

«Ритмика»

Рабочая программа по предмету «Ритмика»

Составитель: Плотникова Н. А.

Учитель ритмики, педагог
дополнительного образования.

г. Екатеринбург, 2019 год

Пояснительная записка

Занятия ритмикой способствуют повышению работоспособности организма, укреплению и сохранению здоровья, коррекции двигательных нарушений и недостатков физического развития, формированию умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий, во времени и пространстве, управлять темпом движений и подчинять свои движения музыке, придают движениям целесообразность, стройность и уверенность.

В основе музыкально-ритмических занятий лежит опора на мышечные ощущения ребенка, путь от мышечных ощущений к мозгу и обратно, восходя на более высокий уровень (руки-ноги-голова-руки-ноги). В процессе занятий танцами ребенок развивает мышечную свободу, особую гибкость, точную координацию движений рук, ног, головы, корпуса, отдельных частей тела, а также учится фиксировать свое тело в самых сложных позах. Занятия способствуют более полному физическому и пластическому развитию мышечного аппарата, укреплению мышц, связок, суставов. У ребенка формируется правильная осанка, стабилизируется дыхательная система. В конечном счете, происходит общее укрепление организма, снижается риск заболеваний в области опорно-двигательного аппарата, улучшается координация движений и ориентация в пространстве.

Коррекционная ритмика – это вид активной музыкальной терапии и кинезитерапии, в основе которой лежит синтез музыкально-ритмо-двигательного воздействия (танцетерапия, хореотерапия). На коррекционных ритмических занятиях большое внимание уделяется снятию через танец мышечного напряжения. Коррекционная ритмика оказывает положительное влияние на общий тонус, моторику, общее психоэмоциональное состояние, тренировку подвижности процессов центральной нервной системы.

Данная программа рассчитана на четыре года обучения для учащихся 1 – 4 классов школы-интерната № 78 для слабовидящих учащихся.

- **Цель программы:** создание условий для использования коррекционно-развивающих возможностей ритмики для развития слабовидящего ребёнка, социальная адаптация детей, воспитание социально-активной и культурно-творческой личности посредством ритмики и танца, укрепление здоровья.
- **Задачи:**
 - формирование двигательных навыков и умений;
 - развитие физических данных, координации движений, пластичности, выносливости;
 - формирование умений соотносить движения с музыкой;
 - овладение свободой движения;
 - активизация творческих способностей;
 - психологическое раскрепощение учащихся;
 - приобщение к танцевальному искусству.

Данная программа разработана на основе следующих документов:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Закон Свердловской области «Об образовании в Свердловской области»;
- Федеральный компонент государственного образовательного стандарта начального общего образования;
- Концепция модернизации российского образования на период до 2010г.;
- Мероприятия по развитию образования Свердловской области на 2004-2007 г.г.;
- Концептуальные подходы к формированию «Основных направлений развития образования в Свердловской области на 2004-2007 г.г.»;
- Требования к оформлению рабочих программ, утверждённых методическим советом школы-интерната №78;
- Требования к специфике обучения детей с нарушениями в развитии.

В основу данной программы положены:

- Смежная программа по предмету – «Ритмика», М.: Просвещение, 1997 – для реализации принципа преемственности уроков и внеурочной деятельности;
- Пинаева Е.А. Примерная программа для детских хореографических школ и хореографических отделений детских школ искусств (подготовительные классы) «Ритмика и танец», М, 2006.
- Жукова В.П. Программа «Хореографическое развитие ребенка», Екатеринбург, 1996.

При разработке рабочей программы «Ритмика» были использованы следующие элементы:

1. Из программы «Ритмика» - структура программы, основные темы.
2. Из программы «Ритмика и танец» взята тема «Ориентировка в пространстве, как необходимая для развития двигательной сферы у слабовидящих учащихся
3. Элементы содержания программы «Хореографическое развитие ребенка». (упражнения, элементы танцевальных движений, игры и др.)

Наиболее оптимальная недельная нагрузка, учитывая специфику работы со слабовидящими детьми, составляет 1 час в неделю.

Используемые педагогические технологии

- *развивающего обучения - определение зоны актуального (уже сформированные качества и то, что ребенок может делать самостоятельно) и ближайшего (переход от сформированных качеств к поставленным задачам) развития учащегося;*

- *индивидуализация обучения (использование дифференцированного подхода к каждому ребенку с целью адаптации учебной деятельности к его особенностям);*
- *игровые технологии (ролевые игры);*
- *технология сотрудничества (совместное решение творческих задач);*
- *информационно-коммуникационные технологии для поиска, записи и создания музыкальных аранжировок для танцевальных композиций в сети Интернет).*

Методы реализации программы:

- словесные (рассказ, беседа);
- наглядные (иллюстрации - зрительные, слуховые);
- практические (показ педагога, упражнения, разминка);
- репродуктивные (повторение танцевальных движений, композиций и др.);
- поисковые выполнение творческих заданий);
- самостоятельная работа учащихся (самостоятельная отработка упражнений и танцевальных движений);
- стимулирование интереса и развития мотивации (создание ситуаций успеха, эмоционально-нравственных переживаний, убеждение);
- самопознания (познание резервов своего организма, соотнесение его с определенными видами деятельности);

Особенности работы со слабовидящими детьми.

При работе со слабовидящими детьми следует учитывать следующие моменты:

- подбирать музыкальный материал с четким ритмическим рисунком, ярко выраженной «сильной» долей;
- при создании танцевальных композиций использовать более простые движения;
- при постановке танцевального рисунка применять более простые перестроения;
- для усвоения танцевальных движений подбирать более удобный темпоритм (допуская, по необходимости, его замедление);
- определять продолжительность танцевальной композиции с учетом возрастных, психофизических особенностей учащихся.

Учебно-тематический план.

Первый класс

| №п/п | Наименование темы | Общее количество часов | В том числе | |
|------|-------------------|------------------------|---------------|--------------|
| | | | Теоретические | Практические |
| | | | | |

| | | | | |
|----|--|----|---|----|
| | Введение | 1 | 1 | - |
| 1. | Теоретические сведения | 2 | 2 | - |
| 2. | Специальные ритмические упражнения | 5 | 1 | 4 |
| 3. | Упражнения на связь движения с музыкой | 5 | 1 | 4 |
| 4. | Упражнения ритмической гимнастики | 5 | 1 | 4 |
| 5. | Ориентировка в пространстве | 5 | 1 | 4 |
| 6. | Элементы танцев | 5 | 1 | 4 |
| 7. | Танцевальные игры композиции | 5 | 1 | 4 |
| | Итого: | 33 | 9 | 24 |

Второй класс

| №п/п | Наименование темы | Общее количество часов | В том числе | |
|------|--|------------------------|---------------|--------------|
| | | | Теоретические | Практические |
| 1. | Теоретические сведения | 2 | 2 | - |
| 2. | Специальные ритмические упражнения | 5 | 1 | 4 |
| 3. | Упражнения на связь движения с музыкой | 5 | 1 | 4 |
| 4. | Упражнения ритмической гимнастики | 6 | 1 | 5 |
| 5. | Ориентировка в пространстве | 4 | 1 | 3 |
| 6. | Элементы танцев | 6 | 1 | 5 |
| 7. | Танцевальные игры, композиции | 6 | 1 | 5 |
| | Итого: | 34 | 8 | 26 |

Третий класс

| №п/п | Наименование темы | Общее количество | В том числе | |
|------|-------------------|------------------|---------------|--------------|
| | | | Теоретические | Практические |

| | | часов | | |
|----|--|-------|---|----|
| 1. | Теоретические сведения | 2 | 2 | - |
| 2. | Специальные ритмические упражнения | 5 | 1 | 4 |
| 3. | Упражнения на связь движения с музыкой | 5 | 1 | 4 |
| 4. | Упражнения ритмической гимнастики | 6 | 1 | 5 |
| 5. | Ориентировка в пространстве | 4 | 1 | 3 |
| 6. | Элементы танцев | 6 | 1 | 5 |
| 7. | Танцевальные игры, композиции | 6 | 1 | 5 |
| | Итого: | 34 | 8 | 26 |

Четвертый класс

| №п/п | Наименование темы | Общее количество часов | В том числе | |
|------|--|------------------------|---------------|--------------|
| | | | Теоретические | Практические |
| 1. | Теоретические сведения | 2 | 2 | - |
| 2. | Специальные ритмические упражнения | 5 | 1 | 4 |
| 3. | Упражнения на связь движения с музыкой | 5 | 1 | 4 |
| 4. | Упражнения ритмической гимнастики | 6 | 1 | 5 |
| 5. | Ориентировка в пространстве | 4 | 1 | 3 |
| 6. | Элементы танцев | 6 | 1 | 5 |
| 7. | Танцевальные игры, композиции | 6 | 1 | 5 |
| | Итого: | 34 | 8 | 26 |

Пятый класс

| №п/п | Наименование темы | Общее количество | В том числе | |
|------|-------------------|------------------|---------------|--------------|
| | | | Теоретические | Практические |

| | | часов | | |
|----|--|-------|---|----|
| 1. | Теоретические сведения | 2 | 2 | - |
| 2. | Специальные ритмические упражнения | 5 | 1 | 4 |
| 3. | Упражнения на связь движения с музыкой | 5 | 1 | 4 |
| 4. | Упражнения ритмической гимнастики | 6 | 1 | 5 |
| 5. | Ориентировка в пространстве | 4 | 1 | 3 |
| 6. | Элементы танцев | 6 | 1 | 5 |
| 7. | Танцевальные игры, композиции | 6 | 1 | 5 |
| | Итого: | 34 | 8 | 26 |

Шестой класс

| №п/п | Наименование темы | Общее количество часов | В том числе | |
|------|--|------------------------|---------------|--------------|
| | | | Теоретические | Практические |
| 1. | Теоретические сведения | 2 | 2 | - |
| 2. | Специальные ритмические упражнения | 5 | 1 | 4 |
| 3. | Упражнения на связь движения с музыкой | 5 | 1 | 4 |
| 4. | Упражнения ритмической гимнастики | 6 | 1 | 5 |
| 5. | Ориентировка в пространстве | 4 | 1 | 3 |
| 6. | Элементы танцев | 6 | 1 | 5 |
| 7. | Танцевальные игры, композиции | 6 | 1 | 5 |
| | Итого: | 34 | 8 | 26 |

Требования к уровню подготовки в соответствии с программой «Ритмика».

Первый класс.

- знание учебного материала, включённого в программу занятий по предмету;
- знание художественных произведений, образцов художественно-музыкальной и танцевальной культуры;
- к концу первого года обучения дети должны знать: основные положения корпуса, головы, рук и ног.
- Знать основные танцевальные движения.
- воссоздание в танцевальной деятельности учащихся элементов фольклора;
- умение включаться в различные формы коллективного и индивидуального детского творчества;
- Уметь: различать музыкальные размеры (2/4, 3/4, 4/4), темп (на слух); исполнять основные движения: шаги, прыжки. Уметь реагировать на начало музыки и ее окончание (движением), исполнять музыкальное вступление *préparation*, исполнять движения в соответствии с темпом и ритмом музыки, хорошо ориентироваться в пространстве на основе круговых и линейных рисунков, уметь сохранять интервалы в движении, передавать игровые образы различного характера.
- определять на слух основные жанры музыки (песня, танец, марш);
- передавать настроение музыки и его изменение в музыкально-пластическом движении.
- Формирование принципов взаимоотношений в коллективе, позитивного отношения к школе, родному краю;
- Привитие интереса к танцу.

Второй класс.

- знание учебного материала, включённого в программу занятий по предмету;
- знание художественных произведений, образцов художественно-музыкальной и танцевальной культуры;
- К концу второго года обучения дети должны:
 - знать основные позиции ног, рук основные положения корпуса (лежа, сидя).
- воссоздание в танцевальной деятельности учащихся элементов фольклора;
- умение включаться в различные формы коллективного и индивидуального детского творчества;
- уметь: двигаться и исполнять различные упражнения в соответствии с контрастным характером музыки, выполнять основные танцевальные движения. Мальчики и девочки должны знать правила исполнения движений в паре.
- интерес к произведениям художественного и музыкального фольклора;
- Привить интерес к национальным особенностям в танце.

Третий класс.

- знание учебного материала, включённого в программу занятий по предмету;
- знание художественных произведений, образцов художественно-музыкальной и танцевальной культуры;
- к концу третьего года обучения дети должны знать позиции ног, рук, основные движения в парах.
- воссоздание в танцевальной деятельности учащихся элементов фольклора;
- умение включаться в различные формы коллективного и индивидуального детского творчества;
- Выполнять основные танцевальные движения в парах. Запоминать и исполнять элементарные танцевальные композиции.
- патриотическое воспитание и формирование активной жизненной позиции;
- сформировать интерес к танцевальному искусству.

Четвертый класс.

- знание учебного материала, включённого в программу занятий по предмету;
- знание художественных произведений, образцов художественно-музыкальной и танцевальной культуры;
- к концу четвертого года обучения дети должны знать основные направления и стили танцев.
- воссоздание в танцевальной деятельности учащихся элементов фольклора;
- умение включаться в различные формы коллективного и индивидуального детского творчества;
- выполнять основные движения народного и современного танцев.
- запоминать и исполнять элементарные танцевальные композиции.
- уметь передать художественный образ музыкального произведения языком танца.
- патриотическое воспитание и формирование активной жизненной позиции;
- сформировать потребность к танцевальной деятельности и физической нагрузке.

Пятый класс.

- знание учебного материала, включённого в программу занятий по предмету;

- знание художественных произведений, образцов художественно-музыкальной и танцевальной культуры;
- к концу четвертого года обучения дети должны знать основные направления и стили танцев.
- воссоздание в танцевальной деятельности учащихся элементов фольклора;
- умение включаться в различные формы коллективного и индивидуального детского творчества;
- выполнять основные движения народного и современного танцев.
- запоминать и исполнять элементарные танцевальные композиции.
- уметь передать художественный образ музыкального произведения языком танца.
- патриотическое воспитание и формирование активной жизненной позиции;
- сформировать потребность к танцевальной деятельности и физической нагрузке.

Шестой класс.

- знание учебного материала, включённого в программу занятий по предмету;
- знание художественных произведений, образцов художественно-музыкальной и танцевальной культуры;
- к концу четвертого года обучения дети должны знать основные направления и стили танцев.
- воссоздание в танцевальной деятельности учащихся элементов фольклора;
- умение включаться в различные формы коллективного и индивидуального детского творчества;
- выполнять основные движения народного и современного танцев.
- запоминать и исполнять элементарные танцевальные композиции.
- уметь передать художественный образ музыкального произведения языком танца.
- патриотическое воспитание и формирование активной жизненной позиции;
- сформировать потребность к танцевальной деятельности и физической нагрузке.

Первый класс

Введение

Значение занятий ритмикой и танцем для физического развития детей. Содержание и форма занятий, значение специальной одежды для занятий, внешний вид. Роль подготовки к занятиям и дисциплина. Информация о строении тела и работе опорно-двигательного аппарата.

1. Теоретические сведения

Из чего состоит музыка? Характер музыки (марш, танец, песня). Что выражает (чувства, настроение) и что имитирует (шум моря, ветер и т.п.) музыка? Что такое танец?

2. Специальные ритмические упражнения

Ритмическая ходьба с акцентом на счет 1, на счет 2,3.

Ходьба с хлопками на счет 1,2; 1,3; 2,4; 3,4.

Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.

Упражнения с движениями рук в процессе ритмической ходьбы.

Хлопки под коллективный счет.

Три хлопка перед собой, четвертый – над головой.

3. Упражнения на связь движений с музыкой

Выполнение движений под пение и музыку в соответствии с характером музыкального произведения.

В ходьбе, беге, на акцент в музыке выполнение движений руками, выпадов, поворотов, остановок.

Ходьба и бег в соответствии с характером музыки и ритмом музыкального сопровождения.

4. Упражнения ритмической гимнастики

Выполнение упражнений с предметами (короткой скакалкой, мешочками, погремушками) и без предметов.

5. Ориентировка в пространстве

Перестроение в круг из шеренги, цепочки.

Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга.

Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

6. Элементы танцев

Выставление ноги на пятку и носок.

«Петушок расплясался» (повторные три притопа),

«Вежливый танец» (приставные шаги в сторону),

«Танцуем галоп» (шаг бокового галопа),

7. Танцевальные игры

- «Тик-так»;
- «Мячик»;
- «Паровозик»
- «Давайте все делать вот так!»;
- «Времена года».
- «Самолетики».
- «Цветочки на полянке»;
- «Воробышек прилетел».

Второй класс

1. Теоретические сведения

Что такое музыкальная речь. Построение (форма) музыкального произведения, количество частей, составляющих его, и характер этих частей.

2. Специальные ритмические упражнения

Ритмическая ходьба с хлопками в ладоши: на счет 1,2 (на счет 1 с двумя хлопками); на счет 1,3 (на счет 3 с двумя хлопками); на счет 2,4 (на счет 2 с двумя хлопками).

Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.

Выполнение движений на нечетный счет, на четный – пауза.

Выполнение движений на четный счет, на нечетный – пауза.

Упражнения с движениями рук в процессе ритмической ходьбы.

Хлопки в ладоши поочередно выполняют дети и учитель.

3. Упражнения на связь движений с музыкой

Выполнение движений соответственно части музыкального произведения.
Передача движением звучания музыки в различном регистре (звуки высокие низкие средние).

4. Упражнения ритмической гимнастики

Выполнение упражнений с предметами (короткой скакалкой, мешочками, флажками, погремушками, озвученными браслетами) и без предметов.

5. Ориентировка в пространстве

Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала.

Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, парой.

Построение в колонну по два.

Перестроение из колонны парами в колонну по одному.

Построение круга из шеренги и из движения в рассыпную.

Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

6. Элементы танцев

«Танцуем галоп» (второй вариант).

«Наездники» (прямой галоп).

Шаг с притопом на месте.

7. Танцевальные игры, композиции

- «Давай дружить!»;
- «Веселая полька»;
- «Помощники»;
- «Пингвины»;
- «Снеговички»;
- «Русская зима»;
- «Уральский хоровод»,

Третий класс

1. Теоретические сведения

Что такое музыкальная речь? Понятие о фразе и предложении в музыке.
Что такое характер в музыке? Понятие о темпе движения и музыки.

2. Специальные ритмические упражнения

Ритмическая ходьба и бег в различном темпе (быстро, медленно, умеренно).

Постепенное и быстрое изменение темпа ходьбы, бега (выполнять под счет и хлопки) и выполнение общеразвивающих упражнений.

Упражнения с движениями рук в процессе ритмической ходьбы.

Выполнение движений на счет 1,2, на счет 3,4 – пауза и на оборот.

Ходьба на счет 1,2,3 без хлопков, на счет 4 с хлопками.

3. Упражнения на связь движений с музыкой

Выполнение различных движений во время ходьбы, бега на аккорды в различных регистрах.

Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы

4. Упражнения ритмической гимнастики

Выполнение упражнений с предметами (короткой скакалкой, мешочками, флажками, большим мячом, гимнастической палкой, озвученными браслетами, озвученным мячом) и без предметов.

5. Ориентировка в пространстве

Построение в колонну по три.

Построение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой – на шаг назад.

Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

6. Элементы танцев

Выставление ноги на пятку с полуприсядом.

Хороводный шаг.

Тройной шаг.

7. Танцевальные игры, композиции

- «Пустое место»;
- «Кот и мыши»;
- «Два мороза»;
- «Кто подошел?»;
- «Заводные игрушки»;
- «Травушка-муравушка»;

Четвертый класс

1. Теоретические сведения

Понятие о ритме движения и музыки. Что такое ритмический рисунок?

2. Специальные ритмические упражнения

Ритмическая ходьба с акцентом на счет 1, на счет 2,3.

Ходьба с хлопками в ладоши на счет 1,2 (на счет1 с двумя хлопками).

Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.

Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счетов).

3. Упражнения на связь движений с музыкой

Постепенное и резкое изменение темпа при ходьбе, беге, при выполнении общеразвивающих упражнений.

В ходьбе под музыку передать движениями рук или хлопками ритмический рисунок данного музыкального произведения.

4. Упражнения ритмической гимнастики

Выполнение упражнений с предметами (короткой скакалкой, мешочками, флажками, большим мячом, гимнастической палкой, гантелями, озвученными браслетами, озвученным мячом) и без предметов.

5. Ориентировка в пространстве

Построение из колонны по одному в колонну по четыре.

Построение в шахматном порядке.

Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их.

Перестроение из простых и concentрических кругов в «звездочки» и «карусели».

Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол.

6. Элементы танцев

Разучивание польки (шаг польки).

7. Танцевальные игры, композиции

- «Кто быстрее?»;
- «Отбивай мяч»;
- «Ловушки»;
- «Уральская кадрили»;

Пятый класс

1. Теоретические сведения

Понятие о ритме движения и музыки. Что такое ритмический рисунок?

2. Специальные ритмические упражнения

Ритмическая ходьба с акцентом на счет 1, на счет 2,3.

Ходьба с хлопками в ладоши на счет 1,2 (на счет 1 с двумя хлопками).

Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.

Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счетов).

3. Упражнения на связь движений с музыкой

Постепенное и резкое изменение темпа при ходьбе, беге, при выполнении общеразвивающих упражнений.

В ходьбе под музыку передать движениями рук или хлопками ритмический рисунок данного музыкального произведения.

4. Упражнения ритмической гимнастики

Выполнение упражнений с предметами (короткой скакалкой, мешочками, флажками, большим мячом, гимнастической палкой, гантелями, озвученными браслетами, озвученным мячом) и без предметов.

5. Ориентировка в пространстве

Построение 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.

6. Элементы танцев

Разучивание польки (шаг польки).

7. Танцевальные игры, композиции

- «Кто быстрее?»;
- «Отбивай мяч»;
- «Ловушки»;
- «Уральская кадрили»;

Шестой класс

1. Теоретические сведения

Понятие о ритме движения и музыки. Что такое ритмический рисунок?

2. Специальные ритмические упражнения

Ритмическая ходьба с акцентом на счет 1, на счет 2,3.

Ходьба с хлопками в ладоши на счет 1,2 (на счет 1 с двумя хлопками).

Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.

Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счетов).

3. Упражнения на связь движений с музыкой

Постепенное и резкое изменение темпа при ходьбе, беге, при выполнении общеразвивающих упражнений.

В ходьбе под музыку передать движениями рук или хлопками ритмический рисунок данного музыкального произведения.

4. Упражнения ритмической гимнастики

Выполнение упражнений с предметами (короткой скакалкой, мешочками, флажками, большим мячом, гимнастической палкой, гантелями, озвученными браслетами, озвученным мячом) и без предметов.

5. Ориентировка в пространстве

Построение 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.

6. Элементы танцев

Разучивание польки (шаг польки).

7. Танцевальные игры, композиции

- «Кто быстрее?»;
- «Отбивай мяч»;
- «Ловушки»;
- «Уральская кадрили»;

Календарно - тематическое планирование

Первый класс

| Четверть | Дата | Темы, содержание занятий, музыкальный репертуар. | Количество часов в неделю | Примечания |
|----------|----------|--|---------------------------|------------|
| I | 1 неделя | Введение | 1 | |
| | 2 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 3 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |

| | | | | |
|---------------|----------|--|----------|--|
| | 4 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 7 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 8 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| Итого: | | | 8 | |
| II | 1 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 7 | |
| III | 1 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 2 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 5 неделя | Танцевальные игры композиции | 1 | |
| | 6 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 7 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 9 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 9 | |
| IV | 1 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 3 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Танцевальные игры композиции | 1 | |

| | | | | |
|----------------------|----------|------------------------------|-----------|--|
| | 6 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 7 неделя | Танцевальные игры композиции | 1 | |
| | 8 неделя | Танцевальные игры композиции | 1 | |
| | 9 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| Итого: | | | 9 | |
| Всего за год: | | | 33 | |

Второй класс

| Четверть | Дата | Темы, содержание занятий, музыкальный репертуар. | Количество часов в неделю | Примечания |
|---------------|----------|--|---------------------------|------------|
| I | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 3 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 4 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 7 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 8 | |
| II | 1 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 2 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 3 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 4 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 5 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 7 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 7 | |
| III | 1 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 2 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 3 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 4 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |

| | | | | |
|----------------------|-----------|--|-----------|--|
| | 6 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 7 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 9 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 10 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 10 | |
| IV | 1 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 2 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 7 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 9 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 9 | |
| Всего за год: | | | 34 | |

Третий класс

| Четверть | Дата | Темы, содержание занятий, музыкальный репертуар. | Количество часов в неделю | Примечания |
|---------------|----------|--|---------------------------|------------|
| I | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 3 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 4 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 5 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 6 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 7 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 8 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| Итого: | | | 8 | |
| II | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Специальные ритмические | 1 | |

| | | | | |
|----------------------|-----------|--|-----------|--|
| | | упражнения | | |
| | 3 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 4 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 5 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 7 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 7 | |
| III | 1 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 2 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 3 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 4 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 6 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 7 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 9 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 10 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 10 | |
| IV | 1 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 2 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 3 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 8 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 9 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 9 | |
| Всего за год: | | | 34 | |

Четвертый класс

| Четверть | Дата | Темы, содержание занятий, музыкальный репертуар. | Количество часов в неделю | Примечания |
|---------------|-----------|---|---------------------------------|------------|
| I | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 6 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 7 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 8 | |
| II | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 7 | |
| III | 1 неделя | | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 3 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 8 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 9 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 10 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 10 | |

| | | | | |
|----------------------|----------|--|-----------|--|
| IV | 1 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 5 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 6 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 7 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 9 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 9 | |
| Всего за год: | | | 34 | |

Пятый класс

| Четверть | Дата | Темы, содержание занятий, музыкальный репертуар. | Количество часов в неделю | Примечания |
|---------------|----------|--|---------------------------|------------|
| I | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 6 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 7 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 8 | |
| II | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |

| | | | | |
|----------------------|-----------|--|-----------|--|
| Итого: | | | 7 | |
| III | 1 неделя | | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 3 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 8 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 9 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 10 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 10 | |
| IV | 1 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 5 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 6 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 7 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 9 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 9 | |
| Всего за год: | | | 34 | |

Шестой класс

| Четверть | Дата | Темы, содержание занятий, музыкальный репертуар. | Количество часов в неделю | Примечания |
|----------|----------|--|---------------------------|------------|
| I | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Специальные ритмические | 1 | |

| | | | | |
|---------------|-----------|--|-----------|--|
| | | упражнения | | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 6 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 7 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 8 | |
| II | 1 неделя | Теоретические сведения | 1 | |
| | 2 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 6 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| Итого: | | | 7 | |
| III | 1 неделя | | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 3 неделя | Специальные ритмические упражнения | 1 | |
| | 4 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 5 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 6 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 7 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 8 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 9 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 10 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 10 | |
| IV | 1 неделя | Упражнения на связь движения с музыкой | 1 | |
| | 2 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 3 неделя | Ориентировка в пространстве | 1 | |
| | 4 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 5 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| | 6 неделя | Элементы танцев | 1 | |

| | | | | |
|----------------------|----------|-----------------------------------|-----------|--|
| | 7 неделя | Упражнения ритмической гимнастики | 1 | |
| | 8 неделя | Элементы танцев | 1 | |
| | 9 неделя | Танцевальные игры, композиции | 1 | |
| Итого: | | | 9 | |
| Всего за год: | | | 34 | |

Перечень учебно-методического обеспечения.

1. Нотно-методическая литература.
2. Специальная литература по хореографии.
3. Учебники, методические пособия.
4. Звуковоспроизводящая аппаратура.
5. Музыкальный материал на электронных носителях.
6. Реквизит.

Список литературы.

1. Алексеева В. Эстетическое воспитание // Художественное воспитание подрастающего поколения: проблемы и перспективы. Сборник статей. - Новосибирск: Министерство культуры РСФСР, 1989. - С. 7-19
2. Белкин А.С. Основы возрастной педагогики. - Екатеринбург, 1992
3. Боголюбская А.С. Учебно-воспитательная работа в детских самодеятельных хореографических коллективах. М., 1982.
4. Бриске И.Э. Ритмика и танец. Челябинск, 1993.
5. Власова Т.А. Певзнер М.С. О детях с отклонениями в развитии. - М., 1973
6. Внеклассная работа по искусству в начальных классах. - Свердловск, 1991
7. Гваттерини М. Учимся танцевать. Азбука балета. М., 2001.
8. Дети с отклонениями в развитии: изучение, социальная и педагогическая реабилитация: Материалы научно-практической конференции. - Екатеринбург, 1998
9. Ермаков В.П., Якунин Г.А. Основы тифлопедагогики: Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения; Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2000
10. Ермаков В.П., Якунин Г.А. Развитие обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. М.: Просвещение, 1990
11. Закон РФ "Об образовании" от 23.01.1996
12. Кантор В.З. Инвалиды по зрению в мире художественной культуры. - С.П., 1996
13. Кантор В.З. Оценка реабилитационно-педагогической эффективности внеклассной художественно-эстетической деятельности слепых и слабовидящих школьников: содержательный и организационно-методический аспекты // Научно-практические проблемы эстетического и этического воспитания детей и молодежи с нарушениями зрения: Сборник статей. Выпуск №3 /Под ред. В.З.Денискиной. - М.: ИПТК "Логос" ВОС, 2001

14. Кантор В.З. Художественное воспитание в системе гуманизации личности слепых и слабовидящих: принципы работы // Формирование и развитие гуманистических свойств личности инвалида по зрению: Материалы научно-практической конференции и незрячих учителей РФ. - М.: ИПТК ЛОГОС ВОС, 1994.
15. Климов А.А. Основы русского народного танца. М., Искусство, 1981.
16. Комплексная программа для слабовидящих детей 1-6 кл. в условиях школы-интерната “Художественно-эстетическое воспитание”
17. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года от 29.12.2001
18. Концепция художественного образования в Российской Федерации. // Внешкольник. 2002 №4 С.56-62.
19. Котельника Е.Г. Биомеханика хореографических упражнений. Л., ЛГИК, 1980.
20. Научно-практические проблемы эстетического и этического воспитания детей и молодёжи с нарушениями зрения. Сборник статей. Вып.1-3. - М., 2001
21. Областной закон “О защите прав ребёнка” - Екатеринбург, 1995
22. Областной закон “Об образовании в Свердловской области”. - Екатеринбург, 1998
23. Проблемы воспитания и социальной адаптации детей с нарушенным зрением. Методическое пособие /под ред. Плаксиной Л.И. - М., 1995
24. Селевко М.Т. Технологии развивающего обучения. - Ярославль, 1998
25. Солнцева Л.И. Теоретические и практические аспекты коррекционно-воспитательной работы в школе для слепых //Дефектология. 1980 №1 С.9-16
26. Солнцева Л.И. Тифлопсихология детства. - М.: “Полиграф сервис”, 2000
27. Специальное образование: состояние и перспективы развития: Материалы международной научно-практической конференции. 25-26.03.03. - Екатеринбург, 2004
28. Стернина Э.М. Теория и практика воспитания слепых и слабовидящих школьников. - Л., 1998
29. Федеральный закон “Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации” от 24.07.1998
30. Федеральный закон “О внесении изменений и дополнений в Закон Российской Федерации об образовании”. - М., 1997
31. Федеральный компонент государственного стандарта общего образования // Вестник образования России. 2004 №12,13 С. 18 - 28, 46 - 55 - 61, 46 - 58
32. Эстетическое воспитание лиц с глубокими нарушениями зрения , сост. Э.М. Стернина, В.К.Рогошин. - М.: ВОС, 1989

Сведения о составителе.

Фамилия, имя, отчество:

Плотникова Нина Алексеевна.

Место работы:

государственное казенное специальное (коррекционное) образовательное учреждение Свердловской области для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 78» (ГКОУ СО СКОШИ № 78).

Должность:

Учитель ритмики, педагог дополнительного образования.

Квалификационная категория:

Высшая.

