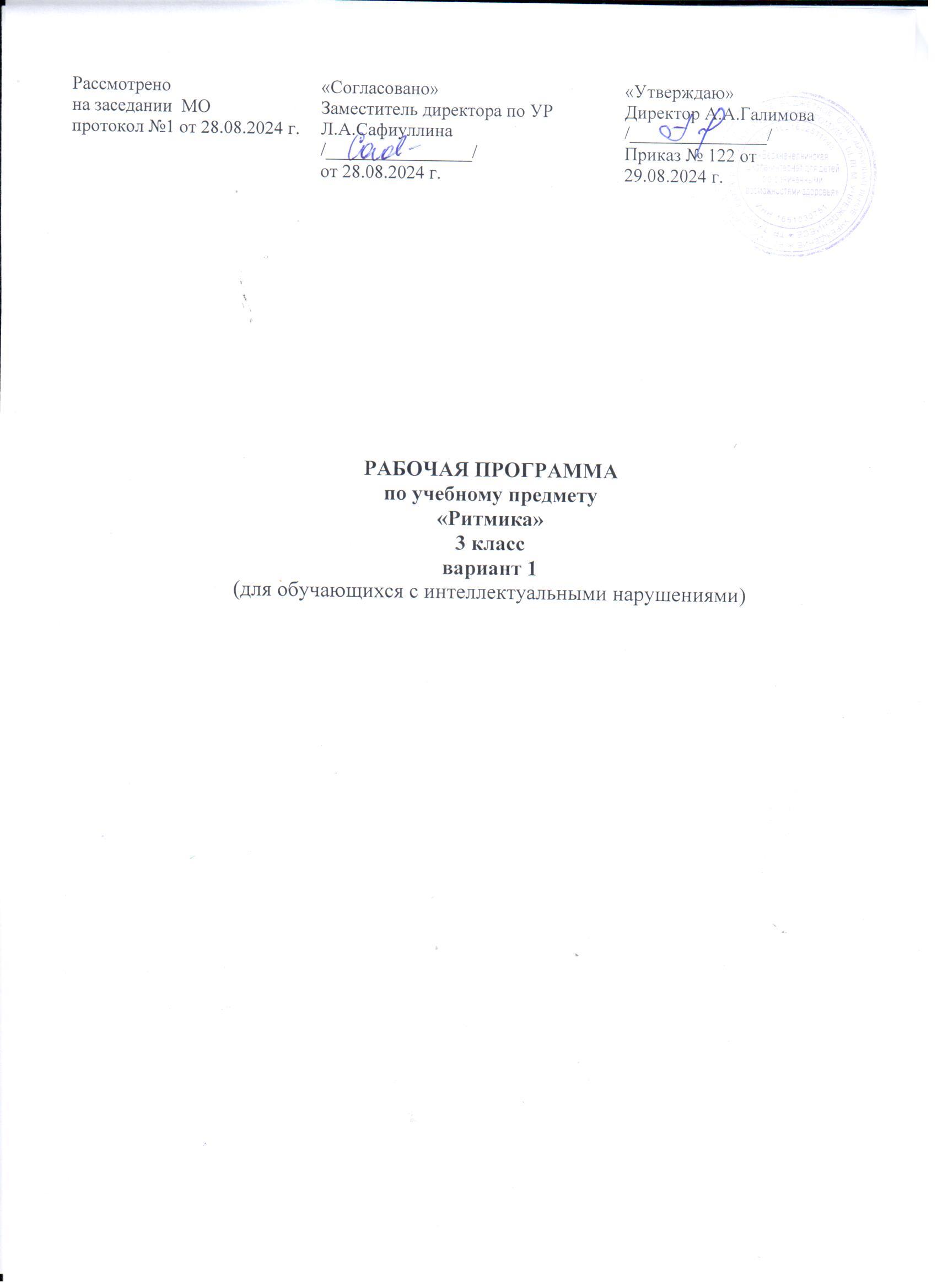
****

**Пояснительная записка**

Рабочая программа «Ритмика» для 1-4 классов разработана на основе следующих нормативно-правовых документов: Закона Российской Федерации «Об образовании» (статья 7, 9, 32).

Приказа Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 г. No1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее ФГОС НОО и ООО) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. 0-4 классы/ под редакцией В.В.Воронковой автор Айдарбекова А.А. ). – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2014 г. М.; Просвещение, 2013. С1 – 4 класс.

АООП НОО (ООО) ГБОУ «Верхнечелнинская школа – интернат для детей с ОВЗ», с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

(протокол от 22 декабря 2015 г№4/15)

Положения о РП обучающихся с ОВЗ 2018 г.

Основной **целью** предмета является развитие двигательной активности ребенка в процессе восприятия музыки.

коррекция недостатков двигательной, эмоционально-волевой, познавательной сфер, которая достигается средствами музыкально-ритмической деятельности. развитию общей и речевой мото­ри­ки, ориентировке в пространстве, укреплению здоровья, формированию навы­ков здо­ро­вого образа жизни у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

***Задачи предмета:***

- развивать у обучающихся чувство ритма и двигательных способностей;

- учить выполнять движения под музыку красиво, свободно, координационно точно;

- формировать танцевальные движения;

- содействовать развитию у обучающихся музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой;

- формировать навыки выразительности, пластичности, грациозности и изящества движений,

- способствовать повышению общей культуры обучающихся.

**Место предмета в учебном плане**

|  |  |
| --- | --- |
| Предмет/класс | **Количество часов** |
| Ритмика, 1 класс | 1час в неделю, 33 ч в год |
| Ритмика, 2 класс | 1час в неделю, 334ч в год |
| Ритмика, 3 класс | 1час в неделю, 34 ч в год |
| Ритмика, 4 класс | 1час в неделю, 34 ч в год |

**Планируемые результаты освоения обучающимися с легкой**

**умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

**адаптированной основной общеобразовательной программы**

**К личностным результатам освоения АООП относятся:** 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;

9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нра­вственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;

12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

**Предметные результаты:**

**3 класс**

**Минимальный уровень:**

уметь рассчитываться на первый, второй, третий для последующего построения в три колонны, шеренги;

соблюдать правильную дистанцию в колонне по три и в концентрических кругах;

самостоятельно выполнять требуемые перемены направления и темпа движений, руководствуясь музыкой;

ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с малоконтрастными построениями;

передавать в игровых и плясовых движениях различные нюансы музыки: напевность, грациозность, энергичность, нежность, игривость и т.д.;

передавать хлопками ритмический рисунок мелодии;

повторять любой ритм, заданный учителем;

задавать самим ритм одноклассникам и проверять правильность его исполнения (хлопками или притопами).

**Достаточный уровень:**

самостоятельно уметь правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;

четко различать двухчастную и трехчастную форму в музыке, показывать в движении характер контрастных частей;

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;

различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

**Содержание 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 детскими 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, плавнее, 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***

Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса

Украинская пляска «Коло». Украинская народная мелодия

Парная пляска. Чешская народная мелодия.

Пляска мальчиков «Чеботуха». Русская народная мелодия

Танец с хлопками**.**Карельская народная мелодия

**Тематическое планирование 3 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Раздел | Количество часов |
| 1 | Ориентировка в пространстве | 8 |
| 2 | Ритмика – гимнастические упражнения | 5 |
| 3 | Упражнения с детскими музыкальными инструментами | 4 |
| 4 | Танцевальные упражнения | 14 |
| 5 | Игры под музыку. | 3 |
| 6 | Итого | 34 |

**Календарно-тематическое планирование 3 класс (ритмика)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Дата проведения | |
| план | факт |
| 1 | Введение. ОРУ. Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. | 4.09 |  |
| 2 | 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 | 11.09 |  |
| 3 | Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг. | 18.09 |  |
| 4 | Общеразвивающие упражнения. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону | 25.09 |  |
| 5 | Повторение элементов танца по программе 2 класса | 2.10 |  |
| 6 | Построение в колонны по три . Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки. | 9.10 |  |
| 7 | 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. | 16.10 |  |  |
| 8 | Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. | 23.10 |  |
| 9 | Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. | 6.11 |  |
| 10 | Движения парами: сильные поскоки, боковой галоп | 13.11 |  |
| 11 | Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. | 20.11 |  |
| 12 | Упражнения на кординацию движений. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки.. | 27.11 |  |
| 13 | Поднятие руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). | 04.12 |  |
| 14 | Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса | 11.12 |  |
| 15 | Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне. | 18.12 |  |
| 16 | Украинская пляска «Коло». Украинская народная мелодия | 25.12 |  |
| 17 | Парная пляска. Чешская народная мелодия | 15.01 |  |
| 18 | Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). | 22.01 |  |
| 20 | Игры под музыку.  Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. | 29.01 |  |
| 21 | Пляска мальчиков «Чеботуха» | 05.02 |  |
| 22 | Ритмико-гимнастические упражнения. Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук.Упражнения на расслабление мышц | 12.02 |  |
| 23 | Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. | 19.02 |  |
| 24 | Упражнения на координацию движений Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). | 26.02 |  |
| 25 | Танец с хлопками**.**Карельская народная мелодия | 04.03 |  |
| 26 | Ритмико-гимнастические упражнения.  Упражнения на расслабление мышц. Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону. | 11..03 |  |
| 27 | Танцевальные упражнения.  Русская народная мелодия | 25.03 |  |
| 28 | Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. | 1.04 |  |
| 29 | Игры под музыку. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением. | 8.04 |  |
| 30 | Ритмико-гимнастические упражнения.  Упражнения на координацию движений | 15.04 |  |
| 31 | Танцевальные упражнения.  Полька | 22.04 |  |
| 32 | Танцевальные упражнения  Движения парами. Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками | 29.04 |  |
| 33 | Игры под музыку. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. | .05 |  |
| 34 | Ритмико-гимнастические упражнения. | 20.05 |  |