

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С. ПЕТРОПАВЛОВСКОЕ»**

**Рассмотрено**  
на заседании ШМО  
Протокол №1  
от «29»08.2023

**Согласовано**  
заместитель директора  
Е.И. Березовская

**«Утверждаю»**  
директор школы  
Е.В. Тараканова  
Приказ №87-О от  
«29»08.2023

**Рабочая программа коррекционного курса  
"Ритмика»  
адресованная для обучающихся с легкой умственной отсталостью  
(вариант 2)  
6-9 класс**

Учитель: Тараканова Наталья Юрьевна

с. Петропавловское  
2023г.

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа коррекционного курса «Ритмика» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на основе адаптированной основной общеобразовательной программы МКОУ «Средняя школа с. Петропавловское» для обучающихся с умеренной отсталостью (вариант 2).

Программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»).

Преподавание ритмики в коррекционном образовательном учреждении VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности. Ритмика оказывает положительное влияние на психофизиологические процессы, познавательную, эмоционально-волевыми сферы ребенка, обеспечивает коррекцию психомоторики детей данной категории.

**Цель** коррекционного курса «Ритмика» для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 5-9 классов: исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

### **Задачи:**

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

## 2. Общая характеристика коррекционного курса

Коррекционно-развивающая работа предусматривает организацию и проведение занятий, способствующих социально-личностному развитию обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), коррекции недостатков в психическом и физическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления

коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Ритмика, являясь синтетическим, интегративным видом деятельности, позволяет решать целый спектр разнообразных образовательных, воспитательных, развивающих и коррекционных задач, лежащих во многих плоскости здоровья обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), развития их психомоторики, до задач формирования и развития у них творческих и созидательных способностей, коммуникативных умений и навыков.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды. Основным принципом построения ритмики является тесная связь движений и музыки, где организующим началом выступают музыка, ритм. Развитие движений в сочетании с музыкой и словом представляет целостный коррекционно-воспитательный процесс. Коррекция нарушенных функций и дальнейшее развитие сохранных требуют от обучающегося собранности, внимания, конкретности представлений, развития памяти - эмоциональной, зрительной, образной (при восприятии образца движений), словесно-логической (при осмыслении задач и запоминании последовательности выполнения движений под музыку), двигательно-моторной (двигательно-мышечные ощущения), произвольной(связанной с самостоятельным выполнением упражнений). Специфические средства воздействия являются основой формирования универсальных учебных действий: обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять разнообразные движения, петь, танцевать.

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки. На уроках ритмики хорошо поддаются коррекции характерные для детей особенности нервно - психического склада, своеобразие деятельности, поведения и личностных реакций, эмоционально - волевая незрелость.

### **3. Место коррекционного курса в учебном плане**

Коррекционный курс «Ритмика» изучается с 5 по 9 класс по 1 часу в неделю. Распределение по годам 5-9 класс по 34 часа в год. Итого 170 часов.

### **4. Планируемые результаты освоения коррекционного курса**

#### **Личностные:**

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации и динамично изменяющемся и

развивающемся мире; 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

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

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

13) формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;

14) формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;

15) оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо). 16) проявление готовности к самостоятельной жизни.

#### **Предметные:**

правильно сидеть или стоять во время урока; с помощью учителя, товарища включаться в учебную деятельность; понимать причины собственного успеха в учебной деятельности; владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

#### **Минимальный уровень:**

представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; выполнение не сложных упражнений под руководством учителя; знание основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;

выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд; представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении

общеразвивающих упражнений;

ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;

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

выполнение ритмических комбинаций движений на уровне возможностей обучающихся; понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);

определять музыкальные жанры: танец, марш, песня.

#### **Достаточный уровень:**

выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне;

развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия, представления о выразительных средствах музыки); развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение; согласовывать музыку и движение;

самостоятельное выполнение комплексов упражнений;

владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и

развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);

выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.; подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений,

совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;

знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни; соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малококонтрастными

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.

## **5. Содержание коррекционного курса**

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

### **Ритмика – гимнастические упражнения**

*Общеразвивающие упражнения.* Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

*Упражнения на координацию движений.* Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).

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

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

### **Игры под музыку**

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

### **Танцевальные упражнения**

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

## **6. Тематическое планирование**

### **6 класс**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>К-во часов</b>
<b>I четверть</b>		
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>		
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Правильное исходное положение.	1
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из шеренги в круг, цепочка.	1
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	1
4	Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>		
5	Ритмико-гимнастические упражнения. Перекрестное поднимание и опускание рук.	1
6	Ритмико-гимнастические упражнения. Одновременные движения правой и левой рук	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>		
7	Ритмико-гимнастические упражнения. Свободное круговое движение рук.	1
8	Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).	
<b>II четверть</b>		
<b>Координация движений, регулируемых музыкой</b>		

9	Координация движений, регулируемых музыкой. Движения кистей рук в разных направлениях.	1
	<b>Игры под музыку</b>	
10	Игры под музыку. Ритмичные движения в соответствии с характером музыки	1
11	Игры под музыку. Изменение танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке	1
	<b>Танцевальные упражнения</b>	
12	Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями	1
13	Танцевальные упражнения. Бодрый, спокойный, топающий шаг.	1
14	Танцевальные упражнения. Бег легкий, на полупальцах.	1
15	Танцевальные упражнения. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. РК.	1
	<b>III четверть</b>	
	<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>	
16	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений вперед, назад, направо, налево.	1
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Направления движений в круг, из круга.	1
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы. РК.	1
	<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>	
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища.	1
20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с опорой и без опоры.	1
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Приседания с предметами.	1
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1
	<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b>	
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена позиций рук.	1
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Свободное круговое движение рук. «Маятник».	1
	<b>IV четверть</b>	
	<b>Координация движений, регулируемых музыкой</b>	
26	Музыкальные инструменты. Упражнения для пальцев рук на детском пианино.	1
27	Движения под музыку. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане.	1
	<b>Игры под музыку</b>	
28	Игры под музыку. Имитационные упражнения.	1
29	Игры под музыку. Движения транспорта, людей.	1
30	Музыкальные игры с предметами. РК.	1
	<b>Танцевальные упражнения</b>	
31	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1
32	Танцевальные упражнения. Движения парами.	1
33-34	Танец «Пляска с притопами».	2

## 7 класс

№	Тема	К-во часов
<b>I четверть</b>		
<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>		
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба вдоль стен с поворотами.	1
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары.	1
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>		
3	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения с лентами. РК.	1
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты головы.	1
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны туловища.	1
6	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>		
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Перекрестные движения.	1
8	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сопряженные движения рук и ног.	1
<b>II четверть</b>		
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>		
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Круговые движения руками.	1
10	Упражнения на детских музыкальных инструментах.	1
<b>Игры под музыку</b>		
11	Игры под музыку. Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки.	1
12	Игры под музыку. Различение изменений в музыке. РК.	1
<b>Танцевальные упражнения</b>		
13	Танцевальные упражнения. Тихая ходьба, пружинящий шаг.	1
14	Танцевальные упражнения. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Хлопки. Полька.	1
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>		
15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонны парами в колонну по одному.	1
<b>III четверть</b>		
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>		
16	Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение круга из шеренги.	1
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение во время ходьбы и бега заданий с предметами.	1
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>		
18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Повороты туловища с передачей предмета. РК.	1
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук и ног.	1

20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>		
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1
22	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Ускорение и замедление движений.	1
23	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Смена движений.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>		
24	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Встряхивание и раскачивание рук.	1
25	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Раскачивание рук поочередно и вместе.	1
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Выбрасывание ног.	1
<b>IV четверть</b>		
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>		
27	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне.	1
28	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение несложных ритмических рисунков на барабане.	1
<b>Игры под музыку</b>		
29	Игры под музыку. Передача в движениях игровых образов.	1
30	Игры под музыку. Игры с пением и речевым сопровождением.	1
31	Игры под музыку. Инсценирование доступных песен.	1
<b>Танцевальные упражнения</b>		
32	Танцевальные упражнения. Переменные притопы.	1
33	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски.	1
34	Танцевальные упражнения. движения местных народных танцев. РК.	1

#### 8 класс

№	Тема	К-во часов
<b>Упражнения на ориентировку в пространстве</b>		
1	Упражнения на ориентировку в пространстве. Ходьба разным шагом.	1
2	Упражнения на ориентировку в пространстве. Чередование видов ходьбы.	1
3	Упражнения на ориентировку в пространстве. Построение в колонны по три.	1
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>		
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы.	1
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения рук в разных направлениях.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>		
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременные движения рук и ног.	1
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Круговые движения ног и рук.	1

8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Напряжение, расслабление мышц рук, пальцев, плеча. РК.	1
9	Игры под музыку. Передача в движениях частей музыкального произведения.	1
10	Игры под музыку. Передача в движении динамического нарастания в музыке.	1
<b>Танцевальные упражнения</b>		
11	Танцевальные упражнения. Элементы хороводного танца. РК.	1
12	Танцевальные упражнения. Шаг на носках.	1
13	Танцевальные упражнения. Шаг польки.	1
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>		
14	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в два, три круга.	1
15	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из одного круга в концентрические круги.	1
<b>III четверть</b>		
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>		
16	Музыкальные инструменты. Упражнение с барабанными палочками.	1
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>		
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Выполнение движений с предметами.	1
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>		
18	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и приседание.	1
19	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>		
20	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения с предметами.	1
21	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>		
22	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела	1
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>		
23	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение гаммы на музыкальных инструментах.	1
24	Координационные движения, регулируемые музыкой. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. РК.	1
<b>Игры под музыку</b>		
25	Игры под музыку. Ускорение и замедление темпа движений.	1
26	Игры под музыку. Широкий, высокий бег. Элементы движений и танца.	1
<b>IV четверть</b>		
<b>Игры под музыку</b>		
27	Игры под музыку. Передача игровых образов.	1
28	Игры под музыку. Смена ролей в импровизации.	1
29	Игры под музыку. Действия с воображаемыми предметами	1
30	Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. РК.	1
<b>Танцевальные упражнения</b>		

31	Танцевальные упражнения. Сильные поскоки, боковой галоп.	1
32	Танцевальные упражнения Движения парами: боковой галоп, поскоки.	1
33	Танцевальные упражнения Элементы русской пляски.	1
34	Танцевальные упражнения Основные движения народных танцев.	1

### Тематическое планирование 9 класс

№	Тема	К-во часов
<b>I четверть</b>		
<b>Упражнения на ориентирование в пространстве</b>		
1	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение в колонну по четыре.	1
2	Упражнения на ориентирование в пространстве. Построение в шахматном порядке.	1
3	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из колонн в круги.	1
<b>Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения</b>		
4	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения головы и туловища.	1
5	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения плеч.	1
6	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания движений рук, ног, головы.	1
7	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Упражнения под музыку. РК.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>		
8	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах с одновременным расслаблением.	1
<b>II четверть</b>		
<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами</b>		
9	Координационные движения, регулируемые музыкой. Упражнения на детском пианино.	1
<b>Игры под музыку</b>		
10	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка.	1
11	Игры под музыку. Смена движения в соответствии со сменой частей.	1
<b>Танцевальные упражнения</b>		
12	Танцевальные упражнения. Галоп.	1
13	Танцевальные упражнения. Круговой галоп.	1
14	Танцевальные упражнения. Присядка.	1
15	Танцевальные упражнения. Элементы русской пляски. РК.	1
<b>III четверть</b>		
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>		
16	Координационные движения, регулируемые музыкой. Движения пальцев рук, кистей.	1
17	Упражнения на ориентирование в пространстве. Перестроение из кругов в звездочки и карусели.	1
18	Упражнения на ориентирование в пространстве. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.	1
19	Упражнения на ориентирование в пространстве. Сохранять правильные дистанции во всех видах построения.	1

20	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Движения кистей рук.	1
21	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Круговые движения и повороты туловища.	1
22	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Сочетания движений ног.	1
23	Ритмико-гимнастические общеразвивающие упражнения. Упражнения на выработку осанки.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений</b>		
24	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Самостоятельное составление ритмических рисунков.	1
25	Ритмико-гимнастические упражнения на координацию движений. Сочетание хлопков и притопов с предметами. РК.	1
<b>Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц</b>		
26	Ритмико-гимнастические упражнения на расслабление мышц. Опускать голову, корпус с позиции стоя, сидя.	1
<b>IV четверть</b>		
<b>Координационные движения, регулируемые музыкой</b>		
27	Координационные движения, регулируемые музыкой. Передача основного ритма знакомой песни. Упражнения на аккордеоне, духовой гармонике.	1
<b>Игры под музыку</b>		
28	Игры под музыку. Начало движения.	1
29	Игры под музыку. Разучивание игр, элементов танцевальных движений.	1
30	Игры под музыку. Составление несложных танцевальных композиций.	1
31	Игры под музыку. Игры с пением, речевым сопровождением.	1
<b>Танцевальные упражнения</b>		
32	Танцевальные упражнения. Шаг кадрили.	1
33	Танцевальные упражнения. Пружинящий бег. Пскоки с продвижением. РК.	1
34	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1

### 7. Материально-техническое обеспечение

1. Воронкова В.В. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида» Москва «Просвещение» 2009 г.

2. Кузнецова О.Л. «Психологические аспекты физической реабилитации детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата» Абакан Издательство Хакасского государственного университета им. Н.Ф. Катанова 2004 г.

3. Чибрикова-Луговская А.Е. «Ритмика» Москва «Дрофа» 2001 г.

4. Галева О.А. Авторская педагогическая разработка (адаптационная программа) «Ритмическая гимнастика для учащихся 5-9 классов» г. Усть-Илимск 2014 год.

5. Васильева Т.к. Секрет танца.- М.-2008

6. Ваганова А.Я. Основы классического танца.- Л.: Искусство 2009 7. Современный бальный танец.- М.: Просвещение, 2009

На занятиях ритмической гимнастикой используется музыкальный центр для воспроизведения музыкального материала.