

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №38 с углубленным
изучением отдельных предметов»

«Рассмотрено»
На заседании
педагогического
совета Протокол №1
От 22.08.2024 г.



Рабочая программа
Коррекционного курса
«Ритмика»
на уровне основного общего образования
для детей с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями);
ФАООП образования обучающихся с
легкой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями).

Составитель: Перова Алиса
Учитель физической культуры

Барнаул, 2024

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. Зятямина, 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. Зяткина, 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, корректировать общую и речевую моторику, пространственную ориентировку;

– прививать навыки участия в коллективной творческой деятельности;

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

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

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

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

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

2. Общая характеристика коррекционного курса

Коррекционно-развивающая работа предусматривает организацию и проведение занятий, способствующих 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; – организовано 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 мало контрастными 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 ритмодноклассникам 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 мышц туловища; – 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 обучающихс я;понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихаямузыка).	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 малокоонтрастными 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 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 вверх, левая вниз). 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.
2	Танцевальные движения: элементы русской пляски: простой хороводный шаг,	1	Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием
3	Танец «Круговой галоп».	1	
4	Игра под музыку «Кот и мыши».	1	Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в
5	Упражнения: выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен.	1	

			разных направлениях, не мешая друг другу.
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.
11	Танцевальные движения: элементы русской пляски: подбоченившись двумя руками,	1	Выполняет наклоны,
12	Танец «Полька».	1	выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.
13	Игра под музыку «Мы мороза не боимся».	1	Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами.
14	Упражнения: выставлять правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение. Игра под музыку «Гори ясно».	1	Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево(класть и поднимать предметы перед собой и сбоку).
15	Танцевальные движения: термины, определяющие характер музыки – задорная, игривая.	1	Выставлять правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение.
16	Танец «Пестрый колпачок».	1	Выполняют ходьбу в различном темпе с различными исходными положениями.

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). 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 учител я. Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.
18	Танцевальные движения:	1	
	термины, определяющие характер музыки – плавная, ласковая.		
19	Танец «Ты не бойся, мама!».	1	
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; 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 музыкальны е инструменты. Отстукивает простые
23	Упражнения: двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.	1	
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 просты ритмические рисунки на	1	

	ложках.		ритмические рисунки на барабане и ложках.
5	Игры под музыку.	8	
27	Упражнения: выполняе тупражнения 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
28	Танцевальные движения: притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.	1	позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения
29	Русский народный танец «Ой, по - над Волгой».	1	интересо в.Различает характер музыки.
30	Игра под музыку «Вертушки».	1	Передаётпритопами, хлопками и другими движениями резке акценты в
31	Упражнения: выполняе т наклоны и повороты туловища вправо, влево Игра под музыку «Лиса и куры».	1	музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение
32	Танцевальные движения: элементы русской пляски: шаг на всей ступне.	1	транспорта, деятельность человека).
33	Танец «Дорога добра».	1	Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.
34	Упражнения с музыкальными инструментами: отстукивает простые ритмические рисунки на барабане	1	
	Итого:	34	

6.6.6

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.
2	Упражнения ритмической гимнастики: короткой скакалкой, гимнастической палкой.	1	Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен.
3	Упражнения: изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.
4	Танцы «Травушка-муравушка», «Полька».	1	Ориентируется в направлении движения вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
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.
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Чижи в клетке», «Кот имыши».	1	Ориентируется в направлении движения вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
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 плечам и («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты).
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	Наклоны и повороты туловища вправо, влево. Приседания с

13	Упражнения ритмической гимнастики: короткой скакалкой.	1	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.
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; термин ы, определяющие характер музыки (5-6 терминов). 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. Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.
18	Упражнения ритмической гимнастики: короткой скакалкой, гимнастической палкой.	1	
19	Упражнение на связь движений с музыкой: смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	
20	Упражнения: изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1	
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,

24	Элементы танцев: хороводный шаг, шаг польки.	1	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.	
25	Танцы: «Травушка-муравушка», «Полька».	1		
26	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры: «Пустое место», «Мяч в воздухе», «Вороны и воробы».	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, транспорт, 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		
	Итого:	34		

6.6.7

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.
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	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	Упражнения с скакалкой.	1	
8	Упражнения с 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	
			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
3	Танцевальные упражнения	8	

14	Прохлопывание ритма песен.	1	Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.	
15	Передача характера музыки в движении.	1		
16	Упражнения с мячом под стихотворный текст и под музыку.	1		
17	Подвижные игры с мячом.	1		
18	Подготовительные упражнения к танцам: повторные три притопа, подскоки.	1		
19	Разучивание элементов танца «Полька»	1		
20	Танец «Полька».	1		
21	Инсценировка песни.	1	Инсценировка музыкальных песен.	
4	Упражнения с детскими музыкальными инструментами	7		
22	Маршировка и пение.	1	Оперировать понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); названия новых элементов танца и танцевальных шагов; ритмично и четко выполняет гимнастические упражнения с предметами. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и ложках.	
23	Отработка маршевого шага.	1		
24	Марш с перестроением в колонну подвое.	1		
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
30	Подвижная музыкально-ритмическая и речевая игра. «Вороны и воробьи».	1		

31	Подготовительные упражнения к танцам: вставание на полупальцы.	1	орисунка, 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 элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением.
32	Упражнения: без предметов.	1	
33	Упражнения: ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1	
34	Разучивание элементов в русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы.	1	
Итого:		34	

6.6.8

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. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, в колонны по два, по три, цепочки. Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
2	Упражнения: наклоны, повороты и круговые движения головы	1	
3	Упражнения: чередование видов ходьбы.	1	
4	Танцевальные движения: элементы хороводного танца	1	
5	Упражнения: построение в колонны по два, по три.	1	
6	Игры под музыку «Холодно-горячо», «Вороны и воробы».	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 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, висходное положение	
8	Упражнения на координацию движений: одновременные движения рук и ног.	1		
9	Упражнения: перестроение из одного круга в два, три круга	1		
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		Изучает базовые движения аэробики; термин ы, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку. Пружинные движения, плавные, спокойны е. Самостоятельно ускорять, замедлять темп упражнений. Выразительно и эмоционально
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	передает в движениях игровые образы. Выполняет движения с пением.
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 ритмов на барабане и бубне.	1	(канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов;
25	Передача основного ритма знакомой песни.	1	ритмично и четко 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.
26	Танцевальные упражнения: шаг польки	1	
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, шагна всей ступне,
31	Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки»	1	
32	Смена ролей в импровизации.	1	подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с
33	Разучивание элементов в русского хоровода: мелкий шаг на носочках, движения руками во время ходьбы	1	

34	Игры «Я знаю пять названий», «Покажи жестами» (пантомима)	1	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.
	Итого:	34	

6.6.9

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 положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.
2	Подвижные игры с мячом.	1	
3	Отработка маршевого шага.	1	
4	Упражнения на координацию движений.	1	Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
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
8	Упражнения: смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1	

9	Упражнения и игры со скакалкой	1	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	
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 счетов)	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	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 — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняет притопы одной ногой и поочередно, выставляет ногу с носка на пятку.	
16	Упражнения на связь движений с музыкой.	1		
17	Элемент танца. «Хороводный шаг».	1		
18	Танцевальные упражнения на координацию движений	1		
19	Танец «Хоровод».	1		
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		

24	Исполнение различных ритмов на барабане и ложках.	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.
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. Различает характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резкие акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы. Исполняет игры с пением и речевым сопровождением.
31	Игры «Через границу», «Соседи». Игра со скакалкой «Рыбак и рыбки».	1	
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	
	Итого:	34	

7.

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. Затымина, Л. В. Стрепетова.- М.: «Глобус», 2009.
- 8.Затымина,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>