

СОГБОУ «Вяземская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

<b>ПРИНЯТО</b> Педагогическим советом Протокол № 1 от «_30_» августа г.	<b>УТВЕРЖДЕНО</b> Приказ № _120_ от «_1_» сентября г.
--	---

**Адаптированная рабочая учебная программа  
По ФГОС УО (ИН) Вар.1  
по предмету  
«Ритмика»**

для обучающихся 1 -4 класса  
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Калашникова Н.Л.  
учитель высшей категории

2022г

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Ритмика» (вариант 1) разработана в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования и составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 19.12.2012;
- Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с интеллектуальными нарушениями, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2014;
- Адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) СОГБОУ «Вяземская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
- Учебным планом СОГБОУ Вяземская школа- интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» на 2022-2023 учебный год.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"»

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 ОВЗ средствами учебного предмета.

Цель предмета: исправление недостатков психического и физического развития детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

- развитие двигательной активности, как основы здорового образа жизни, укрепление физического и психического здоровья детей.
- развитие общей и речевой моторики,
- эмоционально-волевое развитие учащихся,
- воспитание нравственности, дружелюбия, дисциплинированности, чувства долга, коллективизма, организованности.

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

Преподавание ритмики в коррекционной школе VIII вида обусловлено необходимостью осуществления коррекции нервно-психических процессов, поведения, личностных реакций, эмоционально-волевых качеств и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Ведущей ролью коррекционно-развивающего обучения данному предмету является не объем усвоенных знаний и умений, а гармоничное развитие личности умственно отсталого ребенка, дающее возможность реализации его способностей, подготовка ребенка к жизни, его психологическая и социальная адаптация.

***Связь содержания программы с учебными предметами.***

Во время занятий по ритмике дети учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах. Содержание обучения направлено на развитие и корригирование координации движений, моторики, пространственной ориентировки. Музыкальные и речевые сопровождения создают условия для развития речи учащихся, их эстетического воспитания. Ритмика имеет тесную связь и взаимодействие с такими предметами как: музыка, математика, чтение, окружающий мир.

Программа содержит 5 разделов:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве.
2. Ритмико-гимнастические упражнения.
3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами.

4. Игры под музыку.
5. Танцевальные упражнения.

### **Особенности реализации программы.**

*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:

1. коррекция психических функций, где средствами ритмики осуществляется коррекция внимания (его переключаемости, устойчивости, распределения), памяти (слуховой, зрительной), воображения (воссоздающего, творческого), восприятия (слухового, пространственного, зрительного);
2. 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;
3. коррекция моторной сферы, где ведется работа по развитию пластики тела, ритмичности, координации движений, ориентировки в пространстве, преодолению глобальных синкинезий;
4. 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:

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

Формы занятий:

1. ритмопластика и ритмическая гимнастика;
2. логоритмика (ритмо-речевые фонематические упражнения под музыку или шумовое ритмичное сопровождение);
3. психогимнастика под музыку;
4. корригирующие игры с пением;
5. коррекционные подвижные и пальчиковые игры;
6. коммуникативные танцы;
7. хореографические этюды с предметами и без предметов;
8. элементы музицирования;
9. импровизация;
10. ритмический диктант;

Во время проведения занятий используются здоровьесберегающие технологии: (уровневая дифференциация и индивидуализация, системность, поэтапность, релаксация, рациональное дыхание, конкретные, доступные для выполнения задачи, соотношение статического и динамического компонента урока. рациональность использования оптимального времени урока (3-25-я мин.), размещение учащихся в зале с учетом их особенностей здоровья (нарушения зрения, осанки, рост), активность и работоспособность учащихся на разных этапах урока. интерес к теме или уроку. распределение психической и физической нагрузки, облегченная одежда, проветривание, влажная уборка.

Все разновидности форм разнопланово пронизаны идеей координации и коррекции. Они стимулируют развитие точности, ловкости, реакции, эмоций, мимики, воспитывают ансамблевую слаженность, а психогимнастические упражнения под музыку корригируют нагрузку на эмоции и двигательную активность детей, развивают самоконтроль, самооценку, способствуют своевременному переключению ребенка с одного вида деятельности на другой.

### ***Режим и место проведения занятий.***

Рабочая программа рассчитана на четыре года изучения в начальной школе из расчета 1 час в неделю, всего – 135 часов

в 1 классе на 33 часа, 1 час в неделю, 33 учебных недели;

во 2 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

в 3 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели;

в 4 классе на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебных недели.

## **2. Содержание учебного предмета:**

### **1 класс**

#### **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 полупальцы. 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).

#### **Упражнения с детскими 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. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

### **Игры под музыку**

выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. Д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах, хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

### **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.

### **Основные формы организации учебных занятий:**

- вводный урок;
- урок формирования новых знаний;
- обобщающий;
- контрольный урок;
- урок формирования и закрепления умений и навыков;
- комбинированные;
- интегрированный урок;
- урок – сказка (может иметь различные формы: прослушивание, обсуждение, и некоторая доля театральности на уроке – ролевые задания);
- комплексный урок (включающий материал из разных областей искусства, не только музыкального);
- открытые уроки;
- урок – путешествие в прошлое, настоящее и будущее;
- урок – концерт;
- урок – игра (конкурсы, викторины, познавательные игры по слушанию музыки):

### **Основные виды учебной деятельности:**

- словесно образное объяснение;
- рассказ;
- беседа;
- ритмические упражнения;
- наглядный качественный показ;
- прослушивание ритма и темпа музыки;
- метод игровой мотивации (использование многочисленных игр, творческих заданий):

## **2 класс**

### **Упражнения на ориентировку в пространстве**

Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из

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

### **Ритмико-гимнастические упражнения**

Общеразвивающие упражнения. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднятие предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднятие согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднятие левой ноги, согнутой в колене, с одновременным поднятием и опусканием правой руки и т. Д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.

Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.

Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.

Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях

### **Игры под музыку**

Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

### **Танцевальные упражнения**

Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Пскоки с ноги на ногу, легкие пскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с пскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек). Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения

### **Основные формы организации учебных занятий:**

- вводный урок;
- урок формирования новых знаний;
- обобщающий;
- контрольный урок;
- урок формирования и закрепления умений и навыков;
- комбинированные;
- интегрированный урок
- урок – сказка (может иметь различные формы: прослушивание, обсуждение, и некоторая доля театральности на уроке – ролевые задания);
- комплексный урок (включающий материал из разных областей искусства, не только музыкального);
- открытые уроки;
- урок – путешествие в прошлое, настоящее и будущее;
- урок – концерт;
- урок – игра (конкурсы, викторины, познавательные игры по слушанию музыки):

### **Основные виды учебной деятельности:**

- Словесно образное объяснение;
- Рассказ;
- Беседа;
- Ритмические упражнения;
- Наглядный качественный показ;
- Прослушивание ритма и темпа музыки;
- Метод игровой мотивации (использование многочисленных игр, творческих заданий)

3 класс

### **Упражнения на ориентировку в пространстве**

Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.

Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

### **Ритмико-гимнастические упражнения**

Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с

одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.

Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.

Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

### **Упражнения с музыкальными инструментами**

Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.

Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

### **Игры под музыку**

Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, □лавне, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

### **Танцевальные упражнения**

Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

Танцы и пляски

### **Основные формы организации учебных занятий:**

- вводный урок;
- урок формирования новых знаний;
- обобщающий;
- контрольный урок;
- урок формирования и закрепления умений и навыков;
- комбинированные;
- интегрированный урок
- урок – сказка (может иметь различные формы: прослушивание, обсуждение, и некоторая доля театральности на уроке – ролевые задания);



- комплексный урок (включающий материал из разных областей искусства, не только музыкального);
- открытые уроки;
- урок – путешествие в прошлое, настоящее и будущее;
- урок – концерт;
- урок – игра (конкурсы, викторины, познавательные игры по слушанию музыки):

#### **Основные виды учебной деятельности:**

- Словесно образное объяснение;
- Рассказ;
- Беседа;
- Ритмические упражнения;
- Наглядный качественный показ;
- Прослушивание ритма и темпа музыки;
- Метод игровой мотивации (использование многочисленных игр, творческих заданий):

4 класс

#### **Упражнения на ориентировку в пространстве**

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

#### **Ритмико-гимнастические упражнения**

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.

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

Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).

То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

#### **Упражнения с детскими музыкальными инструментами**

Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.

Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

### **Игры под музыку**

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

### **Танцевальные упражнения**

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

#### **Основные формы организации учебных занятий:**

- вводный урок;
- урок формирования новых знаний;
- обобщающий;
- контрольный урок;
- урок формирования и закрепления умений и навыков;
- комбинированные;
- интегрированный урок
- урок – сказка (может иметь различные формы: прослушивание, обсуждение, и некоторая доля театральности на уроке – ролевые задания);
- комплексный урок (включающий материал из разных областей искусства, не только музыкального);
- открытые уроки;
- урок – путешествие в прошлое, настоящее и будущее;
- урок – концерт;
- урок – игра (конкурсы, викторины, познавательные игры по слушанию музыки):

#### **Основные виды учебной деятельности:**

- Словесно образное объяснение;
- Рассказ;
- Беседа;
- Ритмические упражнения;
- Наглядный качественный показ;
- Прослушивание ритма и темпа музыки;
- Метод игровой мотивации (использование многочисленных игр, творческих заданий):

### **3. Планируемые предметные результаты:**

#### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

- формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований;
- воспитывать уважение к своей семье, любовь к родителям;
- знакомить с профессиями учитель, воспитатель;
- освоить роль ученика;
- формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
- оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).

### **Мета предметные БУД:**

#### Регулятивные УУД:

- использовать в своей музыкально-ритмической деятельности простейшие музыкальные инструменты, предметы (флажки, игрушки);
- обнаружение ошибок при выполнении упражнений;
- видение красоты движений;
- выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека.

#### Познавательные УУД:

- использовать названия движений;
- технически правильное выполнение двигательных действий;
- составлять композиции танцевальных движений с помощью учителя.

#### Коммуникативные УУД:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности;
- участвовать в парных движениях;
- соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться;
- участвовать в диалоге на уроке.

### **Предметные БУД:**

- формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
- формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
- оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).

### **Предметных результатов:**

#### **1 класс**

<u>Минимальный уровень:</u>	<u>Достаточный уровень:</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное исходное положение (стоять прямо, не опускать голову, без лишнего напряжения в коленях и плечах, не сутулиться), равняться в шеренге, в колонне;</li> <li>- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;</li> <li>- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;</li> <li>- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь самостоятельно принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;</li> <li>- организованно строиться (быстро, точно);</li> <li>- сохранять правильную дистанцию в колонне парами;</li> <li>- самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;</li> <li>- соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;</li> <li>- легко, естественно и непринужденно</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;</li> <li>-выполнять игровые и плясовые движения;</li> <li>- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;</li> <li>начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>выполнять все игровые и плясовые движения;</li> <li>-ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.</li> </ul>
---	--

## 2 класс

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

## 3 класс

<p><u>Минимальный уровень:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь рассчитывать на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;</li> <li>- соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;</li> </ul>	<p><u>Достаточный уровень:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</li> <li>-четко различать двухчастную и трехчастную</li> </ul>
--	---

<p>- самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;</p> <p>-ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;</p> <p>-передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;</p> <p>-передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;</p> <p>-повторять любой ритм, заданный учителем;</p> <p>-задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).</p>	<p>форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;</p> <p>-отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз; четко, организованно самостоятельно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;</p> <p>-различать основные характерные движения некоторых народных танцев.</p>
--	--

#### 4 класс

<p><u>Минимальный уровень:</u></p> <p>-уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;</p> <p>-различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;</p> <p>-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;</p> <p>-различать основные характерные движения некоторых народных танцев.</p>	<p><u>Достаточный уровень:</u></p> <p>-знать основные позиции ног и рук, использовать их при выполнении упражнений;</p> <p>-уметь самостоятельно ориентироваться в пространстве, перестраиваться по требованию учителя в шеренгу, колонну, круг;</p> <p>-знать основные элементы танцев, разученных в течение периода обучения, танцевальные движения, а также использовать их при самостоятельном составлении небольших танцевальных композиций;</p> <p>-уметь самостоятельно составлять ритмические рисунки и исполнять их на музыкальных инструментах</p> <p>При необходимости в течение учебного года учитель может вносить в программу коррективы: изменять последовательность уроков внутри темы, переносить сроки контрольных работ и др., имея на это объективные причины</p>
---	---

#### 4. Перечень учебно-методического обеспечения образовательного процесса:

Программно-методические материалы:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В. В. Воронковой. Подготовительный класс, 1 – 4 класс (автор – А.А. Айдарбекова). - М., «Просвещение», 2009 г.

Материально-техническое обеспечение:

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

Методическая литература:

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

Информационное обеспечение образовательного процесса

- Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>
- Сеть творческих учителей <http://www.it-n.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>
- Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september>
- Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>

## 5. Календарно-тематическое планирование по «Ритмике» 1кл

№ п/п	Содержание (раздел, тема)	Кол -во час ов 33	Дата проведения	
			По плану	По факту
<b>1 четверть</b>				
1	Знакомство с уроком ритмики. Местоположение в классе «Найди свое место»	1	1.09	
2	Постановка корпуса: положение рук, ног. Поклон - приветствие	1	8.09	
3	Упражнения ритмопластики	1	15.09	
4	Виды шага: с высоким подъемом колена. Виды бега: легкий, высокий	1	22.09	
5	Шаг марша. Подвижные игры под музыку	1	29.09	
6	Перестроение в линии, колонны, пары.	1	6.10	
7	Пальчиковая гимнастика, музыкальные игры	1	13.10	
8	Развитие ритма у детей. Игра на детских музыкальных инструментах.	1	20.10	
9	Передача ритмических рисунков (ложки). Приемы игры на ложках «маятник», «цоканье копыт»	1	27.10	
<b>2 четверть</b>				
1	Игра «Огуречик», «Паровоз».	1	10.11	
2	«Марш» (с флажками). Галоп по кругу, на месте. Комбинации с флажками.	1	17.11	
3	Передача ритмического рисунка	1	24.11	
4	Элементы народного танца: 1.Положение корпуса 2.Притопы. 3.Притопы в комбинации с хлопками	2	1.12 8.12	
5	«Ковырялочка» - носик, пятка, три притопа.	1	15.12	
6	Сюжетно-образные движения: «Ветерок-ветер», «После дождя», «Колка дров»	1	22.12	
<b>3 четверть.</b>				
1	Танец «Марш». (с флажками). Пляска с притопами	1	12.01	

2	Галоп в парах на месте и по кругу в комбинации с флажками	1	19.01	
3	Элементы народного танца. Вращение - повороты вокруг себя через правое плечо	1	26.01	
4	Положение рук, ног в хороводе с платочками	1	2.02	
5	Хоровод с голосовым сопровождением. Передача ритмических рисунков (ложки).	1	9.02	
6	«Пружинка». Хороводный шаг.	1	16.02	
7	Игра на детских музыкальных шумовых инструментах	1	2.03	
8	Подвижная музыкальная игра «На бабушкином дворе»	1	9.03	
9	Музыкальная игра «Заводные игрушки» Упражнения с предметами (флажки)	1	16.03	
<b>4 четверть.</b>				
1	Передача ритмических рисунков хлопками, притопами	1	30.03	
2	Упражнения с предметами (ленты, мячи)	1	6.04	
3	Модели перестроений (круг, полукруг, линия)	1	13.04	
4	Положение рук, ног, корпуса в танце. Поскоки. Хлопки в ладоши	1	20.04	
5	Пляска с предметами (платочки)	1	27.04	
6	Прослушивание мелодии детских песен. Игра на музыкальных инструментах	1	4.05	
7	Поскоки вокруг себя, на месте. Прыжки с выносом ноги назад, в сторону (поочередно)	1	11.05	
8	Композиционная работа пляска «Стукалка» (укр. Мелодия)	1	18.05	
9	Повторение пройденного материала за год.	1	25.05	

## 2кл

№ п/п	Содержание (раздел, тема)	Ко-во часов в 34	Дата проведения	
			По плану	По факту
<b>1 четверть</b>				
1	Галоп в парах и по одному, поскоки на	1	1.09	



	месте, в движении. Правило выполнения поскоков			
2	Положение корпуса, рук, ног, головы в продвижении по кругу	1	8.09	
3	Передача ритмических рисунков на ложках.	1	15.09	
4	Полька в комбинации с движением галопа. Поскоки по кругу	1	22.09	
5	Сюжетно-образные движения (зайчики, лисички...)	1	29.09	
6	Парная пляска	1	6.10	
7	Русский хоровод: постановка корпуса, головы. Ходьба вправо, влево, не сужая круг	1	13.10	
8	Русская хороводная пляска	1	20.10	
9	Пальчиковая гимнастика. Хлопки. Притопы.	1	27.10	
<b>2 четверть.</b>				
1	Комбинация движений с флажками	1	10.11	
2	Элементы народного танца: положение корпуса, рук, ног в литовском танце	1	17.11	
3	Шаги – приставки, двойные, тройные притопы	1	24.11	
4	Парная полька – композиционная работа. Поскоки, хлопки, галоп, кружения	2	1.12 8.12	
5	Композиционная работа – «Литовский танец»	1	15.12	
6	Полька. Пальчиковая гимнастика «Веселый зоосад».	1	22.12	
<b>3 четверть.</b>				
1	Полька в парах. Игры с пением, со стихами. Сюжетно-образные движения	1	12.01	
2	Виды бега: легкий, на месте, со сменой направления.	1	19.01	
3	Виды бега: с выносом ноги вперед. Различные виды перестроений	1	26.01	
4	Ход на полупальцах. Комбинации движений с флажками.	1	2.02	
5	Элементы классического танца	1	9.02	
6	Положение рук, ног. Акцентированный шаг, шаг с носка	1	16.02	

7	Вращение вокруг себя парами. Полька в парах.	1	2.03	
8	Игра на детских шумовых инструментах	1	9.03	
9	Пальчиковая гимнастика. Хлопки. Притопы.	1	16.03	
<b>4 четверть.</b>				
1	Комбинация движений с флажками. Игры – потешки, игры с пением.	1	30.03	
2	Эстрадный танец: положение рук, ног, корпуса. Прыжки.	1	6.04	
3	Эстрадный танец	1	13.04	
4	Комбинации движений: галоп, поскоки, вращения	1	20.04	
5	Разучивание танца «Летка-енка»	1	27.04	
6	Пальчиковая гимнастика. Хлопки. Притопы.		4.05	
7	Передача ритмических рисунков (ложки) хлопки, притопы. Зачет.	1	11.05	
8	Повтор элементов Русского народного танца. Игры – потешки «Лесная зверобика»	1	18.05	
9	Игры – потешки «На бабушкином дворе» Повторение пройденного за год.	1	25.05	

### Зкл

№ п/п	Содержание (раздел, тема)	Кол- во часов 34	Дата проведения	
			По плану	По факту
<b>1 четверть</b>				
1	Шаг с носка, ходьба на носках, высокий бег, высокий бег с чередованием выбросов ног вперед	1	5.09	
2	Вращения. Комбинация движений с флажками	1	12.09	
3	Комбинация движений с лентами	1	19.09	

4	Эстрадный танец: положение рук, корпуса, ног.	1	26.09	
5	Движения танца – галоп, поскоки, приседания, вращения	1	3.10	
6	Полька	1	10.10	
7	Сюжетно-образные движения: зайчики, лисички...	1	17.10	
8	Передача ритмических рисунков (ложки)	1	24.10	
<b>2 четверть</b>				
1	«Добрый жук» комбинация движений с флажками, лентами	1	7.11	
2	Элементы классического танца: положение рук, ног, корпуса.	1	14.11	
3	Передача ритмического рисунка хлопками, притопами	1	21.11	
4	Украинская пляска. Шаг – приставка, взмахи руками	1	28.11	
5	Подвижные музыкальные игры на внимание	1	5.12	
6	Композиционная работа. Пляска. Игра на ложках	1	12.12	
7	Передача ритмического рисунка хлопками, притопами	1	19.12	
<b>3 четверть.</b>				
1	Галоп, поскоки, бег, вращения, хлопки, притопы – движения в комбинациях	1	9.01	
2	Элементы народного танца: положение рук, ног, головы, корпуса. Моталочка – вперед, назад.	1	16.01	
3	«Ковырялочка», притопы (одинарные, двойные, тройные), вращения	1	23.01	
4	Присядка для мальчиков, хлопки со скользящим ударом, рука об руку, по бедру, голени.	1	30.01	
5	Передача ритмических рисунков на ложках. Свободные импровизации.	1	6.02	
6	Русская пляска. Композиционная работа.	1	13.02	
7	Игра на музыкальных инструментах	1	20.02	
8	Пляска с платочками Подвижные игры	1	27.02	

9	Передача ритмических рисунков на ложках. Свободные импровизации.	1	6.03	
10	Повторение пройденного за четверть	1	13.03	
<b>4 четверть</b>				
1	«Добрый жук». Парный танец.	1	27.03	
2	Эстрадный танец: положение корпуса, рук, ног «Утята»	1	3.04	
3	Танец в парах. Русская пляска (повтор – закрепление)	1	10.04	
4	Игра на детских музыкальных инструментах.	1	17.04	
5	Сюжетно – образные движения, подвижные музыкальные игры. Зачет.	1	24.04	
6	Танец в парах. Игра на ложках.	1	15.05	
7	Игра на детских музыкальных инструментах.	1	22.05	
8	Повторение элементов танца по программе 3 класса.	1	29.05	

#### 4кл

№ п/п	Содержание (раздел, тема)	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
<b>1 четверть</b>				
1	Комбинация движений: поскоки, галоп, хлопки, притопы на месте, по линии, в парах, по кругу.	1	7.09	
2	Пальчиковая гимнастика.	1	14.09	
3	Танцевальные жанры (классические, современные, народные)	1	21.09	
4	Вращение на носках вокруг себя, по «восьмёрке», в парах	1	28.09	

5	Квадрат медленного вальса в паре, по одному	1	5.10	
6	Народный танец	1	12.10	
7	Галоп в парах	1	19.10	
8	Игра на детских музыкальных инструментах.	1	26.10	
<b>2 четверть</b>				
1	Подвижные музыкальные игры	1	9.11	
2	Передача ритмического рисунка на ложках; импровизация ритмов в быстром, медленном темпах.	1	16.11	
3	Элементы народного танца: положение корпуса, рук, ног. Характерные ходы в кадрили	1	23.11	
4	Шаги- приставные, лёгкие притопы, (двойные, тройные ) повороты в паре ( руки в положение «свеча»)	1	30.11	
5	Игра на инструментах	1	7.12	
6	Положение рук, корпуса, головы в движениях, в парах	1	14.12	
7	Групповая пляска «Русская кадриль». Передача ритмического рисунка на ложках; импровизация ритмов в быстром, медленном темпах.	1	21.12	
<b>3 четверть.</b>				
1	Различные виды перестроения, упражнения с флажками, лентами	1	11.01	
2	Передача ритмических рисунков хлопками, притопами	1	18.01	
3	Элементы народного танца: Положение корпуса в грузинском танце	1	25.01	
4	Ход на полупальцах	1	1.02	
5	Движение рук в грузинском танце	1	8.02	
6	Боковой ход. Сюжетно-образные движения	1	15.02	
7	Низкие прыжки с выносом ноги вперед – на каблук	1	22.02	
8	Движения в парах в грузинском танце	1	1.03	
9	Игра на музыкальных инструментах	1	15.03	
<b>4 четверть</b>				
1	Вальс – король танцев.	1	29.03	
2	Русская кадриль	1	5.04	

<b>3</b>	Эстрадный танец	1	12.04	
<b>4</b>	Игра на музыкальных инструментах		19.04	
<b>5</b>	Построение в линии, колонны, полукруг, круг, диагональ	1	26.04	
<b>6</b>	Хлопки, шаги, приставки, поскоки, галоп, шаг с поднятием колена...	1	3.05	
<b>7</b>	Композиции движений с лентами (платочками, флажками). Зачет.	1	10.05	
<b>8</b>	Игра на детских музыкальных инструментах. Переходы в линиях.	1	17.05	
<b>9</b>	Низкие прыжки с выносом ноги вперед – на каблук	1	24.05	
<b>10</b>	Повторение пройденного за год .	1	31.05	