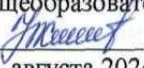
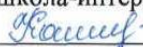


СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора по ВР
ГКОУ «Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат № 17»
 Ж.В. Удовиченко
27 августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГКОУ «Специальная
(коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 17»
 Б.А. Дементева
28 августа 2024г.

РАССМОТРЕНА
Руководитель ЦМО
ГКОУ «Специальная
(коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат. № 17»
 Е.Н. Колесникова
протокол №1 от 26 августа 2024г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по «Ритмике»,

/наименование учебного предмета, курса в соответствии с УП/

«Коррекционно-развивающая область»,

/наименование предметной области в соответствии с УП/

Этап обучения (класс) - II (5а - 9г класс), основное общее образование,
ФАООП ОУ (ИН) (вариант 1)

/этап /класс /начальное общее, основное общее образование /

Учебный год - 2024/25

Количество часов: всего в год - 5^а, 5^б, 6^а, 6^б, 7^а, 7^б, 8^а, 8^г - 34 часа; 9^а, 9^г - 33 часа
в неделю - 1 час

Учитель - Миронец Людмила Викторовна
/ФИО педагога/

Квалификационная категория - высшая
/высшая, первая, соответствие занимаемой должности/
по должности - «учитель»
/«учитель»/ «воспитатель»/

АРП разработана на основе: Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ от 24.11.2022г № 1026
/указать программу/программы /

Учебник: не предусмотрен
/указать учебник, издательство, год издания/

г. СВЕТЛОГРАД, 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Целью занятий по ритмике является развитие двигательной активности обучающегося в процессе восприятия музыки.

На занятиях ритмикой осуществляется коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. Занятия способствуют развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основные направления работы по ритмике:

- упражнения на ориентировку в пространстве;
- ритмико-гимнастические упражнения (общеразвивающие упражнения, упражнения с детскими музыкальными инструментами);
- игры под музыку;
- танцевальные упражнения.

Упражнения на ориентировку в пространстве

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

Ритмико-гимнастические упражнения

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

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

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

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

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 движение 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

Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Учащиеся 5-9 класса должны уметь:

Минимальный уровень:

- уметь рассчитывать 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.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

5^а, 5^б класс

1ч. в неделю

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
8	9	10	7	34

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов
1	Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве	8
2	Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.	6
3	Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	6
4	Раздел 4. Музыкальные игры.	6
5	Раздел 5. Танцевальные упражнения.	8
	Итого	34

6^а, 6^б класс

1ч. в неделю

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
8	8	10	8	34

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов
1	Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.	8
2	Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.	6
3	Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	6
4	Раздел 4. Музыкальные игры.	6
5	Раздел 5. Танцевальные упражнения.	8
	Итого	34

7^а, 7^б класс

1ч. в неделю

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
8	8	9	9	34

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов
1	Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.	8
2	Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.	6
3	Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	6
4	Раздел 4. Музыкальные игры.	6
5	Раздел 5. Танцевальные упражнения.	8
	Итого	34

8^а, 8^б класс
1ч. в неделю

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
8	8	10	8	34

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов
1	Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.	8
2	Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.	6
3	Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными <u>инструментами</u> .	6
4	Раздел 4. Музыкальные игры.	6
5	Раздел 5. Танцевальные упражнения.	8
	Итого	34

9^а, 9^б класс
1ч. в неделю

I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
8	8	11	6	33

№ п/п	Раздел. Тема.	Кол-во часов
1	Раздел 1. Упражнения на ориентировку в пространстве.	7
2	Раздел 2. Ритмико-гимнастические упражнения.	6
3	Раздел 3. Упражнения с детскими музыкальными <u>инструментами</u> .	6
4	Раздел 4. Музыкальные игры.	6
5	Раздел 5. Танцевальные упражнения.	8
	Итого	33

*Примечание: количество часов УТП должно соответствовать количеству часов КТП

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО
ГКОУ «Специальная
(коррекционная) общеобразовательная
школа-интернат № 17»
_____ Е.Н. Колесникова
Протокол №1 от 26 августа 2024г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР
ГКОУ «Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат № 17»
_____ Ж.В.Удовиченко
27 августа 2024г.

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

по «Ритмике»,

/наименование учебного предмета, курса в соответствии с УП/

«Коррекционный курс»,

/наименование предметной области в соответствии с УП/

Этап обучения (класс) - I (5 – 9 класс), начальное общее образование,
ФАООП ОУ (ИН) (вариант 1)

/этап /класс /начальное общее, основное общее образование /

Учебный год – 2024/25

Количество часов: всего в год - 5^а, 5^б, 6^а, 6^б, 7^а, 7^б, 8^а, 8^б - 34 часа; 9^а, 9^б – 33 часа
в неделю - 1 час

Учитель - Миронец Людмила Викторовна
/ФИО педагога/

Квалификационная категория - высшая
/высшая, первая, соответствие занимаемой должности/

по должности - «учитель»
/«учитель»/ «воспитатель»/

АРП разработана на основе: Федеральной адаптированной основной
общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями), приказ от 24.11.2022г № 1026

/указать программу/программы /

Учебник: не предусмотрен

/указать учебник, издательство, год издания/

г. СВЕТЛОГРАД, 2024г.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

5^а, 5^б КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Кол – во часов	Дата
I четверть 8ч.			
1	Подготовительные упражнения. Техника безопасности на уроках ритмики.	1	03.09
2	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1	10.09
3-4	Подготовительные упражнения к танцам (полуприседания, упражнения для ступни).	2	17.09 24.09
5-6	Упражнения ритмической гимнастики.	2	01.10 08.10
7-8	Подвижные игры	2	15.10 22.10
II четверть 9ч.			
9	Шаг «Кадрили».	1	05.11
10	Разучивание элементов танца «Кадриль».	1	12.11
11-12	Упражнения для мышц рук ног и туловища.	2	19.11 26.11
13-14	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	2	03.12 10.12
15-17	Музыкальные игры с предметами.	3	17.12 24.12 28.12
III четверть 10ч.			
18-19	Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	2	14.01 21.01
20-21	Упражнения ритмической гимнастики.	2	28.01 04.02
22	Подготовительные упражнения к танцам. (выставление ноги на носок).	1	11.02
23	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1	18.02
24	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелод.	1	25.02
25	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1	04.03
26	Упражнения ритмической гимнастики.	1	11.03
27	Движения на развитие координации.	1	18.03
IV четверть 7ч.			
28-29	Подготовительные упражнения к танцам. (выставление ноги на носок).	2	01.04 08.04
30	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	15.04
31-32	Танцы. Круговой галоп.	2	22.04 06.05
33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1	13.05
34	Упражнение на связь движений с музыкой. (Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы).	1	20.05

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

6^а, 6^б КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Кол. час.	Дата
I четверть 8ч.			
1	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1	04.09
2-3	Упражнения ритмической гимнастики (короткой скакалкой. Гимнастической палкой).	2	11.09 18.09
4-5	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	2	25.09 02.10
6	Упражнения ритмической гимнастики.	1	09.10
7-8	Подвижные игры.	2	16.10 23.10
II четверть 8 ч.			
9-10	Подготовительные упражнения к танцам. (Полуприседания. Упражнения для ступни).	2	06.11 13.11
11-12	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	2	20.11 27.11
13	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	04.12
14	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	11.12
15-16	Музыкальные игры с предметами.	2	18.12 25.12
III четверть 10ч.			
17	Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	15.01 22.01
18-19	Упражнения ритмической гимнастики.	2	29.01 05.02
20-21	Подготовительные упражнения к танцам. (выставление ноги на носок).	2	12.02 19.02
22	Ритмическая ходьба с движ. рук в соответ. с различными заданиями.	1	26.02
23	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	05.03
24	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры.	1	12.03
25	Упражнения ритмической гимнастики.	1	19.03
26	Движения на развитие координации.	1	19.03
IV четверть 8ч.			
27-28	Подготовительные упражнения к танцам. (выставление ноги на носок).	2	02.04 09.04
29-32	Элементы танца «Полька».	4	16.04 23.04 30.04 07.05
33-34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	2	14.05 21.05

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

7^а, 7^б КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Кол . час	Дата
I четверть 8ч.			
1	Подготовительные упражнения. Т/б на уроках ритмики.	1	02.09
2	Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1	09.09
3-4	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы».	2	16.09 23.09
5-6	Упражнения ритмической гимнастики.	2	30.09 07.10
7-8	Подвижные игры мячом.	2	14.10 21.10
II четверть 7 ч.			
9-10	Прохлопывание ритма песен.	2	11.11 18.11
11-12	Передача характера музыки в движении.	2	25.11 02.12
13	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа, подскоки.	1	09.12
14	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	16.12
15	Музыкальные игры с предметами.	1	23.12
III четверть 10ч.			
16	Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	13.01
17-18	Упражнения ритмической гимнастики.	2	20.01 27.01
19-20	Инсценировка песни.	2	03.02 10.02
21	Отработка маршевого шага.	1	17.02
22	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	24.02
23	Марш с перестроением в колонну по двое.	1	03.02
24	Упражнения ритмической гимнастики.	1	10.03
25	Движения на развитие координации.	1	17.03
IV четверть 9ч.			
26-27	Элемент танца. «Хороводный шаг».	2	31.03 07.04
28-29	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	2	14.04 21.04
30-31	Упражнения на координацию движений.	2	28.04 05.05
32-33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	2	12.05 19.05
34	Игра «Покажи жестами» (пантомима).	1	26.05

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

8^а, 8^б КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Кол. час	Дата
I четверть 8ч.			
1	Подготовительные упражнения. Т/б на уроках ритмики.	1	04.09
2	Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1	11.09
3-4	Ритмические упражнения со скакалкой.	2	18.09 25.09
5-6	Упражнения ритмической гимнастики.	2	02.10 09.10
7-8	Релаксирующие упражнения.	2	16.10 23.10
II четверть 8 ч.			
9-10	Прохлопывание ритма песен.	2	06.11 13.11
11-12	Инсценировка песни.	2	20.11 27.11
13	Маршировка и пение.	1	04.12
14	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	11.12
15	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки».	1	18.12
16	Подготовительные упражнения к танцам (повторные три притопа).	1	25.12
III четверть 10ч.			
17	Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	15.01
18-19	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	2	22.01 29.01
20-21	Инсценировка песни.	2	05.02 12.02
22	Танец. «Травушка-муравушка».	1	19.02
23	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	26.02
24	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	05.03
25	Упражнения ритмической гимнастики.	1	12.03
26	Движения на развитие координации.	1	19.03
IV четверть 8ч.			
27-28	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	2	02.04 09.04
29	Марш по периметру зала, отработка поворотов.	1	16.04
30-31	Упражнения на координацию движений.	2	23.04 30.04
32-33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	2	07.05 14.05
34	Игра «Покажи жестами» (пантомима).	1	21.05

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

9^а, 9^г КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Кол. час	Дата
I четверть 8ч.			
1	Подготовительные упражнения. Т/б на уроках ритмики.	1	05.09
2	Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1	12.09
3-4	Ритмические упражнения со скакалкой.	2	19.09 26.09
5-6	Упражнения ритмической гимнастики.	2	03.10 10.10
7-8	Релаксирующие упражнения.	2	17.10 24.10
II четверть 8 ч.			
9-10	Прохлопывание ритма песен.	2	07.11 14.11
11-12	Инсценировка песни.	2	21.11 28.11
13	Маршировка и пение.	1	05.12
14	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	12.12
15	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Охотники и утки».	1	19.12
16	Подготовительные упражнения к танцам (повторные три притопа).	1	26.12
III четверть 11ч.			
17	Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	09.01
18-19	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	2	16.01 23.01
20-21	Инсценировка песни.	2	30.01 06.02
22	Танец. «Хоровод».	1	13.02
23	Передача на музыкальных инструментах ритмов знакомых мелодий.	1	20.02
24	Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	27.02
25	Упражнения ритмической гимнастики.	1	06.03
26-27	Движения на развитие координации.	2	13.03 20.03
IV четверть 6ч.			
28	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1	03.04
29	Марш по периметру зала, отработка поворотов.	1	10.04
30	Упражнения на координацию движений.	1	17.04
31	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры	1	24.04
32-33	Игра «Покажи жестами» (пантомима).	2	15.05 22.05

1	Платежные поручения	1000
2	Платежные поручения	1000
3	Платежные поручения	1000
4	Платежные поручения	1000
5	Платежные поручения	1000
6	Платежные поручения	1000
7	Платежные поручения	1000
8	Платежные поручения	1000
9	Платежные поручения	1000
10	Платежные поручения	1000
11	Платежные поручения	1000
12	Платежные поручения	1000
13	Платежные поручения	1000
14	Платежные поручения	1000
15	Платежные поручения	1000
16	Платежные поручения	1000
17	Платежные поручения	1000
18	Платежные поручения	1000
19	Платежные поручения	1000
20	Платежные поручения	1000
21	Платежные поручения	1000
22	Платежные поручения	1000
23	Платежные поручения	1000
24	Платежные поручения	1000
25	Платежные поручения	1000
26	Платежные поручения	1000
27	Платежные поручения	1000
28	Платежные поручения	1000
29	Платежные поручения	1000
30	Платежные поручения	1000
31	Платежные поручения	1000
32	Платежные поручения	1000
33	Платежные поручения	1000
34	Платежные поручения	1000
35	Платежные поручения	1000
36	Платежные поручения	1000
37	Платежные поручения	1000
38	Платежные поручения	1000
39	Платежные поручения	1000
40	Платежные поручения	1000
41	Платежные поручения	1000
42	Платежные поручения	1000
43	Платежные поручения	1000
44	Платежные поручения	1000
45	Платежные поручения	1000
46	Платежные поручения	1000
47	Платежные поручения	1000
48	Платежные поручения	1000
49	Платежные поручения	1000
50	Платежные поручения	1000



Пронумеровано, скреплено,
заверено подписью и печатью
12 (двенадцать) листов
 Директор:  **Б.А.Дементева**