

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Саратовской области**

**Администрация Воскресенского муниципального района**

**МОУ "СОШ с. Синодское"**

РАССМОТРЕНО

На педагогическом совете

Протокол № 1

от «01» 08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор «МОУ СОШ с. Синодское»

\_\_\_\_\_

Махова С.В.

Приказ № 103

от «31» 08. 2023 г.

**Рабочая программа**

**«Ритмика»**

1-4 класс

Синодское 2023

## Пояснительная записка

**Программа создана на основе** примерной адаптированной основной программе общего образования, разработанной на основе ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью.

Рабочая программа по ритмике составлена на основе программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида : 1-4 кл. / Под редакцией В.В. Воронковой.- Москва «Просвещение», 2010 (раздел «Ритмика» автор: А.А.Айдарбекова)

### ***Цель программы:***

1. Формирование музыкально - двигательных навыков. Развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

### **Задачи программы.**

#### Образовательные:

- учить основам музыкального движения;
- формировать умение создавать образ персонажа по поставленным задачам;
- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества танцевальных движений и самостоятельного выражения их под музыку.
- учить детей воспринимать развитие музыкальных образов и выражать их в движениях, согласовывать движения с характером музыки, наиболее яркими средствами выразительности;

#### Коррекционно-развивающие:

- развивать у детей чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой. Формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений.

#### Воспитательные:

- воспитывать культуру поведения;
- воспитывать умения эмоционального выражения раскрепощенности и творчества в движениях.

## **2 Общая характеристика учебного предмета**

### **Содержание программы**

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

Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

#### Основные типы учебных занятий:

урок изучения нового учебного материала;

урок закрепления и применения знаний;

урок обобщающего повторения и систематизации знаний;

урок контроля знаний и умений.

нетрадиционные формы уроков: интегрированный, урок-игра, практическое занятие, урок-презентация, урок-проект, урок-викторина, заочная экскурсия, урок- подарок от волшебника, живая газета, уроки -путешествия

урок -зачет

Основным типом урока является комбинированный.

#### Виды и формы организации учебного процесса

коллективная;

фронтальная;

групповая;

индивидуальная работа;

работа в парах.

### **3.Описание места учебного предмета, курса в учебном плане**

Предмет «Ритмика » входит в образовательную область «Коррекционная подготовка» учебного плана МКОУ «Починковской школы – интерната » .

Рабочая программа рассчитана :

в 1 классе на 33 часа, 1 час в неделю.

### **4.Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

Преподавание ритмики в специальном (коррекционном) образовательном учреждении обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

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

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа, оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие.

Исполнение танцев разных народов приобщает детей к народной культуре, умению находить в движениях характерные особенности танцев разных национальностей.

### **5. Результаты освоения учебного предмета.**

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

### **Минимальный уровень**

#### ***Учащиеся должны уметь:***

- готовиться к занятиям, входить в зал организованно под музыку, занимать правильное исходное положение;
- ходить свободным естественным шагом;
- ходить и бегать по кругу;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- выполнять игровые и плясовые движения после показа учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

### **Достаточный уровень**

#### ***Учащиеся должны уметь:***

- 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;
- ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу;
- ходить и бегать по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии;
- ритмично выполнять несложные движения руками и ногами;
- соотносить темп движений с темпом музыкального произведения;
- выполнять игровые и плясовые движения;
- выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;
- начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки.

Программа обеспечивает достижение выпускниками следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

#### **Личностные результаты:**

Ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

Развитие двигательной активности;

Формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала;

осознавать роль танца в жизни ;

Развитие танцевальных навыков

#### **Метапредметные:**

##### **Познавательные**

определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;

умение ставить и формулировать проблемы;

навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

### Регулятивные

использование речи для регуляции своего действия;  
адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;  
умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить;

### Коммуникативные

В процессе обучения дети учатся:  
работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;  
обращаться за помощью;  
предлагать помощь и сотрудничество;  
слушать собеседника;  
договариваться и приходить к общему решению;  
формулировать собственное мнение и позицию;  
осуществлять взаимный контроль;  
адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

## **6. Содержание учебного предмета, курса**

### *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 поднимание 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.

### **7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

№	Темы программного материала	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	7
2	Ритмико- гимнастические упражнения.	6
3	Упражнения с детскими музыкальными инструментами.	8
4.	Игры под музыку.	5
5.	Танцевальные упражнения.	8

Всего	34
-------	----

Тема	Виды основных учебной деятельности обучающихся
<i>УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ</i>	<p>Ходьба и бег  Ориентировка в пространстве  Работа над качеством выполнения упражнений  Перестроение в круг из шеренги, цепочки.  Активизация внимания  Слушание объяснений учителя  Участие в совместных играх</p>
<i>РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ</i>	<p>Выполнение общеразвивающих упражнений, упражнений на координацию движений, на расслабление мышц.  . Участие в совместной творческой деятельности  Работа над качеством выполнения упражнений  Активизация внимания  Слушание объяснений учителя  Участие в совместных играх</p>
<i>УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ</i>	<p>Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, Выразительно-эмоциональное исполнение мелодий с простейшими элементами динамических оттенков.  Участие в совместной творческой деятельности  Игра на музыкальных инструментах</p>
<i>ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ</i>	<p>Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки  Выполнение имитационных упражнений и игр,  Работа над качеством выполнения упражнений  Активизация внимания  Слушание объяснений учителя  Участие в совместных играх  Участие в совместной творческой деятельности</p>

<i>ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ</i>	Знакомство с танцевальными движениями Работа над качеством выполнения упражнений Активизация внимания Слушание объяснений учителя Участие в танцах
------------------------------------	--



### КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№п/п	Дата проведения		Разделы и темы уроков	Кол-во часов	Планируемые результаты
	Планируемая	Фактическая			
1.			<b>Упражнения на ориентировку в пространстве.</b> Построение. Правильное исходное положение.	2	Уметь чётко, организованно перестраиваться.
2.			<b>Ритмико-гимнастические упражнения</b> Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами.	2	Уметь сочетать движения рук, ног.
3			<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</b> Исполнение различных ритмов на детском пианино.	2	Уметь выполнять несложные упражнения..
4.			<b>Игры под музыку.</b> Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамики.	2	Уметь самостоятельно сменять движения в соответствии со сменой частей ,музыкальных фраз.
5.			<b>Упражнения на ориентировку в пространстве.</b> Пальчики и ручки. Русская народная мелодия.	2	Уметь различать основные характерные движения.
6.			<b>Танцевальные упражнения.</b> Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный,	2	Уметь выполнять бодрый, топающий, спокойный шаг.

			топающий шаг.		
7.			<b>Упражнения на ориентировку в пространстве.</b> Перестроение в круг из шеренги в цепочки.	2	Уметь перестраиваться из шеренги в цепочки.
8.			<b>Ритмико-гимнастические упражнения.</b> Упражнения на координацию движений.	2	Уметь координировать движения.
9.			<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</b> Отстукивание простых ритмичных рисунков на барабане.	2	Уметь выполнять упражнения под музыку с постепенным ускорением.
10.			<b>Игры под музыку.</b> Выполнение имитационных упражнений и игр.	2	Уметь быстро реагировать на приказ музыки.
11.			<b>Танцевальные упражнения.</b> Подружились. Музыка Т.Вилькорейской.	2	Уметь танцевать детский танец.
12.			<b>Упражнения на ориентировку в пространстве.</b> Ходьба и бег в различном направлении.	2	Уметь сохранять правильную дистанцию.
13.			<b>Ритмико-гимнастические упражнения.</b> Упражнения на расслабление мышц.	1	Знать несколько основных упражнений на расслабление.
14.			<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</b> Исполнение различных ритмов на духовой гармонике.	2	Уметь сопровождать игру пением.
15.			<b>Игры под музыку.</b>	1	Уметь сопровождать игру

			Игры с пением , речевым сопровождением.		пением. Уметь исполнять характерные движения танца.
16.			<b>Танцевальные упражнения.</b> Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.	1	Уметь выполнять более сложные упражнения. Уметь исполнять характерные движения танца.
17.			<b>Упражнения на ориентировку в пространстве.</b> Упражнения с предметами.	1	Уметь самостоятельно выполнять несколько упражнений с предметами.
18.			<b>Ритмико-гимнастические упражнения.</b> Упражнение на координацию движений, расслабление мышц.	1	Уметь быстро и чётко реагировать на приказ музыки.
19.			<b>Упражнения с детскими музыкальными инструментами.</b> Упражнения на пианино, барабане, духовой гармонике.	1	Уметь выполнять несложные ритмы.
20.			<b>Танцевальные упражнения.</b> Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.	1	Уметь выполнять игровые и плясовые движения.
21.			<b>Игры под музыку.</b> Имитационные упражнения и игры построенные на подражательных образах. (зверей, птиц, человека).	1	Уметь выполнять имитационные упражнения и подражательные игры.

**Общее количество учебных часов - 34ч**

**8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:**

музыкальные инструменты;

технические средства обучения (магнитофон, компьютер, мультимедийная установка)

музыкально-дидактические пособия (аудио и видеозаписи, компактдиски, звучащие игрушки, музыкально-дидактические игры, методическая литература).

Информационное обеспечение образовательного процесса

Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru>

Учительский портал <http://www.uchportal.ru>

Фестиваль педагогических идей "Открытый урок» <http://festival.1september>

Электронная библиотека учебников и методических материалов <http://window.edu.ru>

Портал «Мой университет»/ Факультет коррекционной педагогики <http://moi-sat.ru>

Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>