

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)”, приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), "Федерального Государственного Образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) вариант 1 с учетом рекомендаций новой программы воспитания. ГКОУ «С(К)ШИ» с. Черный Отрог на 2023-2024 учебный год.

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

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»; «Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

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

Для воспитания перечисленных музыкально-двигательных умений используються разновидности ходьбы и бега, различные прыжки, танцевальные упражнения, упражнения ритмической гимнастики, музыкально-ритмические игры и эстафеты, упражнения с мячом, скакалкой, на гимнастической скамейке.

На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока  отводиться на каждый раздел различное количество времени, имееться в виду, что в начале и конце урока  включаеться 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.

Основная цель данных упражнений – научит умственно отсталых детей согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением и без напряжения, сопоставление пальцев.

Обучению детей с ОВЗ танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков чёткого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения.

Разучивая танцы и пляски, учащиеся знакомятся с их названиями (полька, гопак, хоровод, кадриль, вальс), а также с основными движениями этих танцев (притопы, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и др.)

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

Основные задачи изучения коррекционного курса:

Разнородность состава учащихся I-IV класса по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач:

* коррекция нарушений физического развития;
* формирование двигательных умений и навыков;
* развитие двигательных способностей в процессе обучения;
* укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
* раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов ритмической деятельности;
* формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении ритмических упражнений;
* формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
* поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
* формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по ритмике;
* воспитание устойчивого интереса к занятиям к ритмическим упражнениям;
* воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;

Коррекция недостатков психического и ритмического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

* обогащение чувственного опыта;
* коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
* формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

**2. Общая характеристика учебного предмета**

**Программа  по  ритмике  состоит из пяти разделов:**

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 детям вид движения (надо говорить: *будете двигаться,*а *не бегать, прыгать, шагать).*

После того как ученики научатся самостоятельно изображать повадки различных животных и птиц, деятельность людей, можно вводить инсценирование песен (2  класс ), таких, как «Почему медведь зимой спит», «Как на тоненький ледок», в которых надо раскрыть не только образ, но и общее содержание. В дальнейшем (3 класс) предлагается инсценирование хорошо известных детям сказок. Лучше всего начинать со сказок «Колобок», «Теремок». В 4 классе дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».

Обучению младших школьников танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения. Например, освоение хорового шага связано со спокойной русской мелодией, а топающего —с озорной плясовой. Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками в руке заставляет ходить бодрее, шире. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко.

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

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

**3. Описание места учебного предмета.**

Программа  рассчитана на 4 года обучения - 1 час в неделю (135 ч.)

.

**4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

**Освоение обучающимися АООП, которая создана на основе ФГОС, предполагает достижение ими двух видов результатов: *личностных и предметных.***

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит ***личностным*** результатам, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения учебного предмета «Ритмика» образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные)

компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки.

К личностным результатам освоения предмета «Ритмика» 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*** освоения АООП образования включают освоенные обучающимися знания и умения, специфичные для «ритмики», готовность их применения. Предметные результаты обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) не являются основным критерием при принятии решения о переводе обучающегося в следующий класс, но рассматриваются как одна из составляющих при оценке итоговых достижений.

АООП определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

Минимальный уровень является обязательным для большинства обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вместе с тем, отсутствие достижения этого уровня отдельными обучающимися по отдельным предметам не является препятствием к получению ими образования по этому варианту программы. В том случае, если обучающийся не достигает минимального уровня овладения предметными результатами по всем или большинству учебных предметов, то по рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии и с согласия родителей (законных представителей) .

**Минимальный уровень:**

представления о ритмике как о средстве укрепления здоровья, упражнения на ориентировку в пространстве;

выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;

знание основных правил поведения на уроках ритмике и осознанное их применение;

выполнение Ритмико-гимнастических несложных упражнений по словесной инструкции ;

представления о двигательных действиях; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

ходьба в различном темпе с различными исходными положениями; взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, танцев под руководством учителя;

знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в мероприятиях.

**Достаточный уровень:**

практическое освоение упражнений на ориентировку в пространстве, ритмико-гимнастических упражнений, упражнения с детскими музыкальными инструментами, игры под музыку,танцевальные упражнения.

самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики; владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);

выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя,

подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.

совместное участие со сверстниками в подвижных играх и танцах; оказание посильной помощь и поддержки сверстникам в процессе участия в различных мероприятиях;

знание традиций своего народа и других народов; знание способов использования различного музыкального инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;

знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;

знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в мероприятиях.

**Содержание системы оценки.**

5 («отлично») полный ответ, технически качественное и

художественно осмысленное исполнение,

отвечающее всем требованиям на данном этапе

обучения

4 («хорошо») отметка отражает ответ и грамотное

исполнение с небольшими недочетами (как в

техническом плане, так и в художественном)

3 («удовлетворительно») ответ и исполнение с большим количеством

недочетов, а именно: неграмотно и

невыразительно выполненное движение, слабая

техническая подготовка, неумение

анализировать свое исполнение, незнание

методики исполнения изученных движений и

т.д.

2 («неудовлетворительно») комплекс недостатков, являющийся следствием

отсутствия регулярных аудиторных занятий, а

также интереса к ним, невыполнение

программных требований

«зачет» (без отметки) отражает достаточный уровень подготовки и

исполнения на данном этапе обучения

**Календарно-тематическое планирование - ПО РИТМИКЕ**

**1 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел. Тема | Кол-во часов | Виды деятельности | Дата | Реализация программы воспитания, модуль «Школьный урок» |
| **1 четверть-8ч.** | | | | |  |
| 1 | Упражнения на ориентировку в пространстве Построение в шеренгу. | 1 | Построение | 01.09 | 205 лет со дня рожденияА.К.Толстого, русского писателя. поэта(1817-1975). Игра «Подбери предмет по цвету» |
| 2 | Правильное исходное положение. Приветствие. | 1 | Построение | 08.09 |  |
| 3 | Ходьба и бег с высоким подниманием колен. | 1 | Ходьба | 15.09 | 210 лет со дня Бородинского сражения (1812 г.)  Игра «Поможем товарищу» |
| 4 | Отбрасывание прямой ноги вперёд и оттягивание носка. | 1 | Отбрасывание прямой ноги вперёд и оттягивание носка. | 22.09 |  |
| 5 | Перестроение в круг из шеренги, цепочки. | 1 | Перестроение | 29.09 |  |
| 6 | Ритмико-гимнастические упражнения.  Общеразвивающие упражнения без предметов. | 1 | Общеразвивающие упражнения без предметов | 06.10 | **Международный день учителя.** |
| 7 | Общеразвивающие упражнения с флажками. | 1 | Упражнения с флажками | 13.10 |  |
| 8 | Общеразвивающие упражнения с платочком. | 1 | Общеразвивающие упражнения с платочком | 20.10 | 175 лет со дня рождения Павла Николаевича Яблочкова, электротехника |
| 9 | Общеразвивающие упражнения на координацию движений. | 1 | Общеразвивающие упражнения на координацию движений. | 27.10 | 90 лет со дня рождения Владимира Николаевича Войновича, русского писателя (1932); |
| 10 | Упражнения на расслабление мышц. | 1 | Упражнения на расслабление мышц. | 10.11 | 105 лет Октябрьской революции в России 1917 года; |
| 11 | Игры под музыку. | 1 | Игра | 17.11 |  |
| 12 | Знакомство с танцевальными движениями. | 1 | Танцевальные движения. | 24.11 |  |
| 13 | Бодрый, спокойный, топающий шаг. | 1 | Разновидность шагов. | 01.12 | Игра «Прятки с цифрами»  – Всемирный день волонтёров |
| 14 | Бег лёгкий, на полупальцах. | 1 | Бег | 08.12 |  |
| 15 | Подпрыгивание на двух ногах. | 1 | Подпрыгивание | 15.12 | Всемирный день борьбы со СПИДом. |
| 16 | Элементы русской пляски. | 1 | Танцы | 22.12 |  |
| 17 | Упражнения на координацию движений.Ориентировка в направлении движений вперёд, назад, направо, налево, в круг, из круга. | 1 | Упражнения на координацию движений. | 29.12 |  |
| 18 | Общеразвивающие упражнения с обручем. | 1 | Общеразвивающие упражнения с обручем. | 12.01 |  |
| 19 | Общеразвивающие упражнения с палкой | 1 | Общеразвивающие упражнения с палкой. | 19.01 |  |
| 20 | Упражнения на координацию движений. | 1 | Общеразвивающие упражнения на координацию движений. | 26.01 |  |
| 21 | Упражнения на расслабление мышц. | 1 | Общеразвивающие упражнения на расслабление мышц. | 02.02 |  |
| 22 | Упражнения ритмической гимнастики. | 1 | Гимнастические ритмические упражнения | 09.02 |  |
| 23 | Выделение пальцев рук. | 1 | Упражнения для пальцев рук | 01.03 |  |
| 24 | Упражнения для пальцев рук. | 1 | Упражнения для пальцев рук | 15.03 |  |
| 25 | Упражнения на шумовых инструментах | 1 | Упражнения на инструментах | 22.03 |  |
| 26 | Пальчиковые игры. | 1 | Игра | 05.04 |  |
| 27 | Самомассаж пальцев. | 1 | Самомассаж | 12.04 |  |
| 28 | Движения парами: бег, ходьба | 1 | Бег, ходьба | 19.04 |  |
| 29 | Движения парами: кружение на месте. | 1 | Бег, ходьба | 26.04 |  |
| 30 | «Пальчики и ручки» русская. | 1 | Танец | 03.05 |  |
| 31 | «Стукалка» украинская. | 1 | Танец | 10.05 |  |
| 32 | ***Танцы и пляски.*** Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелёк». | 1 | Танец | 17.05 |  |
| 33 | Парная пляска. Чешская народная мелодия. | 1 | Пляски | 24.05 |  |
| 34 | Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова. | 1 | Пляски | 30.05 |  |

**Календарно-тематическое планирование учебного предмета «Ритмика» 2 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Реализация воспитательной программы**  **Модуль «Школьный урок»** | **Дата урока** |
| **1 четверть** | | | | |
| 1 | Совершенствование навыков ходьбы и бега. | 1 | Акция «Нарисуй дружбу» | **Сентябрь**  04 |
| 2 | Ходьба вдоль стен с чёткими поворотами в углах зала. | 1 |  | 11 |
| 3 | Построение в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. | 1 | Игра «Объятия» | 18 |
| 4 | Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и движения врассыпную. | 1 | игра «Пойми меня» | 25 |
| 5 | Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место. | 1 | Ролевая игра: «Подбери пару», «Что сначала, что потом». | **Октябрь**  02 |
| 6 | Шаг на носках, в полуприсяде, выпадами. | 1 | Игра «А я сегодня такой!» | 09 |
| 7 | Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения. | 1 | **День рождения Хворостовского Д.А.**  Игровой прием: «Музыкальная змейка» | 16 |
| 8 | Наклоны и повороты головы вперёд, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени | 1 | Музыкальная подвижная игра: «Сделай так» | 23 |
| **2 четверть** | | | | |
| 9 | Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Найди свою половину» | **Ноябрь**  06 |
| 10 | Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. | 1 | Музыкальная подвижная игра: «Ходим кругами» | 13 |
| 11 | Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Весёлая зарядка» | 20 |
| 12 | Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. | 1 |  | 27 |
| 13 | Упражнения с мячом, с флажками. | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Ты катись весёлый мяч»» | **Декабрь**  04 |
| 14 | Движения правой руки вверх – вниз с одновременным движением левой руки от себя – к себе перед грудью (смена рук). | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Заводные игрушки» | 11 |
| 15 | Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения | 1 | 18 |
| 16 | Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки. | 1 | Музыкальная подвижная игра: «Ходим кругами» | 25 |
| **3 четверть** | | | | |
| 17 | Массаж пальцев. | 1 | Кинезиологические упражнения, игра с прищепками | **Январь**  15 |
| 18 | Свободное падение рук с исходного положения в стороны и перед собой. | 1 | Музыкальная подвижная игра: «Слушаем хлопки» | 22 |
| 19 | Раскачивание рук поочерёдно и вместе вперёд, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперёд. | 1 |  | 29 |
| 20 | Простейшие приёмы самомассажа | 1 | Кинезиологические упражнения | **Февраль**  05 |
| 21 | Гимнастика для глаз*.* | 1 | Выполнение упражнений по системе Базарного | 12 |
| 22 | Круговые движения кистью (напряжённое и свободное). | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Сделай так», «Чей кружок быстрее» | 19 |
| 23 | Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. | 1 | 26 |
| 24 | Пальчиковые игры. | 1 | Музыкальная пальчиковая сказка «Теремок» | **Март**  04 |
| 25 | Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Волшебный платочек»» | 11 |
| 26 | Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. | 1 | Музыкальная подвижная игра: «Антошка» | 18 |
| **4 четверть** | | | | |
| 27 | Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Три медведя шли домой…» | **Апрель**  08.04 |
| 28 | Игры с пением и речевым сопровождением.  Музыкальные игры с предметами. | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «На чём играю», «Какой инструмент лишний?» | 15 |
| 29 | Тихая, насторожённая ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. | 1 | Музыкальная подвижная игра: «Стучалки»» | 22 |
| 30 | Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. | 1 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Живая шляпа» | **29.04** |
| 31 | Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. | 1 | Музыкальная игра: «Рукавичка » | 06.05 |
| 32 | Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелёк». | 1 | Музыкальная подвижная игра: «Песенный хоровод» | 13 |
| 33 | Парная пляска. | 1 | Музыкальная игра: «Огородная -хороводная » | 20 |
| 34 | Основные движения местных народных танцев. | 1 | Музыкальная игра: «Сороконожка» | 27 |

**Календарно-тематическое планирование**

**3 класс**

**1 четверть-8 ч.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел. Тема. | Количество часов | | Виды деятельности | | дата | |
| 1 | ***Упражнения на ориентировку в пространстве*** . Ходьба в соответствии с метрической пульсацией. | 1 | | Ходьба | | 5.09 | |
| 2 | Чередование ходьбы с приседанием со сгибанием коленей  на носках | 1 | | Ходьба | | 12.09 | |
| 3 | Чередование ходьбы широким и мелким шагом | 1 | | Ходьба | | 19.09 | |
| 4 | Чередование ходьбы на пятках, держа ровно спину | 1 | | Ходьба | | 26.09 | |
| 5 | Построение в колонны по три. | 1 | | Построение | | 3.10 | |
| 6 | ***Ритмико-гимнастические упражнения.*** Общеразвивающие упражнения. | 1 | | Ритмико-гимнастические упражнения. | | 10.10 | |
| 7 | Упражнения на координацию движений. Упражнения на расслабление мышц. | 1 | | Упражнения на координацию движений. | | 17.10 | |
| 8 | ***Упражнения с детскими музыкальными инструментами.*** Сгибание  и разгибание кистей рук, встряхивание | 1 | | Упражнение для кистей рук | | 24.10 | |
| **2 четверть-ч.** | | | | | |  | |
| 9 | Повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. | 1 | | | Упражнение для кистей рук | 7.11 |
| 10 | Упражнение для кистей рук с барабанными палочками. | 1 | | | Упражнение для кистей рук | 14.11 |
| 11 | ***Игры под музыку.***  Передача в движениях частей музыкальных произведений. | 1 | | | Игры | 21.11 |
| 12 | Передача в движениях динамического  нарастания в музыке. | 1 | | | Игры | 28.11 |
| 13 | Самостоятельное ускорение темпа разнообразных движений. | 1 | | | Игры | 5.12 |
| 14 | ***Танцевальные упражнения.*** Шаг на носках, шаг польки. | 1 | | | Танцевальные упражнения. Шаг на носках | 12.12 |
| 15 | Широкий, высокий бег. | 1 | | | Танцевальные упражнения. Бег. | 19.12 |
| 16 | Сильные поскоки, боковой галоп. | 1 | | | Танцевальные упражнения. Бег. | 26.12 |
| **3 четверть-10ч.** | | | | | | | |
| 17 | ***Упражнения на ориентировку в пространстве.*** Перестроение из одного круга в два | 1 | | | Перестроение | 9.01 |
| 18 | Перестроение в 3 отдельных маленьких круга. | 1 | | | Перестроение | 16.01 |
| 19 | Концентрические круги путём отступления одной группы детей на шаг вперёд, другой – на шаг назад. | 1 | | | Перестроение | 23.01 |
| 20 | ***Ритмико-гимнастические упражнения.*** Общеразвивающие упражнения. | 1 | | | Ритмико-гимнастические упражнения. | 30.01 |
| 21 | Упражнения на координацию движений. | 1 | | | Упражнения на координацию движений. | 6.02 |
| 22 | Упражнения на расслабления мышц. | 1 | | | Упражнения на расслабления мышц. | 13.02 |
| 23 | ***Упражнения с детскими музыкальными инструментами*** . Выполнение упражнений с барабанными палочками | 1 | | | Выполнение упражнений с барабанными палочками | 20.02 |
| 24 | ***Игры под музыку.*** Исполнение движений пружиннее, плавнее, применяя для этого известные элементы движений танца. | 1 | | | Игры | 27.02 |
| 25 | Исполнение движений спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений танца. | 1 | | | Игры | 5.03 |
| 26 | Упражнения в передаче игровых образов при инсценировании песен. | 1 | | | Игры | 12.03 |
| 27 | Самостоятельное замедление темпа разнообразных движений. | 1 | | | Игры | 19.03 |
| **4 четверть-8ч.** | | |  | | | | |
| 28 | ***Танцевальные упражнения.*** Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием | 1 | | | Приставные шаги с приседанием | 9.04 |
| 29 | Полуприседание с выставлением ноги на пятку | 1 | | | Танцевальные упражнения.Полупреседание. | 16.04 |
| 30 | Присядка на месте и с продвижением | 1 | | | Танцевальные упражнения. Присядка. | 23.04 |
| 31 | Полуприсядка на месте и с продвижением | 1 | | | Танцевальные упражнения.Полупресядка. | 30.04 |
| 32 | ***Танцы и пляски.***Танцы«Дружные тройки» | 1 | | | Танцы и пляски. | 7.05 |
| 33 | Парная пляска. Чешская народная мелодия. | 1 | | | Танцы и пляски. | 14.05 |
| 34 | Хлопки. Полька. Музыка Ю.Слонова. | 1 | | | Танцы и пляски. | 21.05 |
| 35 | Основные движения местных народных танцев. | 1 | | | Танцы и пляски. | 28.05 |

**Календарно-тематическое планирование учебного предмета «Ритмика» в 4 классе**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел. Тема.** | **Количество часов** | **Дата**  **урока** | **Реализация программы воспитания, Модуль «Школьный урок»** |
|  | **1 четверть** |  |  |  |
|  | **Упражнения на ориентировку в пространстве.**Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. | 1 | 07.09 | Ролевая игра: «Подбери пару», «Что сначала, что потом». |
|  | Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. | 1 | 14.09 | **День танкиста** |
|  | Построение в шахматном порядке. | 1 | 21.09 | **Международный день мира** |
|  | Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. | 1 | 28.09 | Игровой прием « Музыкальная змейка» |
|  | Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. | 1 | 05.10 | **День учителя.** |
|  | **Общеразвивающие упражнения.**Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны . | 1 | 12.10 | Игра «А я сегодня такой!» |
|  | Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. | 1 | 19.10 | Музыкальная подвижная игра: «Сделай так» |
|  | Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. | 1 | 26.10 | **125 лет со дня создания Московского художественного академического театра** |
|  | **2 четверть** |  |  |  |
|  | Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. | 1 | 09.11 | Кинезиологические упражнения, игра с прищепками |
|  | Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. | 1 | 16.11 | **День ракетных войск и артиллерии** |
|  | Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. | 1 | 23.11 | **115 лет со дня рождения Николая Николаевича Носова, детского писателя** |
|  | Упражнения на гимнастической скамейке, с обручем.  Упражнения на выработку осанки. | 1 | 30.11 | **Всемирный день домашних животных**  **30 лет со дня утверждения Государственного Герба РФ** |
|  | **Упражнения на координацию движений.** Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. | 1 | 07.12 | **Международный день гражданской авиации** |
|  | Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. | 1 | 14.12 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Найди свою половину» |
|  | Поочерёдные хлопки над головой, на груди, пред собой, справа, слева, на голени. | 1 | 21.12 | Музыкальная подвижная игра: «Слушаем хлопки» |
|  | **Упражнения на расслабление мышц**. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). | 1 | 28.12 | **Международный день кино**  Музыкальная подвижная игра: «Сделай так» |
|  | **3 четверть** |  |  |  |
| 1. | **Упражнения с детскими музыкальными инструментами.**  Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. | 1 | 11.01 | **День заповедников и национальных парков**  **Всемирный день «Спасибо»**  Кинезиологические упражнения. |
| 2. | Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений. | 1 | 18.01 | Кинезиологические упражнения, пальчиковые игры |
| 3. | Игры под музыку«Если весело живётся, делай так» | 1 | 25.01 | Музыкальная подвижная игра: «Стучалки»» |
| 4. | «Водим хороводы» | 1 | 01.02 | Музыкальная подвижная игра: «Ритмическая эстафета» |
| 5. | Игры под музыку «Выглянуло солнышко…» | 1 | 08.02 | Музыкальная подвижная игра: «Песенный хоровод» |
| 6. | Игры под музыку**«**Мы сперва пойдем налево, раз, два, три…» | 1 | 15.02 | Музыкальная подвижная игра «Замороженный танец» |
| 7. | Игры под музыку**«Лейся, песня!»** | 1 | 22.02 | Музыкальная игра: «Рукавичка » |
| 8. | **Танцевальные упражнения.**Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. | 1 | 29.02 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Три медведя шли домой…» |
| 9. | Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. | 1 | 07.03 | Музыкально – ритмичное упражнение: «Заводные игрушки» |
| 10. | Составление несложных танцевальных композиций | 1 | 14.03 | Музыкальная подвижная игра «Танец-маскарад» |
| 11. | Составление несложных танцевальных композиций | 1 | 21.03 | **День Земли.** Музыкальная подвижная игра «Фотоаппарат» |
|  | **4 четверть** |  |  |  |
| 1 | Игры с пением, речевым сопровождением. | 1 | 04.04 | Музыкальная подвижная игра «Что слышу, то и говорю» |
| 2 | Инсценирование музыкальных сказок, песен. | 1 | 11.04 | Музыкальная подвижная игра «Реклама», «веселый бубен». |
| 3 | Круговой галоп. Венгерская народная  мелодия. | 1 | 18.04 | **Международный день охраны памятников и исторических мест**  Игра «Танцевальная фигура замри» |
| 4 | Кадриль. Русская народная мелодия. | 1 | 25.04 | Танцевальная игра «Как мы умеем танцевать» |
| 5 | Бульба. Белорусская народная мелодия. | 1 | 02.05 | Игра «Весело танцуем» |
| 6 | Узбекский танец. Музыка Р. Глиэра. | 1 | 16.05 | **100 лет назад вышел литературно-художественный журнал для детей «Мурзилка»** |
| 7 | Грузинский танец «Лезгинка». | 1 | 23.05 |  |
| 8 | Основные движения местных народных танцев. | 1 | 30.05 | Музыкальная подвижная игра **«Запомни свое место»** |

ОПИСАНИЕ МЕТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Материально-техническое обеспечение предмета «Ритмика» включает в себя: спортивны зал (S=), необходимый набор спортивного инвентаря и оборудования с учетом особенностей образовательного процесса на каждой ступени образования, специфики учебного предмета, минимально допустимый перечень библиотечного фонда (книгопечатной продукции), печатных пособий, технических, компьютерных и других информационных средств обучения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование объектов и средств материально-технического оснащения** | **Количество** | **Примечание** |
| Спортивный инвентарь | | |
| Диск вращающийся | 2 |  |
| Коврик гимнастический | 10 |  |
| Коврик резиновый | 12 |  |
| Мат гимнастический | 8 |  |
| Мостик гимнастический | 1 |  |
| Мяч волейбольный | 6 |  |
| Мяч футбольный | 6 |  |
| Обручи | 12 |  |
| Секундомер | 1 |  |
| Скакалка | 12 |  |
| Турник навесной | 1 |  |
| Мяч гимнастический с ручкой | 8 |  |
| Набор для боулинга | 2 |  |
| Ролик двухрядный | 2 |  |
| Гимнастические палки | 15 |  |
| Флажки | 12 |  |
| Спортивное оборудование | | |
| Эллиптический тренажер | 1 |  |
| Стенка гимнастическая | 1 |  |
| Сетка заградительная | 1 |  |
| Технические средства обучения | | |
| Музыкальный центр | 1 |  |
| СД-диски | 10 |  |
|  |  |  |

1. Программно-методические материалы. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа:

физическая культура, ритмика. Издательство «Дрофа», 2009.

2. Т. А. Замятина, Л. В. Стрепетова. Музыкальная ритмика: учебно-методическое пособие. Издательство «Глобус».

3. Е. В. Васина, Е. Л. Савченко, сборник программ художественно-эстетического образования: история

хореографического искусства, современный танец, ред. Дизендорф Н. Д. – Челябинск: ООО «Издательство

Рекпол», 2008.

4. Видеодиски «Уроки ритмики». Автор: учитель ритмики Семенкова Л. Ю..5. Видеодиски «Уроки хореографии». Авторы: Е. В. Васина, Е. Л. Савченко.

6. Бекина, С.И.Музыка и движение. Упражнения, игры, пляски для детей 6-7 лет. Часть 1 и Часть 2 /С. И. Бекина,

Т.П. Ломова, Е. Н. Соковнина. -М, 1999. -С. 34 – 37.

7. Буренина, А.И. Ритмическая мозаика/ А. И. Буренина.- СПб, 2000. – 89 с.

8. Власова, Т. М. Фонетическая ритмика / Т. М. Власова, А. Н. Пфафенродт .-М.1997.– 128 с.

9. Мухина,А.Я. Речедвигательная ритмика/ А.Я. Мухина, Изд-во Астрель, ВКТ. 2009. – 128 с

10. Цвынтарный, В.И. Играем, слушаем, подражаем - звуки получаем/ В.И. Цвынтарный. СПб.1998. -98.

11. Чибрикова-Луговская, А.Е. Ритмика/ А.Е.Чибрико-Луговская.- М. Изд-во Дрофа. 1998.-146 с.

12. Чистякова, М.И. Психогимнастика./ М.И. Чистякова.-М. Изд-во Сфера. 2013.-76 с.

13. Шашкина, Г.Р. Музыкальное воспитание детей с проблемами в развитии и коррекционная ритмика.

Методическое пособие для дефектологов/ Шашкина Г.Р.,Медведева Е.А., Комиссарова Л.Н., Сергеева О.Л.,

2002.-224 с.

14. Яхина, Е.З. Методика музыкально-ритмических занятий с детьми, имеющими нарушения слуха/ Е.З. Яхина.