

МКОУ «ВТОРОКАМЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Принято на педагогическом
совете

МКОУ «Второкаменская СОШ»

Протокол № 01 от 30.08.2024г

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы



Шейна Л.Л.

Приказ № 41/1 от 30.08.2024г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ

5-9 класс (вариант 1)

КОРРЕКЦИОННЫЙ КУРС

«РИТМИКА»

Составитель: Достовалова Е.А.

учитель физической культуры

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в коррекционно-развивающей области.

Обучение ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

При составлении рабочей программы использовался учебно-методический комплекс, включающий:

1. Власенко, О.П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. Затымина, Т. А., Стрепетова, Л. В. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. - М.:Издательство «Глобус», 2009.
3. Касицина, М. А., Бородина, И. Г. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми с нарушением интеллекта. – М.: Изд-во «Гном» и Д, 2007.
4. Коррекционная ритмика / Под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина. – Москва, 2007.
5. Михайлова, М.А., Воронина, Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - М., 2001.

6. Музыкальная ритмика / Под ред. Т. А. Затымина, Л. В. Стрепетова. - М.: «Глобус», 2009.

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

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

Достижение поставленной цели обеспечивается решением следующих **задач**:

- развивать умение слушать музыку, выполнять под музыку различные движения, в том числе и танцевальные, с речевым сопровождением и пением;

- развивать координацию движений, чувства ритма, темпа, корригировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;

- прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;

- овладевать музыкально-ритмической деятельностью, в разных ее видах (ритмическая шагистика, ритмическая гимнастика, танец, пластика);

- усваивать основы специальных знаний из области сценического движения (пластический тренинг, музыкально - ритмические рисунки, импровизации);

- овладевать различными формами движения: выполнение с музыкальным сопровождением ходьбы, бега, гимнастических и танцевальных упражнений;

- формировать и совершенствовать двигательные навыки, обеспечивающие развитие мышечного чувства, пространственных ориентировок и координации, четкости и точности движений;

- корректировать имеющихся отклонений в физическом развитии: нормализация мышечного тонуса, снятие неестественного напряжения мышц;
- формировать правильную осанку;
- развивать мышечную память, творческое воображение, мышление;
- развивать эстетический вкус, эмоциональное и физическое благополучие.

2. Общая характеристика коррекционного курса

Коррекционно-развивающая работа предусматривает организацию и проведение занятий, способствующих развитию общей и речевой моторики, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья. Формированию навыков здорового образа жизни у обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), коррекции недостатков в психическом и физическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) часто наблюдается нарушение двигательных функций.

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

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально-ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно

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

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды. Основным принципом построения ритмики является тесная связь движений и музыки, где организующим началом выступают музыка, ритм. Развитие движений в сочетании с музыкой и словом представляет целостный коррекционно-воспитательный процесс.

Коррекция нарушенных функций и дальнейшее развитие сохранных требуют от обучающегося собранности, внимания, конкретности представлений, развития памяти – эмоциональной, зрительной, образной (при восприятии образца движений), словесно-логической (при осмыслении задач и запоминании последовательности выполнения движений под музыку), двигательно-моторной (двигательно-мышечные ощущения), произвольной (связанной с самостоятельным выполнением упражнений). Специфические средства воздействия являются основой формирования универсальных учебных действий: обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять разнообразные движения, петь, танцевать.

3. Описание коррекционного курса в учебном плане

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Ритмика» обозначен как коррекционный курс, что подчеркивает его особое значение в

системе образования детей с ограниченными возможностями здоровья. На его изучение в 5-9 классах отведено по 34 часа (1 час в неделю).

4. Личностные и предметные результаты освоения коррекционного курса

Планируемые личностные результаты освоения коррекционного курса

«Ритмика»:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину посредством народных музыкальных произведений;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 5) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 6) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 7) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 9) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 10) формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- 11) формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;

12) оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо);

13) развитие чувства коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств средствами ритмики;

14) реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку;

15) формирование позитивной самооценки своих музыкально - творческих возможностей.

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 5 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none">– иметь представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;– знать основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение;– уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;– различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;– отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;– различать основные характерные движения некоторых народных танцев.	<ul style="list-style-type: none">– знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;– уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;– знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;– уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.– развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение;– повторять любой ритм, заданный учителем.

**Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса
«Ритмика» на конец обучения в 6 классе:**

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none"> – уметь принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения; – организованно строиться (быстро, точно); – сохранять правильную дистанцию в колонне парами; – самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам; – соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе; – легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения; – ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями. 	<ul style="list-style-type: none"> – уметь рассчитывать на первый, второй; – соблюдать правильную дистанцию в колонне по три; – самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой; – ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями; – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.; – самостоятельно передавать хлопками более сложный ритмический рисунок мелодии; – повторять любой ритм, заданный учителем; – задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 7 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none"> – уметь рассчитывать на первый, второй, третий; – соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах; – самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь 	<ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; – четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; – отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и

<p>музыкой;</p> <ul style="list-style-type: none"> – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.; – передавать хлопками ритмический рисунок мелодии; – уметь определять музыкальные жанры: танец, марш, песня. – повторять любой ритм, заданный учителем; – задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами). 	<ul style="list-style-type: none"> самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; – четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; – владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышцтуловища; – различать основные характерные движения некоторых народных танцев. – передавать хлопками ритмический рисунок мелодии.
---	--

Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса «Ритмика» на конец обучения в 8 классе:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none"> – уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; – различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; – отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; – различать основные характерные движения некоторых народных танцев; – выполнять ритмические комбинации движений на уровне 	<ul style="list-style-type: none"> – знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; – уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг; – знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций; – знать правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя; – самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и

возможностей обучающихся; понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка).	темпа движений, руководствуясь музыкой; – уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах.
---	--

**Планируемые предметные результаты освоения коррекционного курса
«Ритмика» на конец обучения в 9 классе:**

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none"> – уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка; – различать двухчастную и трехчастную форму в музыке; – знать основные строевые команды; – делать подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; – отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски; – различать основные характерные движения некоторых народных танцев; – выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд. 	<ul style="list-style-type: none"> – выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне; – подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений; – знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений; – уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг; – знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций; – соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах; – задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения; – ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями; – передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т. д.

Система оценки достижений

Во время обучения целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу учеников, используя только качественную оценку. При этом не является принципиально важным, насколько обучающийся продвигается в освоении того или иного коррекционного курса. Центральным результатом обучения является проявление значимых предпосылок учебной деятельности, одной из которых является способность ее осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определенной долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассников. Такая оценка деятельности ребенка дается в словесной форме и носит преимущественно характер поощрения, похвалы. Это не включает возможности отметить те или иные негативные стороны в работе ученика. Однако во всех случаях оценка дается доброжелательным тоном и несет положительный стимул к дальнейшей работе ученика. Важно, чтобы все замечания и указания учителя аргументированы на языке, доступном пониманию ребенка.

В целом оценка достижения обучающимися с умственной отсталостью предметных результатов базируется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения выполняют коррекционно-развивающую функцию, поскольку они играют определенную роль в становлении личности ученика и овладении им социального опыта.

5. Содержание коррекционного курса

Программа по курсу коррекционно-развивающей области «Ритмика» позволяет учитывать особые образовательные потребности детей посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Ритмико-гимнастические упражнения»,

«Танцевальные упражнения», «Упражнения с детскими музыкальными инструментами», «Игры под музыку».

Упражнения на ориентировку в пространстве. Правильное исходное положение. Ходьба и бег (с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка). 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.

Ритмико–гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полу пальцы. Упражнения на выработку осанки. *Упражнения на координацию движений.* Перекрестное поднятие и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). Одновременные движения правой руки вверх, левой — в сторону; правой руки — вперед, левой — вверх. Выставление левой ноги вперед, правой руки — перед собой; правой ноги — в сторону, левой руки — в сторону и т. д. Изучение позиций рук: смена позиций рук отдельно каждой и обеими одновременно; провожать движение руки головой, взглядом. Отстукивание, прохлопывание, протопывание простых ритмических рисунков. *Упражнение на расслабление мышц.* Подняв руки в стороны и слегка наклонившись вперед, по сигналу учителя или акценту в музыке уронить руки вниз; быстрым, непрерывным движением предплечья свободно потрясти кистями (имитация отряхивания воды с пальцев); подняв плечи как можно выше, дать им свободно опуститься в нормальное положение. Свободное

круговое движение рук. Перенесение тяжести тела с пяток на носки и обратно, с одной ноги на другую (маятник).

Танцевальные упражнения. Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

Упражнения с музыкальными инструментами. Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

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

Особенности методики преподавания предмета.

Организация, построение, содержание, коррекционная направленность занятий ритмикой для детей с умственной отсталостью обуславливаются

структурой нарушений детей данной категории, где присутствуют отклонения в психических функциях, эмоционально-волевой сфере, моторике. В связи с этим в занятия по ритмике включаются такие направления, как:

- коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного);
- коррекция эмоционально-волевой сферы, где дети овладевают «языком выразительных движений», умением передавать различные эмоциональные состояния (радости, нежности, печали, удивления и т.д.), учатся снимать психоэмоциональное напряжение, приобретают навыки невербальной коммуникации, адекватного группового поведения;
- коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий;
- развитие согласованности движений и речи, проявляющееся в упражнениях с предметами и без них, с пением, с образными движениями.

Методы и формы обучения, используемые современные образовательные технологии.

Методы ведения учебных занятий курса различны и зависят от вида проведения, как урока, так и его части, и могут быть следующими:

- Словесные: рассказ, объяснение, пояснения, указание, разъяснения, оценка.
- Практические: показ учителя, совместное выполнение данного движения, индивидуальная работа учащихся, коллективная работа всем классом.
- Интегрированные: сочетание восприятия с музыкой и художественным словом; использование аудио-, кино-, фотоматериалов.
- Заучивание считалок, попевок, песен, проговаривание отдельных слов и

предложений.

- Игровые ситуации, имитационные движения, упражнения.

Формы занятий:

- ритмопластика и ритмическая гимнастика;
- логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
- психогимнастика под музыку;
- корригирующие игры с пением;
- коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
- коммуникативные танцы;
- хореографические этюды с предметами и без предметов;
- элементы музицирования;
- импровизация;
- ритмический диктант;

6. Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Название раздела, тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	9	
1	Упражнения: самостоятельно занимает правильное исходное положение.	1	Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен.
2	Танцевальные движения: элементы русской пляски: простой хороводный шаг,	1	Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.
3	Танец «Круговой галоп».	1	Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
4	Игра под музыку «Кот и мыши».	1	
5	Упражнения: выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен.	1	

6	Танцевальные движения: термины, определяющие характер музыки-напевная, ненастная.	1	Двигаются по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
7	Танец «Травушка-муравушка».	1	Выполняют простые шаги, шаги на носках.
8	Игра под музыку «Салки».	1	Сочетают движения с хлопками.
9	Упражнения с музыкальными инструментами: понятиями ансамбль, оркестр,	1	Выполняют по показу учителя упражнения для формирования пространственных представлений.
2	Ритмико-гимнастические упражнения	7	
10	Упражнения: начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок.	1	Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.
11	Танцевальные движения: элементы русской пляски: подбоченившись двумя руками,	1	Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).
12	Танец «Полька».	1	Выставят правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение.
13	Игра под музыку «Мы мороза не боимся».	1	Выполняют ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями.
14	Упражнения: выставить правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Игра под музыку «Гори ясно».	1	
15	Танцевальные движения: термины, определяющие характер музыки – задорная, игривая.	1	
16	Танец «Пестрый колпачок».	1	
3	Танцевальные упражнения	5	
17	Упражнения: выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки. Игра под музыку «Пустое место».	1	Изучает базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов).
18	Танцевальные движения:	1	Выполняет элементы русской

	термины, определяющие характер музыки – плавная, ласковая.		пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.
19	Танец «Ты не бойся, мама!».	1	Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.
20	Упражнения: ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга	1	
21	Танцевальные движения: термины, определяющие характер музыки – нежная, спокойная.	1	
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	5	
22	Танец «Я буду капитаном». Игра под музыку «Мяч в воздухе».	1	Оперировать понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов;
23	Упражнения: двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.	1	ритмично и чётко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и ложках.
24	Танцевальные движения: термины, определяющие характер музыки – плачущая, тоскливая.	1	
25	Танец «Огонек в горах» Игра под музыку «Вороны и воробьи».	1	
26	Упражнения с музыкальными инструментами: отстукивает простые ритмические рисунки на ложках.	1	
5	Игры под музыку.	8	
27	Упражнения: выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами.	1	Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации
28	Танцевальные движения: притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.	1	

29	Русский народный танец «Ой, по - над Волгой».	1	столкновения интересов. Различает характер музыки. Передаёт притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передаёт в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.
30	Игра под музыку «Вертушки».	1	
31	Упражнения: выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево Игра под музыку «Лиса и куры».	1	
32	Танцевальные движения: элементы русской пляски: шаг на всей ступне.	1	
33	Танец «Дорога добра».	1	
34	Упражнения с музыкальными инструментами: отстукивает простые ритмические рисунки на барабане	1	
Итого:		34	

6 класс

№ п/п	Название раздела, тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	8	
1	Упражнения: самостоятельно занимает правильное исходное положение.	1	Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
2	Упражнения ритмической гимнастики: короткой скакалкой, гимнастической палкой.	1	
3	Упражнения: изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
4	Танцы «Травушка-муравушка», «Полька».	1	
5	Упражнения ритмической гимнастики: короткой скакалкой, гимнастической палкой.	1	

6	Танцевальные движения: полуприседания, упражнения для ступни.	1	Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Чижи в клетке», «Кот и мыши».	1	
8	Упражнения ритмической гимнастики: без предметов, короткой скакалкой.	1	
2	Ритмико-гимнастические упражнения	8	
9	Упражнения: начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок.	1	Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево. Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полу пальцы.
10	Упражнения: ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1	
11	Танцевальные упражнения: выставление ноги на носок.	1	
12	Упражнения ритмической гимнастики: гимнастической палкой.	1	
13	Упражнения ритмической гимнастики: короткой скакалкой.	1	
14	Танец «Наездники» (прямой галоп).	1	
15	Танец «Круговой галоп».	1	
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Салки», «Руки на стену».	1	
3	Танцевальные упражнения	6	
17	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Два Мороза»	1	Изучает базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек —
18	Упражнения ритмической гимнастики: к короткой скакалкой, гимнастической палкой.	1	
19	Упражнение на связь движений с музыкой: смена направления движения с началом каждой	1	

	музыкальной фразы.		движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.
20	Упражнения: изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.
21	Упражнения: протопывание ритмических рисунков	1	
22	Упражнение на связь движений с музыкой: смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	6	
23	Упражнения ритмической гимнастики: без предметов, с мячом.	1	Оперировать понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов;
24	Элементы танцев: хороводный шаг, шаг польки.	1	ритмично и чётко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и ложках.
25	Танцы: «Травушка-муравушка», «Полька».	1	
26	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Пустое место», «Мяч в воздухе», «Вороны и воробьи».	1	
27	Упражнения: притопы одной ногой и поочередно	1	
28	Специальные ритмические упражнения: ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
5	Игры под музыку.	6	
29	Упражнения ритмической гимнастики: гимнастической палкой.	1	Умение различать характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).
30	Упражнения ритмической гимнастики: без предметов.	1	
31	Подготовительные упражнения к танцам: вставание на полупальцы.	1	
32	Подготовительные упражнения к танцам: повторные три притопа.	1	
33	Танец «Полька».	1	

34	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Космонавты».	1	Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.
	Итого:	34	

7 класс

№ п/п	Название раздела, тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	5	
1	Упражнения: ходьба с чередованием (приседанием).	1	Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
2	Дыхательные и релаксирующие упражнения.	1	
3	Упражнения с мячом.	1	
4	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
5	Марш по периметру зала.	1	
2	Ритмико-гимнастические упражнения	8	
6	Упражнения с мячом.	1	Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выставлять правую и
7	Упражнения с скакалкой.	1	
8	Упражнения гимнастической палкой.	1	
9	Релаксирующие упражнения.	1	
10	Подвижные игры с мячом.	1	
11	Игра «Я знаю пять названий».	1	
12	Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки»	1	
13	Игра «Секретное задание».	1	

			левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение
3	Танцевальные упражнения	8	
14	Прохлопывание ритма песен.	1	Знакомство с танцевальными движениями.
15	Передача характера музыки в движении.	1	Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах.
16	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1	Подпрыгивание на двух ногах.
17	Подвижные игры с мячом.	1	Прямой галоп. Маховые движения рук.
18	Подготовительные упражнения к танцам: повторные три притопа, подскоки.	1	Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.
19	Разучивание элементов танца «Полька»	1	
20	Танец «Полька».	1	Инсценировка музыкальных песен.
21	Инсценировка песни.	1	
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	7	
22	Маршировка и пение.	1	Оперировать понятиями ансамбль, оркестр,
23	Отработка маршевого шага.	1	отсроченное движение (канон); названия новых элементов танца и танцевальных шагов;
24	Марш с перестроением в колонну подвое.	1	ритмично и чётко выполняет гимнастические упражнения с предметами. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и ложках.
25	Упражнения на координацию движений.	1	
26	Игра «Соседи».	1	
27	Танцевальные элементы «Увезу тебя я в тундру».	1	
28	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра «Мяч в воздухе»	1	
5	Игры под музыку.	6	
29	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра «Отбивай мяч».	1	Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со
30	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1	
31	Подготовительные упражнения к танцам: вставание на полупальцы.	1	

32	Упражнения: без предметов.	1	сменной частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.
33	Упражнения: ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
34	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы.	1	
Итого:		34	

8 класс

№ п/п	Название раздела, тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	6	
1	Упражнения: ходьба разным шагом.	1	Самостоятельно занимает правильное исходное положение.
2	Упражнения: наклоны, повороты и круговые движения головы	1	Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен.
3	Упражнения: чередование видов ходьбы.	1	Выполняет перестроение в круг из шеренги, в колонны по два, по три, цепочки.
4	Танцевальные движения: элементы хороводного танца	1	Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
5	Упражнения: построение в колонны по два, по три.	1	
6	Игры под музыку «Холодно-горячо», «Вороны и воробьи».	1	
2	Ритмико-гимнастические упражнения	8	
7	Упражнения: движения рук в разных направлениях	1	Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать
8	Упражнения на координацию движений: одновременные движения рук и ног.	1	

9	Упражнения: перестроение из одного круга в два, три круга	1	в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево. Выставлять правую и левую ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение
10	Упражнения на координацию движений: круговые движения ног и рук.	1	
11	Танцевальные движения: шаг на носках	1	
12	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1	
13	Игры под музыку «Поехали – поехали», «Космонавты»	1	
14	Упражнения на расслабление мышц.	1	
3	Танцевальные упражнения	8	
15	Упражнения: поднимание на носках и приседание	1	
16	Упражнения: движения и повороты туловища	1	
17	Упражнения на координацию движений: упражнения с предметами	1	
18	Танцевальные упражнения: одновременное прохлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков.	1	
19	Элементы танца «Наездники» (прямой галоп).	1	
20	Танцевальные упражнения: ускорение и замедление темпа движений	1	
21	Танец «Наездники»	1	
22	Игры под музыку «Охотники и утки», «Вороны и воробьи»	1	
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	7	
23	Координационные движения, регулируемые музыкой.	1	Оперировать понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение
24	Исполнение различных	1	

	ритмов на барабане и бубне.		(канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов;
25	Передача основного ритма знакомой песни.	1	танцевальных шагов;
26	Танцевальные упражнения: шаг польки	1	ритмично и чётко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и бубне.
27	Танцевальные движения: перестроение из одного круга в концентрические круги	1	
28	Танцевальные движения: перестроение из кругов в звездочки и карусели	1	
29	Танец «Полька»	1	
5	Игры под музыку.	5	
30	Игра «Море волнуется»	1	Передавать образ при инсценировке песни. Различает характер музыки. Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.
31	Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки»	1	
32	Смена ролей в импровизации.	1	
33	Разучивание элементов русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы	1	
34	Игры «Я знаю пять названий», «Покажи жеста» (пантомима)	1	
	Итого:	34	

9 класс

№ п/п	Название раздела, тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	6	
1	Упражнения: с мячом, со скакалкой.	1	Самостоятельно занимает правильное исходное

2	Подвижные игры с мячом.	1	положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
3	Отработка маршевого шага.	1	
4	Упражнения на координацию движений.	1	
5	Маршировка и пение.	1	
6	Игра под музыку «Я знаю пять названий», «Пустое место».	1	
2	Ритмико-гимнастические упражнения	8	
7	Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выставлять правую и левую ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение
8	Упражнения: смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
9	Упражнения и игры со скакалкой	1	
10	Танцевальные движения: повторные три притопа.	1	
11	Танцевальные движения: Вставание на полу пальцы.	1	
12	Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов)	1	
13	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: салки, руки на стену.	1	
14	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Мяч в воздухе», «Отбей мяч»	1	
3	Танцевальные упражнения	8	
15	Танцевальные упражнения: выставление ноги на носок.	1	
16	Упражнения на связь	1	

	движений с музыкой.		музыки (5-6 терминов).
17	Элемент танца. «Хороводный шаг».	1	Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками
18	Танцевальные упражнения на координацию движений	1	(для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.
19	Танец «Хоровод».	1	Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.
20	Инсценировка песни.	1	
21	Подвижные игры с мячом.	1	
22	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Вороны и воробьи», «Охотники и утки».	1	
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	7	
23	Координационные движения, регулируемые музыкой.	1	Оперировать понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов; ритмично и чётко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на $\frac{3}{4}$ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и ложках.
24	Исполнение различных ритмов на барабане и ложках.	1	
25	Передача основного ритма знакомой песни.	1	
26	Упражнения с гимнастической палкой и без предметов	1	
27	Марш по периметру зала, отработка поворотов	1	
28	Разучивание музыкальной игры «Лавата»	1	
29	Прохлопывание ритма песен	1	
5	Игры под музыку.	5	
30	Марш с перестроением в колонну по одному, по двое.	1	Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности.
31	Игры «Через границу», «Соседи».Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки».	1	Различает характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резке
32	Движения в парах. Игра «Море волнуется».Игра «Одиннадцать».	1	
33	Игры «Я знаю пять названий», «Кошки-мышки». Упражнения с мячом в кругу	1	

34	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Лиса и куры»	1	акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы. Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.
	Итого:	34	

а. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденная приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

Методическая литература

1. Власенко, О. П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников в коррекционных классах. - Волгоград: Учитель, 2007.-111с.
2. Медведева, Е.А. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика. - Москва, 2002.
3. Уроки ритмики в коррекционной школе 1-4 класс.- Волгоград «Учитель», 2006.
4. Фирилева, Ж.Е., Сайкина, Е.Г. Танцевально - игровая гимнастика для детей. Учебно-методическое пособие для педагогов дошкольных и школьных учреждений. - СПб. «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2000.
5. Зарецкая Н.В., Роот З. Я. Танцы в детском саду.- М.: Айрис-пресс, 2003.-112с.
6. Коррекционная ритмика / Под ред. М. А. Касицына, И. Г. Бородина. – Москва, 2007.
7. Музыкальная ритмика / Под ред. Т. А. Зятямина, Л. В. Стрепетова.- М.: «Глобус», 2009.
8. Зятямина, Т. А., Стрепетова, Л. В. Музыкальная ритмика: учебно-методическое

пособие. - М.: Издательство «Глобус», 2009.

Дополнительная литература для учителя и учащихся:

1. Буренина, А. И. Ритмическая мозаика.- СПб.; ЛОИРО, 2000. – 220 с.
2. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей. – Ростов н/Д; Феникс, 2003.-224с.
3. Михайлова, М. А., Воронина, Н. В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000.-112 с.
4. Михайлова, М. А., Горбина, Е. В. Поём, играем, танцуем дома и в саду.- Ярославль: «Академия развития», 1998.- 240с.
5. Петрова, Т. И., Сергеева, Е. Л., Петрова, Е. С. Театрализованные игры в детском саду.- М. : Издательство « Школьная Пресса», 2000.
6. Чурилова, Э. Методика и организация театрализованной деятельности дошкольников и младших школьников: Программа и репертуар.- М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.- 160 с.

Материально-техническое обеспечение:

- технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка);
- музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры),
- детские музыкальные инструменты: трещотки, колокольчик, треугольник, барабан, бубен, маракасы, кастаньеты, металлофоны ксилофоны; свистульки, деревянные ложки;
- дидактическое оборудование: обручи, мячи, флажки, скакалки, ленты; дождики, шары, обручи.

Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики
<http://moi-sat.ru>
- Социальная сеть работников образования
<http://nsportal.ru/site/all/sites>

- Учительский портал <http://www.uchportal.ru>
- Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>