

Приложение 92  
к приказу Министра образования  
и науки Республики Казахстан  
от 20 сентября 2018 года № 469

Приложение 532  
к приказу Министра образования  
и науки Республики Казахстан  
от 3 апреля 2013 года №115

Типовая учебная программа  
по предмету «Коррекционная ритмика» для обучающихся с легкой  
умственной отсталостью 5-6 классов по обновленному содержанию

Глава 1. Общие положения

1. Типовая учебная программа по предмету «Коррекционная ритмика» для обучающихся с легкой умственной отсталостью 5-6 классов по обновленному содержанию (далее – Программа) разработана в соответствии с подпунктом б) статьи 5 Закона Республики Казахстан от 27 июля 2007 года «Об образовании».

2. Цель учебного предмета способствовать общему развитию умственно отсталых обучающихся, преодолению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы; воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.

3. Основными задачами уроков коррекционной ритмики являются:

- 1) развитие двигательной сферы: организованности, целенаправленности, плавности и выразительности движений;
- 2) формирование положительного отношения к занятиям ритмикой;
- 3) формирование чувства ритма;
- 4) формирование потребности в инструментальном музицировании;
- 5) развитие способности ритмично и выразительно двигаться под музыку, согласовать движения с темпом и ритмом музыки;
- 6) формирование ловкости, чувства равновесия, ориентировки в пространстве, координации движений;
- 7) обучение танцевальным движениям;
- 8) работа над выразительностью движений и передачей образа.
- 9) воспитание эмоциональной отзывчивости на музыку, различение по высоте, силе, длительности, тембру, характеру;
- 10) развитие двигательной памяти.

## Глава 2. Педагогические подходы к организации учебного процесса

4. Педагогические подходы к организации учебного процесса по предмету «Коррекционная ритмика» основаны на принципах специальной педагогики, реализация которых направлена на удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с легкой умственной отсталостью.

5. Принцип коррекционно-развивающей направленности обучения предполагает построение образовательного процесса с опорой на использование сохраненных функций и систем организма в соответствии со спецификой природы недостатка развития.

6. Принцип коррекционно-развивающей направленности обучения обеспечивается специальными методами и приемами учебной и обучающей деятельности. При этом учитываются: замедленная скорость приема и переработки сенсорной информации обучающихся с легкой умственной отсталостью, отставание в речевом развитии, несформированность произвольной регуляции поведения, недостатки моторики и координации движений.

7. Принцип дифференцированного и индивидуального подхода в условиях коллективного учебного процесса обусловлен наличием вариативных типологических особенностей у обучающихся одной категории нарушений. Деление обучающихся на группы условно и подвижно. Индивидуальный подход является конкретизацией дифференцированного подхода.

8. Принцип необходимости специального педагогического руководства. Специальный педагог, зная общие закономерности развития обучающегося с легкой умственной отсталостью, познавательные возможности каждого, способы специальной педагогической помощи не только организует учебно-познавательную деятельность обучающихся, но и управляет этим процессом.

9. Основной принцип реализации Программы - обучение в процессе конкретной двигательной деятельности с помощью музыкального сопровождения.

10. Настоящая Программа составлена с учетом возрастных и психофизических особенностей развития умственно отсталых обучающихся, особенностей их двигательного развития.

11. Материал в Программе расположен по степени усложнения и увеличения объема заданий и сведений, что способствует расширению круга знаний и умений обучающихся.

12. На всех этапах работы на уроках ритмики учитель использует в качестве музыкального сопровождения произведения казахстанских композиторов.

13. Работа над ритмом речи не выделяется в отдельный этап урока, но проводится в сочетании с разными видами деятельности.

14. Уроки ритмики проводятся в просторном зале, оснащенном всем необходимым инвентарем: музыкальный инструмент для учителя, магнитофон, предметы для выполнения упражнений на каждого ученика (разноцветные флажки, шары, ленты, платочки, обручи, мячи, скакалки, погремушки, бубны, барабаны), детские музыкальные инструменты (пианино, аккордеоны, духовые гармоника). В зале также необходимо иметь стульчики и подставки для игры на музыкальных инструментах.

15. На занятия мальчики приходят в спортивной форме, девочки в футболке (или топик) и лосинах, на ногах мягкие тапочки (чешки).

16. Оценки на уроках ритмики не выставляются. Оценивание обучающихся осуществляется словесным поощрением и стимулированием.

### Глава 3. Организация содержания предмета «Коррекционная ритмика»

17. Объем учебной нагрузки по предмету «Коррекционная ритмика»:

- 1) в 5 класса – 1 час в неделю, 34 часа в учебном году;
- 2) в 6 классе – 1 час в неделю, 34 часа в учебном году.

18. Учебный материал структурирован в Программе на основе концентрического принципа, что позволяет учитывать объективные трудности формирования навыков у умственно отсталых обучающихся. На каждом году обучения повторяется, закрепляется и доводится до автоматизма музыкально-ритмические движения.

19. Содержание Программы включает следующие разделы:

- 1) раздел «Ритмико-гимнастические упражнения»;
- 2) раздел «Упражнения с музыкальными инструментами»;
- 3) раздел «Танцевальные упражнения».

20. Раздел «Ритмико-гимнастические упражнения» включает следующие подразделы:

- 1) ходьба и бег,
- 2) хореографическое упражнение;
- 3) упражнения художественной гимнастики;
- 4) упражнения степ-аэробики.

21. Раздел «Упражнения с музыкальными инструментами» включает следующие подразделы:

- 1) упражнения на ударных инструментах;
- 2) упражнения на клавишных инструментах.

22. Раздел «Танцевальные упражнения» включает следующие подразделы:

- 1) элементы народного танца;
- 2) элементы бального танца;

3) элементы современного танца.

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

24. На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам Программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока на каждый раздел Программы отводится различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока проводятся упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

25. Базовое содержание учебного предмета «Коррекционная ритмика» для 5 класса:

1) ритмико-гимнастические упражнения. Средства хореографии и художественной гимнастики. Хореографические упражнения. Позиции рук, позиции ног. Упражнения художественной гимнастики. Пружинные движения. Волнообразные движения. Взмахи. Прыжки. Равновесия. Динамические упражнения. Статические упражнения. Смешанные упражнения;

2) упражнения с музыкальными инструментами. Выполнение несложных упражнений, песен на пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Исполнение на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup> – соль<sup>1</sup>. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. Обучение игре на музыкальных инструментах по цифровой системе;

3) танцевальные упражнения. Элементы современных танцев в стиле «диско». Танцы, имеющие зафиксированную (заранее определенную) последовательность движений. Танцы, отличающиеся свободным построением.

26. Базовое содержание учебного предмета «Коррекционная ритмика» для 6 класса:

1) ритмико-гимнастические упражнения. Позиции рук (1-3 позиции), позиции ног (1-3 позиции). Позиции ног у опоры и в свободной стойке. Ходьба и бег. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией. Упражнения художественной гимнастики: пружинные и волнообразные движения руками. Переводы рук из одной позиции в другую. Упражнения для ног у станка: полуприседания, приседания, выпрямление ноги, маховые движения ногой, взмахи. Прыжки. Упражнения на равновесие: Динамические и статические упражнения. Повороты. Смешанные упражнения. Упражнения с гимнастическими предметами – обручами, кеглями, мячом;

2) упражнения с музыкальными инструментами. Передача ритма при помощи музыкальных инструментов. Разучивание несложных музыкальных фраз из знакомых песен и попевок. Различение высоких и низких звуков в контрастных регистрах и переход из одного регистра в другой (вверх-вниз). Исполнение на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup>–си<sup>1</sup>. Импровизация на музыкальных инструментах в соответствии с заданным

ритмом. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни. Обучение игре на музыкальных инструментах по цифровой системе;

3) танцевальные упражнения. Элементы бального танца. Медленный вальс. Музыкальный размер 3/4. Упражнения на выработку медленных, плавных движений. Шаг вальса. Медленный фокстрот. Музыкальный размер 4/4. Упражнения на выработку длинных, скользящих, плавных шагов, непринужденных, сдержанных, ленивых неторопливых движений, характерных для фокстрота. Танго. Музыкальный размер 2/4. Упражнения на выработку медленных плавных движений, характерных для танго. Шаг танго. Латинско-американские бальные танца «Самба», «Ча-ча-ча». Упражнения на выработку, характерных для латиноамериканских танцев пружинящих движений. Степ-аэробика.

27. Распределение учебного материала по классам (четвертям) в Программе является примерным, учитель вправе переносить изучение учебного материала из одного класса в другой (из одной четверти в другую) с учетом особенностей его усвоения обучающимися. Обучение в каждом классе начинается с повторения ранее изученного материала.

#### Глава 4. Система целей обучения

28. В Программе для удобства использования учебных целей введена кодировка. В коде первое число обозначает класс, второе, третье числа - раздел и подраздел, четвертое число - показывает нумерацию учебной цели. Например, в кодировке 5.2.2.1 «5» – класс, «2.2» – раздел и подраздел, «1» – нумерация учебной цели.

29. Система целей обучения:

1) раздел 1 «Ритмико-гимнастические упражнения»:

таблица 1

Подразделы	Цели обучения:	
	5 класс	6 класс
1.1. Ходьба и бег	5.1.1.1 уметь готовиться к занятиям и организованно входить в класс; 5.1.1.2 подавать счет для ходьбы в строю, чередовать ходьбу с приседанием; 5.1.1.3 ходить, двигаться на носках и пятках (под музыку 2\4, 4\4), выделяя	6.1.1.1 ориентироваться и называть направления движения; 6.1.1.2 давать словесный отчет о траектории движения, используя глаголы (полз, бежал, шел) и наречия (вперед, назад, вниз, вверх, направо, налево, в сторону, прямо, по диагонали);

	<p>сильную долю такта;</p> <p>5.1.1.4 перестраиваться из одного в 2 отдельных маленьких круга во время движения, сохраняя правильную осанку;</p> <p>5.1.1.5 выполнять все виды движения в сочетании с музыкой;</p> <p>5.1.1.6 применять следующие виды ходьбы: мягкий шаг, высокий, острый и широкий; применять разновидности бега: острый бег, высокий, широкий;</p> <p>5.1.1.7 самостоятельно менять темп и характер ходьбы и бега в соответствие с темпом и характером музыкального сопровождения;</p> <p>5.1.1.8 выполнять хореографические упражнения (позиции рук, ног);</p> <p>5.1.1.9 выполнять движения художественной гимнастики - пружинные движения руками и ногами, волнообразные движения, взмахи, прыжки, равновесие, повороты;</p>	<p>6.1.1.3 строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг по визуальному или звуковому сигналу;</p> <p>6.1.1.4 перестраиваться из колонны в рассыпную, а затем в круг, не прекращая движения, не сталкиваясь, сохраняя осанку и равновесие;</p> <p>6.1.1.5 ходить в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину;</p> <p>6.1.1.6 ходить с различными вариациями с предметами и без предметов;</p> <p>6.1.1.7 выполнять бег: острый, высокий, широкий;</p> <p>6.1.1.8 выполнять различные движения рук при ходьбе и беге;</p>
<p>1.2. Хореографические упражнения</p>	<p>5.1.2.1 выполнять подготовительное положение рук, служащее исходным;</p> <p>5.1.2.2 выполнять первую позицию – руки вперед на высоте диафрагмы, ладони обращены к туловищу, локти округлены и</p>	<p>6.1.2.1 выполнять первую, вторую и третью позиции рук;</p> <p>6.1.2.2 во всех позициях кисти рук держать легко, без напряжения;</p> <p>6.1.2.3 соединять упражнения для рук с движениями тела;</p> <p>6.1.2.4 выполнять позиции ног и</p>

	<p>обращены в стороны, плечи опущены, пальцы одной руки на расстоянии 5-10 сантиметров от пальцев другой;</p> <p>5.1.2.3 выполнять вторую позицию – округленные руки разведены в стороны и находятся несколько ниже плеч и немного впереди туловища, локти по сравнению с первой позицией несколько выпрямлены и обращены назад, ладони обращены друг к другу;</p> <p>5.1.2.4 выполнять третью позицию – руки вверху (в поле зрения), кисти и локти находятся несколько впереди лица и обращены в стороны, ладони вниз;</p> <p>5.1.2.5 выполнять позиции ног у опоры;</p> <p>5.1.2.6 выполнять первую позицию ног – пятки соединены, носки развернуты в стороны;</p> <p>5.1.2.7 выполнять вторую позицию – ноги врозь на расстоянии длины ступни, носки развернуты в стороны;</p> <p>5.1.2.8 выполнять третью позицию – пятка одной ступни прижата к середине другой, носки развернуты в стороны;</p> <p>5.1.2.9 выполнять упражнения стоя лицом к опоре</p>	<p>движения по позициям у опоры;</p> <p>6.1.2.5 выполнять упражнения стоя лицом к опоре, а затем стоя боком;</p> <p>6.1.2.6 выполнять упражнения у стойки: полуприседание, приседание, выпрямление ноги в различных направлениях, маховое движение ног</p>
1.3. Упражнения	5.1.3.1 выполнять пружинные движения –	6.1.3.1 выполнять упражнения художественной гимнастики,

художественной гимнастики	<p>равномерное сгибание и разгибание сустава или суставов;</p> <p>5.1.3.2 подчеркивать акценты в музыке пружинными движениями;</p> <p>5.1.3.3 выполнять одновременные и попеременные пружинные движения руками в различных направлениях;</p> <p>5.1.3.4 выполнять пружинные движения ногами – стоя на месте на двух ногах;</p> <p>5.1.3.5 выполнять подъем на полупальцы и опускание на ступню не сгибая коленей; выполнять стоя на всей ступне сгибание и разгибание коленей;</p> <p>5.1.3.6 выполнять пружинные переносы тяжести тела с ноги на ногу стоя на месте, передвигаясь вперед и назад; выполнять полуприсед на правой, затем на левой ноге;</p> <p>5.1.3.7 выполнять волнообразные движения руками, туловищем и всем телом;</p> <p>5.1.3.8 выполнять упражнения художественной гимнастики под мелодию лирического, спокойного характера, размером 3/4, медленного или умеренного темпа;</p> <p>5.1.3.9 выполнять</p>	<p>разученные в 5 классе;</p> <p>6.1.3.2 выполнять пружинные и волнообразные движения руками, переводы рук из одной позиции в другую;</p> <p>6.1.3.3 выполнять упражнения для ног у станка: полуприседания, приседания, выпрямление ноги, маховые движения ногой, взмахи;</p> <p>6.1.3.4 выполнять прыжки;</p> <p>6.1.3.5 выполнять упражнения на равновесие, сохранять равновесие на различных опорах;</p> <p>6.1.3.6 выполнять динамические упражнения: шагом, бегом, подскоками, выполняемых в условиях ограниченной площади опоры или на повышенной опоре – гимнастической скамейке, буме, четко очерченной не широкой полоске на полу;</p> <p>6.1.3.7 выполнять статические упражнения: различные стойки на двух ногах (на носках), на одной ноге в различных позах (свободная нога вперед, назад, в сторону, с наклонами туловища), на колене, на полу и на слегка повышенной опоре;</p> <p>6.1.3.8 выполнять упражнения на повороты туловища: сохранять устойчивость в движении, повороты выполнять на одной или двух ногах на 180, 360 градусов и более, усвоенные повороты соединить с равновесиями и танцевальными шагами;</p> <p>6.1.3.8 выполнять смешанные упражнения - двигательные</p>
---------------------------	--	---



	<p>подготовительные упражнения для выполнения целостной волны; принимать исходное положение для выполнения целостной волны - круглый полуприсед;</p> <p>5.1.3.10 выполнять целостное волнообразное движение по мере своих возможностей, но стремиться к совершенствованию исполнения;</p> <p>5.1.3.11 выполнять взмахи ногами;</p> <p>5.1.3.12 выполнять последовательно целостное движение всего тела или отдельных частей (рук, ног);</p> <p>5.1.3.13 выполнять взмахи руками, ногами, туловищем и всем телом;</p> <p>5.1.3.14 выполнять взмахи под энергичную бодрую музыку размер 2/4, 3/4, звучание громкое, темп зависит от амплитуды взмахов;</p> <p>5.1.3.15 выполнять прыжки в сочетании с поворотами, взмахами, танцевальными шагами, ритмическими заданиями;</p>	<p>действия, завершающиеся устойчивым статическим положением;</p> <p>6.1.3.9 выполнять приземление после различных прыжков, сохранение равновесия после выполнения поворотов, приседаний, наклонов;</p> <p>6.1.3.10 выполнять упражнения с гимнастическими предметами – обручами, кеглями, мячом;</p> <p>6.1.3.11 выполнять упражнения под музыкальное сопровождение спокойного характера, не очень громкое, темп медленный или умеренно-медленный, в высоком и среднем регистре;</p>
<p>1.4. Упражнения стэп-аэробики</p>		<p>6.1.4.1 выполнять упражнения степ-аэробики: упражнения на координацию движений на степе (платформе);</p>

		<p>6.1.4.2 выполнять Basic-step (Басик-стэп) – «базовый шаг» на платформе, чередование левой и правой ног;</p> <p>6.1.4.3 выполнять V-step (Ви-стэп) – «ви-шаги» на платформе, с хлопками, на ступе вправо, на ступе влево;</p> <p>6.1.4.4 выполнять Top-up (топ-ап) – «верхнее касание», шаги на платформе;</p> <p>6.1.4.5 выполнять Lift-step (Лифт-стэп) – шаг с подъемом колена на ступе; приставные шаги на ступе</p>
--	--	--

2) раздел 2 «Упражнения с музыкальными инструментами»:  
таблица 2

Подразделы	Цели обучения:	
	5 класс	6 класс
2.1. Упражнения на ударных инструментах	<p>5.2.1.1 передавать заданный ритм при помощи ударных инструментов;</p> <p>5.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни;</p> <p>5.2.1.3 определять по заданному ритму мелодии знакомой песни;</p>	<p>6.2.1.1 передавать ритм при помощи ударных инструментов;</p> <p>6.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни;</p> <p>6.2.1.3 определять по заданному ритму мелодии знакомой песни;</p> <p>6.2.1.4 передавать ритм несложных музыкальных фраз из знакомых песен и попевок;</p>
2.2. Упражнения на клавишных инструментах	<p>5.2.2.1 узнавать музыкальные инструменты по звучанию;</p> <p>5.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup> – соль;</p> <p>5.2.2.3 играть на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе;</p>	<p>6.2.2.1 различать высокие и низкие звуки в контрастных регистрах и переход из одного регистра в другой (вверх-вниз);</p> <p>6.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup> – си<sup>1</sup>;</p> <p>6.2.2.3 играть на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе;</p>

	5.2.2.4 выполнять несложные упражнения на пианино, аккордеоне, духовой гармонике; 5.2.2.5 исполнять 1-2 несложные песни или попевки на музыкальном инструменте с использованием цифровой системы	6.2.2.4 исполнять 2-3 несложных песен или попевок на музыкальном инструменте с использованием цифровой системы; 6.2.2.5 импровизировать на музыкальных инструментах в соответствии с заданным ритмом
--	---	---

3) раздел 3 «Танцевальные упражнения»:  
таблица 3

Подразделы	Цели обучения:	
	5 класс	6 класс
3.1. Элементы народного танца	5.3.1.1 эмоционально выразить настроение музыкального сопровождения народного танца; 5.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни; 5.3.1.3 правильно и красиво танцевать на утренниках, активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы;	6.3.1.1 различать основные характерные движения некоторых народных танцев, уметь красиво и выразительно двигаться в танце; 6.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни; 6.3.1.3 правильно и красиво танцевать на утренниках, активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы;
3.2. Элементы бального танца	5.3.2.1 проявлять ответственность, умение взаимодействовать в паре, преодолевать трудности; 5.3.2.2 выполнять упражнения на выработку медленных, плавных движений, шаг	6.3.2.1 знать историю появления основных бальных танцев: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба; 6.3.2.2 выполнять основные характерные движения некоторых бальных танцев, разученных в 5 классе; 6.3.2.3 выполнять медленные плавные движения танго в

	<p>вальса (музыкальный размер <math>\frac{3}{4}</math>);</p> <p>5.3.2.3 выполнять движения медленного фокстрота (музыкальный размер <math>\frac{4}{4}</math>);</p> <p>5.3.3.4 выполнять упражнения на выработку длинных, скользящих, плавных шагов, непринужденных, сдержанных, ленивых неторопливых движений, характерных для фокстрота;</p> <p>5.3.3.5 создавать художественные образы средствами пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела.</p>	<p>паре (музыкальный размер <math>\frac{2}{4}</math>);</p> <p>6.3.2.4 выполнять упражнения на выработку характерных для латиноамериканских танцев пружинящих движений;</p> <p>6.3.2.5 исполнять латиноамериканские бальные танцы «Самба», «Ча-ча-ча»;</p> <p>6.3.2.6 эмоционально выразить настроение музыкального сопровождения танца: вальс, танго, самба;</p> <p>6.3.2.7 создавать художественный образ танца посредством ритмически четкой и выразительной смены движений;</p> <p>6.3.2.8 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни</p> <p>6.3.2.9 активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы</p>
<p>3.3. Элементы современного танца</p>	<p>5.3.3.1 различать основные характерные движения некоторых современных танцев;</p> <p>5.3.3.2 выполнять танцевальные упражнения и исполнять несложные современные танцы в стиле «диско»;</p> <p>5.3.3.3 использовать современную музыку на усмотрение педагога, с учетом музыкальных интересов учащихся;</p> <p>5.3.3.4 использовать в</p>	<p>6.3.3.1 правильно определять танец по музыкальному сопровождению, находить нужный темп и движения танца, отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;</p> <p>6.3.3.2 по мере усвоения предлагаемых элементов добавлять новые, упражнения усложнять, выполнять в</p>

	<p>танце разнообразные прыжки, которые подчеркивают наиболее динамичные места музыкального сопровождения;</p> <p>5.3.3.5 передавать характер музыки четкими, ритмичными движениями рук, ног, туловища и ритмическим сочетанием шагов</p>	<p>движении, повышать темп, увеличивать амплитуду движений;</p> <p>6.3.3.3 выполнять элементы современных танцев в стиле «диско»;</p> <p>6.3.3.4 исполнять танцы, имеющие зафиксированную (заранее определенную) последовательность движений;</p> <p>6.3.3.5 исполнять танцы, отличающиеся свободным построением;</p> <p>6.3.3.6 проявлять творческую самостоятельность и эмоциональное самовыражение при исполнении танцев</p>
--	--	---

30. Настоящая Программа реализуется на основе Долгосрочного плана к Типовой учебной программе по предмету «Коррекционная ритмика» для обучающихся с легкой умственной отсталостью 5-6 классов по обновленному содержанию согласно приложению к настоящей Программе. В долгосрочном плане обозначен объем учебных целей реализуемых в каждом разделе.

31. Распределение часов на изучение раздела и тем предоставляется на усмотрение учителя.

Приложение  
к Типовой учебной программе по  
предмету «Коррекционная ритмика» для  
обучающихся с легкой умственной  
отсталостью 5-6 классов уровня по  
обновленному содержанию

Долгосрочный план  
по реализации Типовой учебной программы по предмету «Коррекционная ритмика» для  
обучающихся с легкой умственной отсталостью 5-6 классов по обновленному содержанию

1) 5 класс:  
таблица 1

Раздел	Подразделы	Цели обучения
1 четверть		
1. Ритмико- гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	5.1.1.1 уметь готовиться к занятиям и организованно входить в класс; 5.1.1.2 подавать счет для ходьбы в строю, чередовать ходьбу с приседанием; 5.1.1.3 ходить, двигаться на носках и пятках (под музыку 2\4, 4\4), выделяя сильную долю такта; 5.1.1.4 перестраиваться из одного в 2 отдельных маленьких круга во время движения, сохраняя правильную осанку;
	1.2 Хореографические упражнения	5.1.2.1 выполнять подготовительное положение рук, служащее исходным; 5.1.2.2 выполнять первую позицию – руки вперед на высоте диафрагмы, ладони обращены к туловищу, локти округлены и обращены в стороны, плечи опущены, пальцы одной руки на расстоянии 5-10 сантиметров от пальцев другой; 5.1.2.3 выполнять вторую позицию – округленные руки разведены в стороны и находятся несколько ниже плеч и немного впереди туловища, локти по сравнению с первой позицией несколько выпрямлены и обращены назад, ладони обращены друг к другу;
	1.3 Упражнения художественной гимнастики	5.1.3.1 выполнять пружинные движения – равномерное сгибание и разгибание сустава или суставов; 5.1.3.2 подчеркивать акценты в музыке пружинными движениями; 5.1.3.3 выполнять одновременные и попеременные пружинные движения руками в различных направлениях; 5.1.3.4 выполнять пружинные движения ногами – стоя на месте на двух ногах;

		5.1.3.5 выполнять подъем на полупальцы и опускание на ступню не сгибая коленей; выполнять стоя на всей ступне сгибание и разгибание коленей;
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	5.2.1.1 передавать заданный ритм при помощи ударных инструментов;
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	5.2.2.1 узнавать музыкальные инструменты по звучанию; 5.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до <sup>1</sup> – соль;
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	5.3.1.1 эмоционально выражать настроение музыкального сопровождения народного танца;
	3.2 Элементы бального танца	5.3.2.1 проявлять ответственность, умение взаимодействовать в паре, преодолевать трудности; 5.3.2.2 выполнять упражнения на выработку медленных, плавных движений, шаг вальса (музыкальный размер $\frac{3}{4}$ );
	3.3 Элементы современного танца	5.3.3.1 различать основные характерные движения некоторых современных танцев;
2 четверть		
1. Ритмико-гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	5.1.1.1 уметь готовиться к занятиям и организованно входить в класс; 5.1.1.2 подавать счет для ходьбы в строю, чередовать ходьбу с приседанием; 5.1.1.3 ходить, двигаться на носках и пятках (под музыку 2\4, 4\4), выделяя сильную долю такта; 5.1.1.4 перестраиваться из одного в 2 отдельных маленьких круга во время движения, сохраняя правильную осанку; 5.1.1.5 выполнять все виды движения в сочетании с музыкой;
	1.2 Хореографические упражнения	5.1.2.1 выполнять подготовительное положение рук, служащее исходным; 5.1.2.2 выполнять первую позицию – руки вперед на высоте диафрагмы, ладони обращены к туловищу, локти округлены и обращены в стороны, плечи опущены, пальцы одной руки на расстоянии 5-10 сантиметров от пальцев другой; 5.1.2.3 выполнять вторую позицию – округленные руки разведены в стороны и находятся несколько ниже плеч и немного впереди туловища, локти по сравнению с первой позицией несколько выпрямлены и обращены назад, ладони обращены друг к другу; 5.1.2.4 выполнять третью позицию – руки вверх (в поле зрения), кисти и локти находятся несколько впереди лица и обращены в стороны, ладони вниз;

	1.3 Упражнения художественной гимнастики	<p>5.1.3.1 выполнять пружинные движения – равномерное сгибание и разгибание сустава или суставов;</p> <p>5.1.3.2 подчеркивать акценты в музыке пружинными движениями;</p> <p>5.1.3.3 выполнять одновременные и попеременные пружинные движения руками в различных направлениях;</p> <p>5.1.3.4 выполнять пружинные движения ногами – стоя на месте на двух ногах;</p> <p>5.1.3.5 выполнять подъем на полупальцы и опускание на ступню не сгибая коленей; выполнять стоя на всей ступне сгибание и разгибание коленей;</p> <p>5.1.3.6 выполнять пружинные переносы тяжести тела с ноги на ногу стоя на месте, передвигаясь вперед и назад; выполнять полуприсед на правой, затем на левой ноге;</p> <p>5.1.3.7 выполнять волнообразные движения руками, туловищем и всем телом;</p> <p>5.1.3.8 выполнять упражнения художественной гимнастики под мелодию лирического, спокойного характера, размером <math>3/4</math>, медленного или умеренного темпа;</p>
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	<p>5.2.1.1 передавать заданный ритм при помощи ударных инструментов;</p> <p>5.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни;</p>
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	<p>5.2.2.1 узнавать музыкальные инструменты по звучанию;</p> <p>5.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup> – соль;</p> <p>5.2.2.3 играть на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе;</p>
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	<p>5.3.1.1 эмоционально выражать настроение музыкального сопровождения народного танца;</p> <p>5.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни;</p>
	3.2 Элементы бального танца	<p>5.3.2.1 проявлять ответственность, умение взаимодействовать в паре, преодолевать трудности;</p> <p>5.3.2.2 выполнять упражнения на выработку медленных, плавных движений, шаг вальса (музыкальный размер <math>3/4</math>);</p> <p>5.3.2.3 выполнять движения медленного фокстрота (музыкальный размер <math>4/4</math>);</p>
	3.3 Элементы современного танца	<p>5.3.3.1 различать основные характерные движения некоторых современных танцев;</p> <p>5.3.3.2 выполнять танцевальные упражнения и исполнять несложные современные танцы в стиле</p>



		«диско»;
3 четверть		
1. Ритмико-гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	<p>5.1.1.1 уметь готовиться к занятиям и организованно входить в класс;</p> <p>5.1.1.2 подавать счет для ходьбы в строю, чередовать ходьбу с приседанием;</p> <p>5.1.1.3 ходить, двигаться на носках и пятках (под музыку 2\4, 4\4), выделяя сильную долю такта;</p> <p>5.1.1.4 перестраиваться из одного в 2 отдельных маленьких круга во время движения, сохраняя правильную осанку;</p> <p>5.1.1.5 выполнять все виды движения в сочетании с музыкой;</p> <p>5.1.1.6 применять следующие виды ходьбы: мягкий шаг, высокий, острый и широкий; применять разновидности бега: острый бег, высокий, широкий;</p> <p>5.1.1.7 самостоятельно менять темп и характер ходьбы и бега в соответствии с темпом и характером музыкального сопровождения;</p> <p>5.1.1.8 выполнять хореографические упражнения (позиции рук, ног);</p>
	1.2 Хореографические упражнения	<p>5.1.2.1 выполнять подготовительное положение рук, служащее исходным;</p> <p>5.1.2.2 выполнять первую позицию – руки вперед на высоте диафрагмы, ладони обращены к туловищу, локти округлены и обращены в стороны, плечи опущены, пальцы одной руки на расстоянии 5-10 сантиметров от пальцев другой;</p> <p>5.1.2.3 выполнять вторую позицию – округленные руки разведены в стороны и находятся несколько ниже плеч и немного впереди туловища, локти по сравнению с первой позицией несколько выпрямлены и обращены назад, ладони обращены друг к другу;</p> <p>5.1.2.4 выполнять третью позицию – руки вверх (в поле зрения), кисти и локти находятся несколько впереди лица и обращены в стороны, ладони вниз;</p> <p>5.1.2.5 выполнять позиции ног у опоры;</p> <p>5.1.2.6 выполнять первую позицию ног – пятки соединены, носки развернуты в стороны;</p> <p>5.1.2.7 выполнять вторую позицию – ноги врозь на расстоянии длины ступни, носки развернуты в стороны</p>
	1.3 Упражнения художественной гимнастики	<p>5.1.3.1 выполнять пружинные движения – равномерное сгибание и разгибание сустава или суставов;</p> <p>5.1.3.2 подчеркивать акценты в музыке пружинными движениями;</p> <p>5.1.3.3 выполнять одновременные и попеременные пружинные движения руками в различных</p>

		<p>направлениях;</p> <p>5.1.3.4 выполнять пружинные движения ногами – стоя на месте на двух ногах;</p> <p>5.1.3.5 выполнять подъем на полупальцы и опускание на ступню не сгибая коленей; выполнять стоя на всей ступне сгибание и разгибание коленей;</p> <p>5.1.3.6 выполнять пружинные переносы тяжести тела с ноги на ногу стоя на месте, передвигаясь вперед и назад; выполнять полуприсед на правой, затем на левой ноге;</p> <p>5.1.3.7 выполнять волнообразные движения руками, туловищем и всем телом;</p> <p>5.1.3.8 выполнять упражнения художественной гимнастики под мелодию лирического, спокойного характера, размером 3/4, медленного или умеренного темпа;</p> <p>5.1.3.9 выполнять подготовительные упражнения для выполнения целостной волны;</p> <p>принимать исходное положение для выполнения целостной волны - круглый полуприсед;</p> <p>5.1.3.10 выполнять целостное волнообразное движение по мере своих возможностей, но стремиться к совершенствованию исполнения;</p> <p>5.1.3.11 выполнять взмахи ног;</p> <p>5.1.3.12 выполнять последовательно целостное движение всего тела или отдельных частей (рук, ног);</p> <p>5.1.3.13 выполнять взмахи руками, ногами, туловищем и всем телом;</p>
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	<p>5.2.1.1 передавать заданный ритм при помощи ударных инструментов;</p> <p>5.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни;</p> <p>5.2.1.3 определять по заданному ритму мелодии знакомой песни</p>
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	<p>5.2.2.1 узнавать музыкальные инструменты по звучанию;</p> <p>5.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup> – соль;</p> <p>5.2.2.3 учиться игре на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе;</p> <p>5.2.2.4 выполнять несложные упражнения на пианино, аккордеоне, духовой гармонике;</p>
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	<p>5.3.1.1 эмоционально выражать настроение музыкального сопровождения народного танца;</p> <p>5.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни;</p> <p>5.3.1.3 правильно и красиво танцевать на утренниках, активно участвовать в художественной</p>

		самодетельности класса и школы.
	3.2 Элементы бального танца	<p>5.3.2.1 проявлять ответственность, умение взаимодействовать в паре, преодолевать трудности;</p> <p>5.3.2.2 выполнять упражнения на выработку медленных, плавных движений, шаг вальса (музыкальный размер <math>\frac{3}{4}</math>);</p> <p>5.3.2.3 выполнять движения медленного фокстрота (музыкальный размер <math>\frac{4}{4}</math>);</p> <p>5.3.2.4 выполнять упражнения на выработку длинных, скользящих, плавных шагов, непринужденных, сдержанных, ленивых неторопливых движений, характерных для фокстрота;</p>
	3.3 Элементы современного танца	<p>5.3.3.1 различать основные характерные движения некоторых современных танцев;</p> <p>5.3.3.2 выполнять танцевальные упражнения и исполнять несложные современные танцы в стиле «диско»;</p> <p>5.3.3.3 использовать современную музыку на усмотрение педагога, с учетом музыкальных интересов учащихся;</p> <p>5.3.3.4 использовать в танце разнообразные прыжки, которые подчеркивают наиболее динамичные места музыкального сопровождения;</p>
4 четверть		
1. Ритмико-гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	<p>5.1.1.1 готовиться к занятиям и организованно входить в класс;</p> <p>5.1.1.2 подавать счет для ходьбы в строю, чередовать ходьбу с приседанием;</p> <p>5.1.1.3 ходить, двигаться на носках и пятках (под музыку <math>2\frac{1}{4}</math>, <math>4\frac{1}{4}</math>), выделяя сильную долю такта;</p> <p>5.1.1.4 перестраиваться из одного в 2 отдельных маленьких круга во время движения, сохраняя правильную осанку;</p> <p>5.1.1.5 выполнять все виды движения в сочетании с музыкой;</p> <p>5.1.1.6 применять следующие виды ходьбы: мягкий шаг, высокий, острый и широкий; применять разновидности бега: острый бег, высокий, широкий;</p> <p>5.1.1.7 самостоятельно менять темп и характер ходьбы и бега в соответствие с темпом и характером музыкального сопровождения;</p> <p>5.1.1.8 выполнять хореографические упражнения (позиции рук, ног);</p> <p>5.1.1.9 выполнять движения художественной гимнастики - пружинные движения руками и ногами, волнообразные движения, взмахи, прыжки, равновесие, повороты</p>

1.2 Хореографические упражнения	<p>5.1.2.1 выполнять подготовительное положение рук, служащее исходным;</p> <p>5.1.2.2 выполнять первую позицию – руки вперед на высоте диафрагмы, ладони обращены к туловищу, локти округлены и обращены в стороны, плечи опущены, пальцы одной руки на расстоянии 5-10 сантиметров от пальцев другой;</p> <p>5.1.2.3 выполнять вторую позицию – округленные руки разведены в стороны и находятся несколько ниже плеч и немного впереди туловища, локти по сравнению с первой позицией несколько выпрямлены и обращены назад, ладони обращены друг к другу;</p> <p>5.1.2.4 выполнять третью позицию – руки вверху (в поле зрения), кисти и локти находятся несколько впереди лица и обращены в стороны, ладони вниз;</p> <p>5.1.2.5 освоить и выполнять позиции ног у опоры;</p> <p>5.1.2.6 выполнять первую позицию ног – пятки соединены, носки развернуты в стороны;</p> <p>5.1.2.7 выполнять вторую позицию – ноги врозь на расстоянии длины ступни, носки развернуты в стороны;</p> <p>5.1.2.8 выполнять третью позицию – пятка одной ступни прижата к середине другой, носки развернуты в стороны;</p> <p>5.1.2.9 выполнять упражнения стоя лицом к опоре</p>
1.3 Упражнения художественной гимнастики	<p>5.1.3.1 выполнять пружинные движения – равномерное сгибание и разгибание сустава или суставов;</p> <p>5.1.3.2 подчеркивать акценты в музыке пружинными движениями;</p> <p>5.1.3.3 выполнять одновременные и попеременные пружинные движения руками в различных направлениях;</p> <p>5.1.3.4 выполнять пружинные движения ногами – стоя на месте на двух ногах;</p> <p>5.1.3.5 выполнять подъем на полупальцы и опускание на ступню не сгибая коленей; выполнять стоя на всей ступне сгибание и разгибание коленей;</p> <p>5.1.3.6 выполнять пружинные переносы тяжести тела с ноги на ногу стоя на месте, передвигаясь вперед и назад; выполнять полуприсед на правой, затем на левой ноге;</p> <p>5.1.3.7 выполнять волнообразные движения руками, туловищем и всем телом;</p> <p>5.1.3.8 выполнять упражнения художественной гимнастики под мелодию лирического, спокойного характера, размером 3/4, медленного или умеренного темпа;</p> <p>5.1.3.9 выполнять подготовительные упражнения для</p>

		<p>выполнения целостной волны; принимать исходное положение для выполнения целостной волны - круглый полуприсед; 5.1.3.10 выполнять целостное волнообразное движение по мере своих возможностей, но стремиться к совершенствованию исполнения; 5.1.3.11 выполнять взмахи ног; 5.1.3.12 выполнять последовательно целостное движение всего тела или отдельных частей (рук, ног); 5.1.3.13 выполнять взмахи руками, ногами, туловищем и всем телом; 5.1.3.14 выполнять взмахи под энергичную бодрую музыку размер 2/4, 3/4, звучание громкое, темп зависит от амплитуды взмахов; 5.1.3.15 выполнять прыжки в сочетании с поворотами, взмахами, танцевальными шагами, ритмическими заданиями</p>
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	<p>5.2.1.1 передавать заданный ритм при помощи ударных инструментов; 5.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни; 5.2.1.3 определять по заданному ритму мелодии знакомой песни</p>
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	<p>5.2.2.1 узнавать музыкальные инструменты по звучанию; 5.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup> – соль; 5.2.2.3 играть на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе; 5.2.2.4 выполнять несложные упражнения на пианино, аккордеоне, духовой гармонике; 5.2.2.5 исполнять 1-2 несложные песни или попевки на музыкальном инструменте с использованием цифровой системы</p>
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	<p>5.3.1.1 эмоционально выражать настроение музыкального сопровождения народного танца; 5.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни; 5.3.1.3 правильно и красиво танцевать на утренниках, активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы</p>
	3.2 Элементы бального танца	<p>5.3.2.1 проявлять ответственность, умение взаимодействовать в паре, преодолевать трудности; 5.3.2.2 выполнять упражнения на выработку медленных, плавных движений, шаг вальса (музыкальный размер <math>\frac{3}{4}</math>); 5.3.2.3 выполнять движения медленного фокстрота</p>

		(музыкальный размер 4/4); 5.3.3.4 выполнять упражнения на выработку длинных, скользящих, плавных шагов, непринужденных, сдержанных, ленивых неторопливых движений, характерных для фокстрота; 5.3.3.5 создавать художественные образы средствами пластических движений и ритмически четкой и непрерывной смены выразительных положений человеческого тела
	3.3 Элементы современного танца	5.3.3.1 различать основные характерные движения некоторых современных танцев; 5.3.3.2 выполнять танцевальные упражнения и исполнять несложные современные танцы в стиле «диско»; 5.3.3.3 использовать современную музыку на усмотрение педагога, с учетом музыкальных интересов учащихся; 5.3.3.4 использовать в танце разнообразные прыжки, которые подчеркивают наиболее динамичные места музыкального сопровождения; 5.3.3.5 передавать характер музыки четкими, ритмичными движениями рук, ног, туловища и ритмическим сочетанием шагов

2) 6 класс:  
таблица 2

Раздел	Подразделы	Цели обучения
1 четверть		
1. Ритмико-гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	6.1.1.1 ориентироваться и называть направления движения; 6.1.1.2 давать словесный отчет о траектории движения, используя глаголы (полз, бежал, шел) и наречия (вперед, назад, вниз, вверх, направо, налево, в сторону, прямо, по диагонали); 6.1.1.3 строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг по визуальному или звуковому сигналу;
	1.2 Хореографические упражнения	6.1.2.1 выполнять первую, вторую и третью позиции рук; 6.1.2.2 во всех позициях кисти рук держать легко, без напряжения; 6.1.2.3 соединять упражнения для рук с движениями тела;
	1.3 Упражнения художественной гимнастики	6.1.3.1 выполнять упражнения художественной гимнастики, разученные в 5 классе; 6.1.3.2 выполнять пружинные и волнообразные движения руками, переводы рук из одной позиции в другую;

		6.1.3.3 выполнять упражнения для ног у станка: полуприседания, приседания, выпрямление ноги, маховые движения ногой, взмахи; 6.1.3.4 выполнять прыжки; 6.1.3.5 выполнять упражнения на равновесие, сохранять равновесие на различных опорах;
	1.4 Упражнения степ-аэробики	6.1.4.1 освоить и выполнять упражнения степ-аэробики: упражнения на координацию движений на степе (платформе);
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	6.2.1.1 передавать ритм при помощи ударных инструментов;
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	6.2.2.1 различать высокие и низкие звуки в контрастных регистрах и переход из одного регистра в другой (вверх-вниз); 6.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до <sup>1</sup> – си <sup>1</sup> ;
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	6.3.1.1 различать основные характерные движения некоторых народных танцев, уметь красиво и выразительно двигаться в танце;
	3.2 Элементы бального танца	6.3.2.1 знать историю появления основных бальных танцев: вальс, танго; 6.3.2.2 повторять и закреплять основные характерные движения некоторых бальных танцев, разученных в 5 классе; 6.3.2.3 выполнять медленные плавные движения танго в паре (музыкальный размер 2/4);
	3.3 Элементы современного танца	6.3.3.1 правильно определять танец по музыкальному сопровождению, находить нужный темп и движения танца, отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; 6.3.3.2 по мере усвоения предлагаемых элементов добавлять новые, упражнения усложнять, выполнять в движении, повышать темп, увеличивать амплитуду движений
2 четверть		
1. Ритмико-гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	6.1.1.1 ориентироваться и называть направления движения; 6.1.1.2 давать словесный отчет о траектории движения, используя глаголы (полз, бежал, шел) и наречия (вперед, назад, вниз, вверх, направо, налево, в сторону, прямо, по диагонали); 6.1.1.3 строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг по визуальному или звуковому сигналу;
	1.2 Хореографические упражнения	6.1.2.1 выполнять первую, вторую и третью позиции рук; 6.1.2.2 во всех позициях кисти рук держать легко, без

		напряжения; 6.1.2.3 соединять упражнения для рук с движениями тела;
	1.3 Упражнения художественной гимнастики	6.1.3.1 выполнять упражнения художественной гимнастики, разученные в 5 классе; 6.1.3.2 выполнять пружинные и волнообразные движения руками, переводы рук из одной позиции в другую; 6.1.3.3 выполнять упражнения для ног у станка: полуприседания, приседания, выпрямление ноги, маховые движения ног, взмахи; 6.1.3.4 выполнять прыжки; 6.1.3.5 выполнять упражнения на равновесие, сохранять равновесие на различных опорах; 6.1.3.6 выполнять динамические упражнения: шагом, бегом, подскоками, выполняемых в условиях ограниченной площади опоры или на повышенной опоре – гимнастической скамейке, буме, четко очерченной не широкой полоске на полу; 6.1.3.7 выполнять статические упражнения: различные стойки на двух ногах (на носках), на одной ноге в различных позах (свободная нога вперед, назад, в сторону, с наклонами туловища), на колене, на полу и на слегка повышенной опоре;
	1.4 Упражнения степ-аэробики	6.1.4.1 освоить и выполнять упражнения степ-аэробики: упражнения на координацию движений на степе (платформе); 6.1.4.2 освоить и выполнять Basic-step – «базовый шаг» на платформе, чередование левой и правой ног;
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	6.2.1.1 передавать ритм при помощи ударных инструментов; 6.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни;
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	6.2.2.1 различать высокие и низкие звуки в контрастных регистрах и переход из одного регистра в другой (вверх-вниз); 6.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до <sup>1</sup> – си <sup>1</sup> ; 6.2.2.3 закреплять навыки игры на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе;
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	6.3.1.1 различать основные характерные движения некоторых народных танцев, уметь красиво и выразительно двигаться в танце; 6.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни;
	3.2 Элементы бального танца	6.3.2.1 знать историю появления основных бальных танцев: вальс, танго, самба; 6.3.2.2 выполнять основные характерные движения некоторых бальных танцев, разученных



		<p>в 5 классе;</p> <p>6.3.2.3 выполнять медленные плавные движения танго в паре (музыкальный размер 2/4);</p> <p>6.3.2.4 выполнять упражнения на выработку характерных для латиноамериканских танцев пружинящих движений;</p> <p>6.3.2.5 активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы</p>
	3.3 Элементы современного танца	<p>6.3.3.1 правильно определять танец по музыкальному сопровождению, находить нужный темп и движения танца, отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;</p> <p>6.3.3.2 по мере усвоения предлагаемых элементов добавлять новые, упражнения усложнять, выполнять в движении, повышать темп, увеличивать амплитуду движений;</p> <p>6.3.3.3 выполнять элементы современных танцев в стиле «диско»;</p>
3 четверть		
1. Ритмико-гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	<p>6.1.1.1 ориентироваться и называть направления движения;</p> <p>6.1.1.2 давать словесный отчет о траектории движения, используя глаголы (полз, бежал, шел) и наречия (вперед, назад, вниз, вверх, направо, налево, в сторону, прямо, по диагонали);</p> <p>6.1.1.3 строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг по визуальному или звуковому сигналу;</p> <p>6.1.1.4 перестраиваться из колонны врассыпную, а затем в круг, не прекращая движения, не сталкиваясь, сохраняя осанку и равновесие;</p> <p>6.1.1.5 ходить в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину;</p> <p>6.1.1.6 ходить с различными вариациями с предметами и без предметов;</p>
	1.2 Хореографические упражнения	<p>6.1.2.1 выполнять первую, вторую и третью позиции рук;</p> <p>6.1.2.2 во всех позициях кисти рук держать легко, без напряжения;</p> <p>6.1.2.3 соединять упражнения для рук с движениями тела;</p> <p>6.1.2.4 выполнять позиции ног и движения по позициям у опоры;</p> <p>6.1.2.5 выполнять упражнения стоя лицом к опоре, а затем стоя боком;</p> <p>6.1.2.6 выполнять упражнения у стойки:</p>

		полуприседание, приседание, выпрямление ноги в различных направлениях, маховое движение ногой.
	1.3 Упражнения художественной гимнастики	<p>6.1.3.1 выполнять упражнения художественной гимнастики, разученные в 5 классе;</p> <p>6.1.3.2 выполнять пружинные и волнообразные движения руками, переводы рук из одной позиции в другую;</p> <p>6.1.3.3 выполнять упражнения для ног у станка: полуприседания, приседания, выпрямление ноги, маховые движения ногой, взмахи;</p> <p>6.1.3.4 выполнять прыжки;</p> <p>6.1.3.5 выполнять упражнения на равновесие, сохранять равновесие на различных опорах;</p> <p>6.1.3.6 выполнять динамические упражнения: шагом, бегом, подскоками, выполняемых в условиях ограниченной площади опоры или на повышенной опоре – гимнастической скамейке, буме, четко очерченной не широкой полоске на полу;</p> <p>6.1.3.7 выполнять статические упражнения: различные стойки на двух ногах (на носках), на одной ноге в различных позах (свободная нога вперед, назад, в сторону, с наклонами туловища), на колене, на полу и на слегка повышенной опоре;</p> <p>6.1.3.8 выполнять упражнения на повороты туловища: сохранять устойчивость в движении, повороты выполнять на одной или двух ногах на 180, 360 градусов и более, усвоенные повороты соединить с равновесиями и танцевальными шагами;</p> <p>6.1.3.8 выполнять смешанные упражнения - двигательные действия, завершающиеся устойчивым статическим положением;</p> <p>6.1.3.9 освоить приземление после различных прыжков, сохранение равновесия после выполнения поворотов, приседаний, наклонов;</p>
	1.4 Упражнения степ-аэробики	<p>6.1.4.1 освоить и выполнять упражнения степ-аэробики: упражнения на координацию движений на степе (платформе);</p> <p>6.1.4.2 освоить и выполнять Basic-step – «базовый шаг» на платформе, чередование левой и правой ног;</p> <p>6.1.4.3 выполнять V-step – «ви-шаги» на платформе, с хлопками, на степе вправо, на степе влево;</p> <p>6.1.4.4 освоить Top-up – «верхнее касание», шаги на платформе;</p>
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	<p>6.2.1.1 передавать ритм при помощи ударных инструментов;</p> <p>6.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни;</p> <p>6.2.1.3 определять по заданному ритму мелодии знакомой песни;</p> <p>6.2.1.4 разучивать ритм несложных музыкальных</p>

		фраз из знакомых песен и попевок
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	6.2.2.1 различать высокие и низкие звуки в контрастных регистрах и переход из одного регистра в другой (вверх-вниз); 6.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до <sup>1</sup> – си <sup>1</sup> ; 6.2.2.3 продолжить обучение игре на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе; 6.2.2.4 исполнять 2-3 несложных песен или попевок на музыкальном инструменте с использованием цифровой системы
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	6.3.1.1 различать основные характерные движения некоторых народных танцев, уметь красиво и выразительно двигаться в танце; 6.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни; 6.3.1.3 правильно и красиво танцевать на утренниках, активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы
	3.2 Элементы бального танца	6.3.2.1 знать историю появления основных бальных танцев: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба; 6.3.2.2 повторять и закреплять основные характерные движения некоторых бальных танцев, разученных в 5 классе; 6.3.2.3 выполнять медленные плавные движения танго в паре (музыкальный размер 2/4); 6.3.2.4 выполнять упражнения на выработку характерных для латиноамериканских танцев пружинящих движений; 6.3.2.7 исполнять латино-американские бальные танцы «Самба», «Ча-ча-ча»; 6.3.2.8 эмоционально выражать настроение музыкального сопровождения танца: вальс, танго, самба;
	3.3 Элементы современного танца	6.3.3.1 правильно определять танец по музыкальному сопровождению, находить нужный темп и движения танца, отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; 6.3.3.2 по мере усвоения предлагаемых элементов добавлять новые, упражнения усложнять, выполнять в движении, повышать темп, увеличивать амплитуду движений; 6.3.3.3 выполнять элементы современных танцев в стиле «диско»; 6.3.3.4 исполнять танцы, имеющие зафиксированную

		(заранее определенную) последовательность движений;
4 четверть		
1. Ритмико-гимнастические упражнения	1.1 Ходьба и бег	6.1.1.1 ориентироваться и называть направления движения; 6.1.1.2 давать словесный отчет о траектории движения, используя глаголы (полз, бежал, шел) и наречия (вперед, назад, вниз, вверх, направо, налево, в сторону, прямо, по диагонали); 6.1.1.3 строиться в колонну по одному, в шеренгу по росту, в круг по визуальному или звуковому сигналу; 6.1.1.4 перестраиваться из колонны в рассыпную, а затем в круг, не прекращая движения, не сталкиваясь, сохраняя осанку и равновесие; 6.1.1.5 ходить в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину; 6.1.1.6 ходить с различными вариациями с предметами и без предметов; 6.1.1.7 выполнять бег: острый, высокий, широкий; 6.1.1.8 выполнять различные движения рук при ходьбе и беге;
	1.2 Хореографические упражнения	6.1.2.1 выполнять первую, вторую и третью позиции рук; 6.1.2.2 во всех позициях кисти рук держать легко, без напряжения; 6.1.2.3 соединять упражнения для рук с движениями тела; 6.1.2.4 выполнять позиции ног и движения по позициям у опоры; 6.1.2.5 выполнять упражнения стоя лицом к опоре, а затем стоя боком; 6.1.2.6 выполнять упражнения у стойки: полуприседание, приседание, выпрямление ноги в различных направлениях, маховое движение ногой
	1.3 Упражнения художественной гимнастики	6.1.3.1 выполнять упражнения художественной гимнастики, разученные в 5 классе; 6.1.3.2 выполнять пружинные и волнообразные движения руками, переводы рук из одной позиции в другую; 6.1.3.3 выполнять упражнения для ног у станка: полуприседания, приседания, выпрямление ноги, маховые движения ногой, взмахи; 6.1.3.4 выполнять прыжки; 6.1.3.5 выполнять упражнения на равновесие, сохранять равновесие на различных опорах; 6.1.3.6 выполнять динамические упражнения: шагом, бегом, подскоками, выполняемых в условиях

		<p>ограниченной площади опоры или на повышенной опоре – гимнастической скамейке, буме, четко очерченной не широкой полоске на полу;</p> <p>6.1.3.7 выполнять статические упражнения: различные стойки на двух ногах (на носках), на одной ноге в различных позах (свободная нога вперед, назад, в сторону, с наклонами туловища), на колене, на полу и на слегка повышенной опоре;</p> <p>6.1.3.8 выполнять упражнения на повороты туловища: сохранять устойчивость в движении, повороты выполнять на одной или двух ногах на 180, 360 градусов и более, усвоенные повороты соединить с равновесиями и танцевальными шагами;</p> <p>6.1.3.8 выполнять смешанные упражнения - двигательные действия, завершающиеся устойчивым статическим положением;</p> <p>6.1.3.9 освоить приземление после различных прыжков, сохранение равновесия после выполнения поворотов, приседаний, наклонов;</p> <p>6.1.3.10 выполнять упражнения с гимнастическими предметами – обручами, кеглями, мячом;</p> <p>6.1.3.11 выполнять упражнения под музыкальное сопровождение спокойного характера, не очень громкое, темп медленный или умеренно-медленный, в высоком и среднем регистре</p>
	1.4 Упражнения степ-аэробики	<p>6.1.4.1 выполнять упражнения степ-аэробики: упражнения на координацию движений на степе (платформе);</p> <p>6.1.4.2 выполнять Basic-step – «базовый шаг» на платформе, чередование левой и правой ног;</p> <p>6.1.4.3 выполнять V-step – «ви-шаги» на платформе, с хлопками, на степе вправо, на степе влево;</p> <p>6.1.4.4 выполнять Top-up – «верхнее касание», шаги на платформе;</p> <p>6.1.4.5 выполнять Lift-step – шаг с подъемом колена на степе;</p> <p>приставные шаги на степе;</p>
2. Упражнения с музыкальными инструментами	2.1 Упражнения на ударных инструментах	<p>6.2.1.1 передавать ритм при помощи ударных инструментов;</p> <p>6.2.1.2 передавать на музыкальных инструментах основной ритм знакомой песни;</p> <p>6.2.1.3 определять по заданному ритму мелодии знакомой песни;</p> <p>6.2.1.4 разучивать ритм несложных музыкальных фраз из знакомых песен и попевок;</p>
	2.2 Упражнения на клавишных инструментах	<p>6.2.2.1 различать высокие и низкие звуки в контрастных регистрах и переход из одного регистра в другой (вверх-вниз);</p> <p>6.2.2.2 исполнять на пианино гаммы двумя руками одновременно в пределах до<sup>1</sup> – си<sup>1</sup>;</p>

		<p>6.2.2.3 продолжить обучение игре на клавишных музыкальных инструментах по цифровой системе;</p> <p>6.2.2.4 исполнять 2-3 несложных песен или попевок на музыкальном инструменте с использованием цифровой системы;</p> <p>6.2.2.5 импровизировать на музыкальных инструментах в соответствии с заданным ритмом;</p>
3. Танцевальные упражнения	3.1 Элементы народного танца	<p>6.3.1.1 различать основные характерные движения некоторых народных танцев, уметь красиво и выразительно двигаться в танце;</p> <p>6.3.1.2 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни;</p> <p>6.3.1.3 правильно и красиво танцевать на утренниках, активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы;</p>
	3.2 Элементы бального танца	<p>6.3.2.1 знать историю появления основных бальных танцев: вальс, танго, самба, ча-ча-ча, румба;</p> <p>6.3.2.2 повторять и закреплять основные характерные движения некоторых бальных танцев, разученных в 5 классе;</p> <p>6.3.2.3 выполнять медленные плавные движения танго в паре (музыкальный размер 2/4);</p> <p>6.3.2.4 выполнять упражнения на выработку характерных для латиноамериканских танцев пружинящих движений; исполнять латиноамериканские бальные танцы «Самба», «Ча-ча-ча»;</p> <p>6.3.2.6 эмоционально выразить настроение музыкального сопровождения танца: вальс, танго, самба;</p> <p>6.3.2.7 создавать художественный образ танца посредством ритмически четкой и выразительной смены движений;</p> <p>6.3.2.8 использовать полученные на уроках коррекционной ритмики умения и навыки в повседневной жизни</p> <p>6.3.2.9 активно участвовать в художественной самодеятельности класса и школы;</p>
	3.3 Элементы современного танца	<p>6.3.3.1 правильно определять танец по музыкальному сопровождению, находить нужный темп и движения танца, отмечать в движении метр, ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз;</p> <p>6.3.3.2 по мере усвоения предлагаемых элементов добавлять новые, упражнения усложнять, выполнять в движении, повышать темп, увеличивать амплитуду</p>

		<p>движений;</p> <p>6.3.3.3 выполнять элементы современных танцев в стиле «диско»;</p> <p>6.3.3.4 исполнять танцы, имеющие зафиксированную (заранее определенную) последовательность движений;</p> <p>6.3.3.5 исполнять танцы, отличающиеся свободным построением;</p> <p>6.3.3.6 проявлять творческую самостоятельность и эмоциональное самовыражение при исполнении танцев</p>
--	--	--