

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 53»

«Утверждаю»

Директор МБОУ «СОШ № 53»

А.Р.Нурмухаметов
Приказ № 277 от 29.08.2023

Принято на педагогическом
совете Протокол № 1 от «29»
августа 2023г

Рабочая программа коррекционного курса

«Ритмика»

I вариант

5-7 классы

Содержание

Пояснительная записка

Общая характеристика учебного предмета.

Место коррекционного занятия в учебном курсе.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета, БУД (базовые учебные действия).

Содержание учебного предмета.

Календарно – тематическое планирование

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.

Форма аттестации.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Ритмика» для 5-7 классов для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1599.
- Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (5-12 классы) ///, утвержденной приказом директора от 01.09.2022 года № 79.
- Учебным планом ///» для 5-7 классов.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Использование занятий по ритмике в качестве важнейшего средства воздействия на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы, на формирование личности обучающегося, воспитание у него положительных навыков и привычек, на развитие наблюдательности, воображения, пространственной ориентации и мелкой моторики рук.

Задачи:

Обучающая: формировать необходимые двигательные навыки, развивать музыкальный слух и чувство ритма.

Коррекционно-развивающая: способствовать всестороннему развитию и раскрытию творческого потенциала.

Воспитательная: способствовать развитию эстетического чувства и художественного вкуса; развитие навыков здорового образа жизни, положительных качеств и свойств личности.

На занятиях применяются как традиционные, так и нетрадиционные формы обучения; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа.

В процессе реализации программы используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ);
- репродуктивные (работа с использованием видео);
- предметно-практические методы (тренировочные задания и т.д.);
- система специальных коррекционно-развивающих методов;
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);

- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценка).

Использование перечисленных приемов и средств обучения способствуют наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показу его практической значимости для обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В процессе реализации данной программы происходит связь уроков «Ритмика» с такими предметами, как «Музыка», «Природоведение», «Физическая культура». Реализация межпредметных связей помогает обучающемуся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) представить изучаемый материал целостно, а не отдельными разрозненными частями (отдельно по каждому предмету).

Общая характеристика предмета

Занятия по ритмике тесно связаны с обучением на уроках физкультуры и музыки, дополняя друг друга. Ведь именно уроки ритмики наряду с другими предметами способствуют общему разностороннему развитию школьников, корректируют эмоционально-волевую зрелость. У детей развивается чувство ритма, музыкальный слух и память. На уроках дети совершенствуют двигательные навыки, у них развивается пространственная ориентация, улучшается осанка, формируется чёткость и точность движений.

Занятия ритмикой положительно влияют на умственное развитие детей: ведь каждое занятие нужно понять, осмыслить, правильно понять, осмыслить, правильно выполнять движения, вовремя включаться в деятельность, надо осмыслить соответствие выбранных движений характеру музыки. Эти занятия создают благоприятные условия для развития творческого воображения школьников. Бесспорно также их воздействие на формирование произвольного внимания, развитие памяти. Потребность детей в движении превращается в упорядоченную и осмысленную деятельность. Уроки ритмики оказывают на детей организующее и дисциплинирующее влияние, помогают снять чрезмерную возбудимость и нервозность.

Уроки ритмики в целом повышают творческую активность и фантазию школьников, побуждают их включаться в коллективную деятельность класса. Постепенно ученики преодолевают скованность, у них возрастает осознание ответственности за свои действия перед товарищами, приобретают способность к сценическому действию под музыку. С использованием элементов костюма и декорации. Отработанные сценические музыкальные постановки удобно использовать при проведении мероприятий. Особенно хочется отметить ценность народных плясок и танцев. Они приобщают детей к народной культуре. Все народные танцы предназначены для совместного исполнения и совершенствуют навыки общения детей между собой. В них дети учатся внимательно относиться к партнёру, находить с ним общий ритм движения.

3. Место коррекционных занятий в учебном плане.

«Ритмика» входят в коррекционно-развивающую область. Согласно учебному плану на коррекционные занятия отводится:

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов в год
5 класс	1 час-коррекционно-развивающая область	34
6 класс	1 час-коррекционно-развивающая область	34
7 класс	1 час – коррекционно-развивающая область	34

4.Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета, БУД (базовые учебные действия)

Личностные результаты

Класс	Личностные результаты
5 класс	-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.
6 класс	Знание моральных норм и сформированность морально-этических суждений; способность к оценке своих поступков и действий других людей с точки зрения соблюдения/нарушения моральной нормы. Развито чувство коллективизма, потребности и готовности к эстетической творческой деятельности; эстетического вкуса, высоких нравственных качеств. Реализация творческого потенциала в процессе выполнения ритмических движений под музыку; позитивная самооценка своих музыкально - творческих возможностей. 1)Включаться в работу на занятиях к выполнению заданий. 2)Не мешать, при выполнении различных движений, одноклассникам. 3)Проявлять любознательность и интерес к новым видам деятельности. 4)Готовиться к занятиям, занимать правильное исходное положение, находить свое место в строю. 5)Проявлять любознательность и интерес к новому содержанию. 6)Принимать участие в творческой жизни коллектива.
7 класс	-воспитание российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; -формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающее социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира; -формирование уважительного отношения к истории и культуре других народов; -развитие трудолюбия и ответственности за

	результаты своей деятельности; -формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; -развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; -развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера; формирование индивидуально-личностных позиций учащихся; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
--	---

Предметные результаты

Класс	Предметные результаты
5 класс	<u>Минимальный уровень:</u> -ребенок самостоятельно находит свое место в строю; -принимает правильное положение; - умеет держать интервал; - четко выполняет инструкции педагога, выполнять несложные движения в соответствии с темпом, ритмом, динамикой музыкального произведения; -ребенок допускает ошибки, которые исправляет с помощью учителя <u>Достаточный уровень:</u> -выполняет несложные движения вместе с педагогом; - не всегда находит место в строю; -не всегда держит дистанцию; - не соотносит свое положение по отношению к другим; - ребенок не ориентируется в пространстве; -не понимает инструкции педагога; - не успевает за темпом мелодии, ему требуется постоянная помощь
6 класс	<u>Минимальный уровень:</u> - уметь слушать музыку; - выполнять несложные движения руками и ногами по показу учителя; - активно прихлопывать и притопывать вместе с учителем. - слушать и правильно выполнять инструкцию учителя. - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному; - ходить свободным естественным шагом; - выполнять игровые и плясовые движения по показу учителя; <u>Достаточный уровень:</u> - уметь слушать музыку до конца, узнавать знакомую мелодию; - уметь начинать и заканчивать движение с началом и окончанием музыки по сигналу. - выполнять плясовые движения по показу учителя; - организованно входить в класс и выходить из класса, приветствовать учителя. - готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить свое место в строю; - ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях; - ритмично выполнять несложные движения руками и ногами; - выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя
7 класс	овладение практическими умениями и навыками в восприятии, анализе и оценке произведений искусства; -физическое, эмоциональное,

	интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области; -формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни; -формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов гимнастики, умением их использовать в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; -расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма; -развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях, танцевальных конкурсах; -сформированность первоначальных представлений о роли музыки в жизни человека, ее роли в духовно-нравственном развитии человека; -сформированность основ музыкальной культуры танца, развитие художественного вкуса и интереса к музыкальному и танцевальному искусству; -умение воспринимать музыку и выражать свое отношение к ней; -использование музыкальных образов при создании театрализованных и музыкально-пластических композиций; -сформированность основ художественной культуры, в том числе на материале культуры родного края; эстетического отношения к миру; понимание красоты как ценности; потребности в художественном творчестве и в общении с искусством
--	---

Базовые учебные действия — это элементарные и необходимые единицы учебной деятельности, формирование которых обеспечивает овладение содержанием образования обучающимися с умственной отсталостью

Личностные учебные действия

Личностные учебные действия представлены следующими умениями: испытывать чувство гордости за свою страну; гордиться школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей; адекватно эмоционально откликаться на произведения литературы, музыки, живописи и др.; уважительно и бережно относиться к людям труда и результатам их деятельности; активно включаться в общепользную социальную деятельность; бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.

Коммуникативные учебные действия

Коммуникативные учебные действия включают: вступать и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых и др.); слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды делового письма для решения жизненно значимых задач; использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

Регулятивные учебные действия

Регулятивные учебные действия представлены умениями: принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный поиск средств их осуществления; осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности; адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

Познавательные учебные действия

Дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию; использовать усвоенные логические операции (сравнение, анализ, синтез, обобщение, классификацию, установление аналогий, закономерностей, причинно-следственных связей) на наглядном, доступном вербальном материале, основе практической деятельности в соответствии с индивидуальными возможностями;

использовать в жизни и деятельности некоторые межпредметные знания, отражающие несложные, доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

5. Содержание коррекционных занятий «РИТМИКА».

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

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представлений учащихся о пространстве и умение ориентироваться в нем.

Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

Разделы:

1. Упражнения на ориентировку в пространстве
2. Ритмико-гимнастические упражнения
3. Упражнения с детскими музыкальными инструментами
4. Игры под музыку
5. Танцевальные упражнения

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

На каждом уроке осуществляется работа по всем разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков.

В раздел ритмико-гимнастических упражнений входят задания на выработку координационных движений.

Задания на координацию движений рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, сидя на стульчиках, чтобы дать возможность учащимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Во время проведения игр под музыку перед учителем стоит задача научить учащихся создавать музыкально-двигательный образ. Причем, учитель должен сказать название, которое определяло бы характер движения. Например: «зайчик» (подпрыгивание), «лошадка» (прямой галоп), «кошечка» (мягкий шаг), «мячик» (подпрыгивание и бег) и т. п. Объясняя задание, учитель не должен подсказывать

Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадрили, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.).

5 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 пояс. 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 поднятие 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 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.

6 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 звёздочки 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. Ходьба с отображением длительности нот.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны.

Выбрасывание рук вперёд, 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 пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.

Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочерёдные 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).

Упражнения 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 поднятие 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

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.

7 класс

Упражнения на ориентирование в пространстве

Самостоятельно занимать правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполнять перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентироваться в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.

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 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.

Упражнения 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)

Координация движений, регулируемых музыкой

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.

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.

Танцевальные упражнения

Выполнение элементов русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками по показу и по словесной инструкции учителя. Исполнение притопов одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку.

Изучение базовых движений аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов); Все упражнения делаются только с правой или только с левой ноги. Ведущая нога, допустим, правая, делает ход вперед, а потом вправо. Такое же движение проводим с левой.

Тематическое планирование «Ритмика» 5 класс

№п/п	Содержание	Количество часов
1	Теоретические сведения. Понятие о ритме движения и музыки.	1
2	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба на счёт 1, на счёт 2, 3.	1
3	Упражнения на связь движений с музыкой. Постепенное изменение темпа при ходьбе и беге.	1
4	Упражнения ритмической гимнастики	1

	1.Без предметов. 2.Короткой скакалкой.	
5	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1
6	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Полуприседания. 2.Упражнения для ступни.	1
7	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Чижи в клетке. 2.Кот и мыши.	1
8	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1
9Б/Л	Теоретические сведения. Что такое музыкальная речь.	1
10	Специальные ритмические упражнения. Ходьба с проговариванием слов и с хлопками.	1
11	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой.	1
12	. Упражнения ритмической гимнастики. 1.Гимнастической палкой.	1
13	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Выставление ноги на носок.	1
14	Элементы танцев. «Наездники» (прямой галоп).	1
15	Танцы. Круговой галоп.	1
16	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.Салки, руки на стену.	1
17	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. Два Мороза.	1
18	Упражнения ритмической гимнастики 1.Короткой скакалкой. 2.Гимнастической палкой.	1
19	Теоретические сведения. Понятие о фразе и предложении в музыке.	1
20	Специальные ритмические упражнения. Изменение положения рук (на пояс, за спину, вниз) с различными интервалами (через 2,4,6,8 счётов).	1
21	Упражнение на связь движений с музыкой. Смена направления движения с началом каждой музыкальной фразы.	1
22	Упражнения ритмической гимнастики. 1.Без предметов. 2.С мячом.	1
23	Элементы танцев. 1.Хороводный шаг. 2.Шаг польки.	1
24	Танцы. «Травушка-муравушка». «Полька».	1
25	Подвижные, музыкально-ритмические и речевые игры. 1. «Пустое место». 2. «Мяч в воздухе» 3. «Отбивай мяч». 4.«Вороны и воробы»	1
26	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок.	1
27	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями.	1
28	Упражнения ритмической гимнастики.	1

	1.Гимнастической палкой.	
29	Упражнения ритмической гимнастики. Без предметов	1
30	Подготовительные упражнения к танцам. 1.Вставание на полупальцы.	1
31	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три прихода.	1
32	Танцы. «Полька».	1
33	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. «Космонавты».	1
34	Подвижные музыкально-ритмические и речевые игры. 1.«Лиса и куры». 2«Охотники и утки»	1

Тематическое планирование «Ритмика» 6 класс

№п/п	Содержание	Количество часов
1	Упражнения на ориентировку в пространстве	1
2	Правильное исходное положение	1
3	Ходьба и бег с высоким подниманием колен под музыку	1
4	Ходьба и бег с отбрасыванием прямой ноги вперед	1
5	Ходьба и бег с оттягиванием носка	
6	Наклоны, выпрямления, повороты головы	1
7	Круговые движения плечами	1
8	Поочередное и одновременное сжатие пальцев рук под музыку	1
9Б/Л	Поочередное и одновременное сжатие и разжимание пальцев рук с изменением музыки	1
10	Упражнения на ориентировку в пространстве	1
11	Перестроение из колонны парами, в колонну по одному	1
12	Перестроение в круг из шеренги	1
13	Ходьба вдоль стен с четкими поворотами на углах	1
14	. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами на углах	1
15	Упражнения с ДМИ	1
16	Упражнения с ДМИ	1

17	Ритмико-гимнастические упражнения	1
18	Ходьба и бег	1
19	Перестроение в круг из шеренги, цепочки в соответствии с изменением музыки	1
20	Построение в шеренгу, круг, пары	1
21	Передача ритмических рисунков	1
22	Передача ритмических рисунков	1
23	Музыкальные, танцевальные темпы	1
24	Музыкальные, танцевальные темпы	1
25	Подскоки с ноги на ногу	1
26	Переменные притопы	1
27	Галоп	1
28	Танцевальные упражнения	1
29	Танцевальные упражнения	1
30	Танцевальные упражнения	1
31	Элементы русской пляски	1
32	Элементы русской пляски	1
33	Элементы русской пляски	1
34	Подведение итогов	1

Тематическое планирование «Ритмика» 7 класс

№п/п	Тема	Количество часов
1	Дыхательные и релаксирующие упражнения. Релаксация «Звнящий ручей»	1
2	Игры («Холодно-горячо»)	1
3	Упражнения с мячом	1
4	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1
5	Марш по периметру зала	1

6	Игра «Ищи игрушку»	1
7	Танцевальные упражнения. Подружились. Музыка Т.Вилькорейской.	1
8	Игра «Поехали – поехали» (повторение).	1
9	Релаксирующие упражнения	1
10	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1
11	Игра «Секретное задание»	1
12	Игры под музыку. Передача в движении ритмического рисунка	1
13	Ритмические упражнения с мячом.	1
14	Упражнения на расслабление мышц	1
15	Ритмические упражнения с гимнастической палкой	1
16	Релаксирующие упражнения	1
17	Танцевальные упражнения. Элементы народных танцев.	1
18	Инсценировка песни.	1
20	Отработка маршевого шага.	1
21	Упражнения на координацию движений.	1
22	Имитационные упражнения и игры построенные на подражательных образах. (зверей, птиц, человека).	1
23	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Пустое место».	1
24	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Мяч в воздухе»	1
25	Подвижная, музыкально-ритмическая и речевая игра. «Отбивай мяч».	1
26	Игра «Догадайся! Что это?»	1
27	Подготовительные упражнения к танцам Повторные три притопа.	1
28	Подготовительные упражнения к танцам. Вставание на полу пальцы.	1
29	Музыкально-ритмические движения «Великаны и гномы»	1
30	Упражнения ритмической гимнастики. Гимнастической палкой.	1
31	Специальные ритмические упражнения. Ритмическая ходьба с движениями рук в соответствии с различными заданиями	1
32	Теоретические сведения. Что такое ритмический рисунок	1
33	Танцы. Круговой галоп.	1

34	Обобщающий урок.	1
----	------------------	---

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

-Инструменты детского оркестра: деревянные ложки, погремушки, дудочки, барабаны, бубны, трещётки, гитара, балалайки, маракасы, кастаньеты

- Индивидуальное оборудование:

- рояль (детский) - 2шт.,
- бубны (детские) - 7шт.,
- духовые гармошки – 5,
- деревянные ложки - 18шт,
- металлофоны - 6шт,
- ксилофон - 1шт.,
- флажки – 4 шт.,
- диски - 5 шт.,
- мячи -5.,
- гимнастические палки - 7шт.,
- трещётки - 2шт.,
- барабаны - 5шт.,
- мат гимнастический - 1 шт.,
- индивидуальные коврики - 10 шт.

Технические средства обучения:

1. Интерактивная доска.
2. Потолочный комплект для проектора.
3. Ноутбук.
4. Документ камера

Образовательные Интернет - порталы

1. Сайт Министерства образования и науки РФ <http://www.mon.gov.ru>
2. Сайт Рособразования <http://www.ed.gov.ru>
3. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
4. Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru>
5. Каталог учебных изданий, электронного оборудования и электронных образовательных ресурсов для общего образования <http://www.ndce.edu.ru>

6. Федеральный портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>
7. Российский портал открытого образования <http://www.opennet.edu.ru>
8. Коллекция «Мировая художественная культура» <http://www.art.september.ru>
9. Музыкальная коллекция Российского общеобразовательного портала <http://www.musik.edu.ru>
10. Портал «Музеи России» <http://www.museum.ru>
11. Учительская газета <http://www.ug.ru>
12. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru/articles/213234/>

Форма аттестации.

Система текущей и промежуточной аттестации учащихся на занятиях ритмикой состоит из практических заданий, коррекционно-развивающих упражнений на каждом уроке; организации ритмических игр; проведении творческих выступлений. Результативность изучения программы внеурочной деятельности определяется на основе участия ребенка в конкурсных мероприятиях или выполнения им некоторых работ. О достижении результатов следует судить по следующим критериям:

- по оценке творческой продукции ребенка – исполнению им комплексов упражнений по ритмической гимнастике, танцев, песен; игре на простых музыкальных инструментах, участию в различных сценических представлениях;
- по повышению уровня общей и физической культуры;
- по введению речевого материала занятий в активный словарь обучающихся;
- по отношениям в коллективе.

При проведении занятий по ритмике оценивание не предполагается.

В течение учебного года проводится **диагностика** уровня усвоения знаний и умений учащихся. Она состоит из анализа двух этапов:

1 этап - промежуточная диагностика (1 полугодие) **Приложение 1**

Цель: проанализировать процесс формирования знаний и умений учащихся по конкретной теме изучаемого предмета за определенный промежуток времени.

2 этап – итоговая диагностика **Приложение 2**

Цель: выявить уровень усвоения материала и умения использовать полученные знания на практике.

Результаты дают возможность получить объективную информацию об уровне усвоения знаний, умений и навыков в текущем году запланировать индивидуальную и групповую работу с учащимися в дальнейшем обучении.

Приложение 1

**Мониторинг уровня сформированности предметных результатов по ритмике уч-ся 6 класса
первое полугодие**

Фамилия имя уч-ся													
Предметные результаты													
Правильное исходное положение													
Разновидности ходьбы													
Упражнения на координацию движений													
Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением													
Выполнение танцевальных упражнений													
Средний балл													
Тип оценки													
Уровень													

«удовлетворительно» -если обучающиеся верно выполняют от **35%** до **50%** заданий (1-2,9 баллов)

«хорошо» - от **51%** до **65%** заданий (от 3 до 4 баллов), **«отлично»**-(очень хорошо) свыше **65%** (5 баллов).

Приложение 2

**Мониторинг уровня сформированности
предметных результатов по ритмике уч-ся 5, 6 классов за
учебный год**

[illegible]