расслабление мышц	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то	

					левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол)	
23	Танцевальные упражнения	Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку»	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед	Комбинированный
24	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на координацию движений	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки	Комбинированный

25	Танцевальные упражнения	Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев	Комбинированный
26	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на расслабление мышц	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол)	Комбинированный
27	Танцевальные упражнения	Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку»	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед	
28		Неторопливый танцевальный и стремительный бег	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег	Комбинированный
29	Игры под музыку	Игры под музыку	1	Уметь легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо),	Комбинированный

				ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями	регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	
30	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на координацию движений	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и	Комбинированный

					разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки	
31	Танцевальные упражнения	Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку»	1	Уметь самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;	Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед	Комбинированный
32		Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед	Комбинированный
33	Игры под музыку	Игры под музыку	1	Уметь 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	Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и	Комбинированный

				произведения в двухчастной форме с контрастными построениями	выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии	
34	Ритмико-гимнастические упражнения	Упражнения на расслабление мышц	1	Уметь соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе	Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол)	Комбинированный

ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА (литература)

1. Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа: математика, физическая культура, ритмика, трудовое обучение. Издательство «Дрофа», 2009.
2. Т. А. Замятина, Л. В. Стрепетова. Музыкальная ритмика: учебно -методическое пособие. Издательство «Глобус»,2009.
3. Видеодиски «Уроки ритмики». Автор: учитель ритмики Семенкова Л. Ю..
4. Видеодиски «Уроки хореографии». Авторы: Е. В. Васина, Е. Л. Савченко.
5. Бекина, С.И.Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2 /С. И. Бекина, Т.П. Ломова, Е. Н. Соковнина. -М, 1999. -С. 34 - 37.
6. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика/ А. И. Буренина - СПб, 2000. - 89 с.
7. Власова, Т. М. Фонетическая ритмика / Т. М. Власова, А. Н. Пфафенродт -М.1997 - 128 с.
8. Мухина,А.Я. Речедвигательная ритмика/ А.Я. Мухина, Изд-во Астрель, ВКТ. 2009. - 128 с
9. Шашкина, Г.Р. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. Методическое пособие для дефектологов/ Шашкина Г.Р. Медведева Е.А., Комиссарова Л.Н., Сергеева О.Л., 2002.-224 с.
10. Яхина, Е.З. Методика музыкально-ритмических занятий с детьми, имеющими нарушения слуха/ Е.З. Яхина. Изд-во: Владос.2003.-271 с.

Для реализации программы необходимы:

- музыкальный центр;
- музыкальные накопители;
- народные музыкальные инструменты;
-реквизиты (гимнастические палки, коврики, платочки, флажки, и т.п.).