

**Рабочая программа**

**по ритмике**

Образовательная область: коррекционно - развивающая

**1 - 9 класс**

**2024 – 2025 учебный год**

Составила учитель

Чуйко Лариса Дмитриевна

**Рубцовск**

**2024 г.**

Ритмика

(1ч. в неделю)

**Пояснительная** **записка**

Рабочая программа разработана с учетом нормативных–правовых документов, регламентирующих составление и реализацию рабочих программ:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки от 19 декабря 2014 г. № 1599.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (Зарегистрирован 30.12.2022 № 71930)
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) КГБОУ «Рубцовская общеобразовательная школа – интернат №1».
5. Учебный план КГБОУ «Рубцовская общеобразовательная школа – интернат №1» на текущий учебный год.
6. Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством Просвещения РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных школах.

Цель : Овладение учащимися первоначальными навыками движения под музыку и в соответствии с её характером. Учить ориентировке в направлении вперёд, назад, направо, налево, из круга, в круг.

Задачи :

* Учить выполнять движения в соответствии с изменением характера музыки (быстро — медленно)
* Учить занимать правильное исходное положение, ровняться в шеренге и колонне.
* Ходить свободным естественным шагом, двигаться по залу в разных направлениях, не мешая друг другу.
* Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами, выполнять игровые и плясовые движения;
* Воспитывать интерес к занятиям ритмикой, к собственной танцевальной деятельности.

Решение названных задач обеспечит становление музыкально-эстетического сознания, усвоения элементарных навыков музыкально-ритмической деятельности, а также личностную заинтересованность в совершенствовании выразительности пластики движений в танцах, играх, упражнениях.

Курс предусматривает изучение следующих **разделов:**

1. «Ритмико-гимнастические упражнения»

1.1. «Упражнения на ориентировку в пространстве»

1.2. «Общеразвивающие упражнения»

1.3. «Упражнения на координацию движений»

1.4. «Упражнения на расслабление мышц»

2. « Упражнения с детскими музыкальными инструментами»

3. «Игры под музыку»

4. «Танцевальные упражнения»

В раздел **ритмико-гимнастических упражнений** входят **упражнения на ориентировку в пространстве.** В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба, бег, перестроения с образованием круга, шеренги, движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления обучающихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.

**Общеразвивающие упражнения** формируют красивую осанку, дают возможность согласовывать движения с характером музыки (веселая, грустная), средствами музыкальной выразительности(темпом, динамикой, регистром), развивают способность переживать содержание музыкального образа, что позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.

Упражнения с предметами – развивают ловкость, точность движений. Организующее начало музыки, ее ритмическая структура, динамическая окрашенность, темповые изменения вызывают постоянную концентрацию внимания, запоминание условий выполнения упражнений, быструю реакцию на смену музыкальных фраз. Задания на самостоятельный выбор движений, соответствующих характеру мелодии, формируют активность и воображение, координацию и выразительность движений.

Основная цель **упражнений на координацию движений –** научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы.

**Упражнения на расслабление мышц** помогают снятию мышечного напряжения. Рекомендуется проводить в игровой форме (изобразить маятник, заводную куклу, имитация стряхивания воды с пальцев).

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами** применяются для развития подвижности пальцев, умения соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности вызывает у обучающихся живой эмоциональный интерес, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. С помощью музицирования на детских музыкальных инструментах формируются все компоненты музыкального слуха: тембровый, динамический, ритмический, мелодический.

**Игры под музыку** являются важным средством сенсорного развития, в частности развития у обучающихся слуховых ощущений. Они обогащают воспитанников новыми впечатлениями, развивают у них инициативу, способность к восприятию и различению основных свойств музыкального вкуса, формируют умение создавать музыкально-двигательный образ, ориентироваться в пространстве, помогают в формировании чувства коллективизма, взаимопомощи, дисциплинированности.

Особенностью раздела **«Танцевальные упражнения»** является то, что обучению танцам предшествует работа по формированию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения (простой хороводный шаг связан со спокойной русской мелодией, а топающий – с плясовой). Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками заставляет ходить бодрее, энергичнее. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела носят не только развивающий характер, но и познавательный. Разучивая движения, обучающиеся знакомятся с их названиями (хороводный шаг, топающий шаг, притоп).

Предметное содержание программы направлено на последовательное формирование и отработку действий музыкально-ритмической деятельности.

Программа ориентирована на формирование умений самостоятельного использования приобретенных навыков в различных видах музыкально-исполнительской деятельности, в том числе и в ходе изучения других школьных дисциплин.

Успех в обучении ритмике обучающихся класса зависит, с одной стороны – учета трудностей и особенностей овладения ими музыкально-ритмической деятельностью, а с другой – от учета их психофизических способностей. Состав класса разнороден, поэтому трудности и потенциальные возможности каждого обучающегося своеобразны. В данном курсе имеет место дифференциация учебных требований к разным категориям обучающихся по степени их обучаемости.

Принципы, используемые на уроках ритмики, следующие:

1. Дидактические принципы:

- доступности обучения (обучение на уровне возможностей обучающихся);

- наглядности (иллюстрации, образцы движений, видеозаписи танцевальных композиций);

- индивидуального и дифференцированного подхода, которые предполагают учет особенностей развития и музыкально двигательных способностей;

- систематичности и последовательности( при изучении нового используются навыки и умения, приобретенные ранее );

- связь с жизнью(при знакомстве с новым материалом опираться на имеющийся жизненный опыт обучающихся - предметы и образы окружающего мира, знания, полученные на других предметах);

2. Принципы коррекционно - развивающего сопровождения:

- развитие динамичности восприятия (задания по степени нарастающей трудности, многократной повторяемости с элементами новизны, смена видов деятельности);

- принцип продуктивной обработки информации( от простого упражнения к сложному).

**Требования к результатам освоения**

**учебного предмета «Ритмика»**

**в 1 классе**

* 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.
* Формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований( две подгруппы), формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями, оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).
* формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность.

1-я подгруппа –

* 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;

2-я подгруппа –

* ходить свободным естественным шагом по залу, не мешая друг другу,
* ходить и бегать сохраняя круг, ориентируясь на товарищей;
* стараться соотносить движения рук и ног, выполнять движения по показу учителя.

Ритмика

2 класс

(1ч. В неделю)

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана с учетом нормативных документов, регламентирующих составление и реализацию рабочих программ:

• Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

• Примерные программы по учебным предметам под ред. В.В. Воронковой

• Адаптированная основная общеобразовательная программа КГБОУ «РОШИ №1» 5-10 классы на 2019-2020 учебный год;

• Учебный план КГБОУ «РОШИ №1» на 2019-2020 учебный год;

• Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Минобрнауки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных школах. Приказ Минобрнауки № 15 от 26.01.17г.

• Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Цель : Учить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Совершенствовать навык движения под музыку в соответствии с её характером.

Задачи:

* Формировать умение двигаться в соответствии с музыкой, согласовывая движения с характером музыки.
* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.
* Воспитывать интерес к занятиям ритмикой, к собственной танцевальной деятельности.
* Ритмично выполнять движения руками и ногами, выполнять игровые и плясовые движения.

Решение названных задач обеспечит становление музыкально-эстетического сознания, усвоения элементарных навыков музыкально-ритмической деятельности, а также личностную заинтересованность в совершенствовании выразительности пластики движений в танцах, играх, упражнениях.

Курс 2-го класса предусматривает изучение следующих **разделов:**

1. «Ритмико-гимнастические упражнения»

1.1. «Упражнения на ориентировку в пространстве»

1.2. «Общеразвивающие упражнения»

1.3. «Упражнения на координацию движений»

1.4. «Упражнения на расслабление мышц»

2. « Упражнения с детскими музыкальными инструментами»

3. «Игры под музыку»

4. «Танцевальные упражнения»

В раздел **ритмико-гимнастических упражнений** входят **упражнения на ориентировку в пространстве.** Совершенствование навыков ходьбы и бега. Ходьба вдоль стен с четкими поворотами в углах зала. Построения в шеренгу, колонну, цепочку, круг, пары. Построение в колонну по два. Перестроение из колонны парами в колонну по одному. Построение круга из шеренги и из движения врассыпную. Выполнение во время ходьбы и бега несложных заданий с предметами: обегать их, собирать, передавать друг другу, перекладывать с места на место.

**Общеразвивающие упражнения** формируют красивую осанку, дают возможность согласовывать движения с характером музыки (веселая, грустная), средствами музыкальной выразительности(темпом, динамикой, регистром), развивают способность переживать содержание музыкального образа, что позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений. Разведение рук в стороны, раскачивание их перед собой, круговые движения, упражнения с лентами. Наклоны и повороты головы вперед, назад, в стороны, круговые движения. Наклоны туловища, сгибая и не сгибая колени. Наклоны и повороты туловища в сочетании с движениями рук вверх, в стороны, на затылок, на пояс. Повороты туловища с передачей предмета (флажки, мячи). Опускание и поднимание предметов перед собой, сбоку без сгибания колен. Выставление правой и левой ноги поочередно вперед, назад, в стороны, в исходное положение. Резкое поднимание согнутых в колене ног, как при маршировке. Сгибание и разгибание ступни в положении стоя и сидя. Упражнения на выработку осанки.

Основная цель **упражнений на координацию движений –** научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. Движения правой руки вверх — вниз с одновременным движением левой руки от себя — к себе перед грудью (смена рук). Разнообразные перекрестные движения правой ноги и левой руки, левой ноги и правой руки и т.д.

**Упражнения на расслабление мышц** помогают снятию мышечного напряжения. Рекомендуется проводить в игровой форме (изобразить маятник, заводную куклу, имитация стряхивания воды с пальцев).

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами** применяются для развития подвижности пальцев, умения соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности вызывает у обучающихся живой эмоциональный интерес, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. С помощью музицирования на детских музыкальных инструментах формируются все компоненты музыкального слуха: тембровый, динамический, ритмический, мелодический. Исполнение несложных ритмических рисунков на бубне и барабане двумя палочками одновременно и поочередно в разных вариациях.

**Игры под музыку** являются важным средством сенсорного развития, в частности развития у обучающихся слуховых ощущений. Они обогащают воспитанников новыми впечатлениями, развивают у них инициативу, способность к восприятию и различению основных свойств музыкального вкуса, формируют умение создавать музыкально-двигательный образ, ориентироваться в пространстве, помогают в формировании чувства коллективизма, взаимопомощи, дисциплинированности.

Особенностью раздела **«Танцевальные упражнения»** является то, что обучению танцам предшествует работа по формированию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения (простой хороводный шаг связан со спокойной русской мелодией, а топающий – с плясовой). Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками заставляет ходить бодрее, энергичнее. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела носят не только развивающий характер, но и познавательный. Разучивая движения, обучающиеся знакомятся с их названиями (хороводный шаг, топающий шаг, притоп). Обязательное повторение и закрепление элементов танца по программе для 1 класса.

Предметное содержание программы направлено на последовательное формирование и отработку действий музыкально-ритмической деятельности.

Программа ориентирована на формирование умений самостоятельного использования приобретенных навыков в различных видах музыкально-исполнительской деятельности, в том числе и в ходе изучения других школьных дисциплин.

Успех в обучении ритмике обучающихся класса зависит, с одной стороны – учета трудностей и особенностей овладения ими музыкально-ритмической деятельностью, а с другой – от учета их психофизических способностей. Состав класса разнороден, поэтому трудности и потенциальные возможности каждого обучающегося своеобразны. В данном курсе имеет место дифференциация учебных требований к разным категориям обучающихся по степени их обучаемости.

Принципы, используемые на уроках ритмики, следующие:

1. Дидактические принципы:

- доступности обучения (обучение на уровне возможностей обучающихся);

- наглядности (иллюстрации, образцы движений, видеозаписи танцевальных композиций);

- индивидуального и дифференцированного подхода, которые предполагают учет особенностей развития и музыкально двигательных способностей;

- систематичности и последовательности( при изучении нового используются навыки и умения, приобретенные ранее );

- связь с жизнью(при знакомстве с новым материалом опираться на имеющийся жизненный опыт обучающихся - предметы и образы окружающего мира, знания, полученные на других предметах);

2. Принципы коррекционно - развивающего сопровождения:

- развитие динамичности восприятия (задания по степени нарастающей трудности, многократной повторяемости с элементами новизны, смена видов деятельности);

- принцип продуктивной обработки информации( от простого упражнения к сложному);

**Требования к результатам освоения**

**учебного предмета «Ритмика»**

**во 2 классе**

* Формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований( две подгруппы), формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями, оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).
* формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность.

1-я подгуппа

* принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
* легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

2-я подгуппа

* 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;

Ритмика

3 класс

(1ч. В неделю)

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана с учетом нормативных документов, регламентирующих составление и реализацию рабочих программ:

• Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

• Примерные программы по учебным предметам под ред. В.В. Воронковой

• Адаптированная основная общеобразовательная программа КГБОУ «РОШИ №1» 5-10 классы на 2019-2020 учебный год;

• Учебный план КГБОУ «РОШИ №1» на 2019-2020 учебный год;

• Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Минобрнауки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных школах. Приказ Минобрнауки № 15 от 26.01.17г.

• Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Цель : Учить создавать музыкально – двигательный образ, добиваясь чёткого и выразительного исполнения. Создание условий для раскрытия и формирования личности средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

* Формировать умение двигаться в соответствии с музыкой, согласовывая движения с характером музыки, самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.
* Воспитывать интерес к занятиям ритмикой, к собственной танцевальной деятельности.
* использовать в своей музыкально-ритмической деятельности простейшие музыкальные инструменты(бубны, маракасы, ложки), предметы (флажки, игрушки)
* видение красоты движений, использовать названия движений

* формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований

Решение названных задач обеспечит становление музыкально-эстетического сознания, усвоения элементарных навыков музыкально-ритмической деятельности, а также личностную заинтересованность в совершенствовании выразительности пластики движений в танцах, играх, упражнениях.

Курс 3-го класса предусматривает изучение следующих **разделов:**

1. «Ритмико-гимнастические упражнения»

1.1. «Упражнения на ориентировку в пространстве»

1.2. «Общеразвивающие упражнения»

1.3. «Упражнения на координацию движений»

1.4. «Упражнения на расслабление мышц»

2. « Упражнения с детскими музыкальными инструментами»

3. «Игры под музыку»

4. «Танцевальные упражнения»

В раздел **ритмико-гимнастических упражнений** входят **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.

**Общеразвивающие упражнения** формируют красивую осанку, дают возможность согласовывать движения с характером музыки (веселая, грустная), средствами музыкальной выразительности(темпом, динамикой, регистром), развивают способность переживать содержание музыкального образа, что позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений. 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.

Основная цель **упражнений на координацию движений –** научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. 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).

**Упражнения на расслабление мышц** помогают снятию мышечного напряжения. Рекомендуется проводить в игровой форме (изобразить маятник, заводную куклу, имитация стряхивания воды с пальцев). 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** применяются для развития подвижности пальцев, умения соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности вызывает у обучающихся живой эмоциональный интерес, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. С помощью музицирования на детских музыкальных инструментах формируются все компоненты музыкального слуха: тембровый, динамический, ритмический, мелодический. 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, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

**Игры под музыку** являются важным средством сенсорного развития, в частности развития у обучающихся слуховых ощущений. Они обогащают воспитанников новыми впечатлениями, развивают у них инициативу, способность к восприятию и различению основных свойств музыкального вкуса, формируют умение создавать музыкально-двигательный образ, ориентироваться в пространстве, помогают в формировании чувства коллективизма, взаимопомощи, дисциплинированности.

Особенностью раздела **«Танцевальные упражнения»** является то, что обучению танцам предшествует работа по формированию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения (простой хороводный шаг связан со спокойной русской мелодией, а топающий – с плясовой). Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками заставляет ходить бодрее, энергичнее. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела носят не только развивающий характер, но и познавательный. Разучивая движения, обучающиеся знакомятся с их названиями (хороводный шаг, топающий шаг, притоп). 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.

Предметное содержание программы направлено на последовательное формирование и отработку действий музыкально-ритмической деятельности.

Программа ориентирована на формирование умений самостоятельного использования приобретенных навыков в различных видах музыкально-исполнительской деятельности, в том числе и в ходе изучения других школьных дисциплин.

Успех в обучении ритмике обучающихся класса зависит, с одной стороны – учета трудностей и особенностей овладения ими музыкально-ритмической деятельностью, а с другой – от учета их психофизических способностей. Состав класса разнороден, поэтому трудности и потенциальные возможности каждого обучающегося своеобразны. В данном курсе имеет место дифференциация учебных требований к разным категориям обучающихся по степени их обучаемости.

Принципы, используемые на уроках ритмики, следующие:

1. Дидактические принципы:

- доступности обучения (обучение на уровне возможностей обучающихся);

- наглядности (иллюстрации, образцы движений, видеозаписи танцевальных композиций);

- индивидуального и дифференцированного подхода, которые предполагают учет особенностей развития и музыкально двигательных способностей;

- систематичности и последовательности( при изучении нового используются навыки и умения, приобретенные ранее );

- связь с жизнью(при знакомстве с новым материалом опираться на имеющийся жизненный опыт обучающихся - предметы и образы окружающего мира, знания, полученные на других предметах);

2. Принципы коррекционно - развивающего сопровождения:

- развитие динамичности восприятия (задания по степени нарастающей трудности, многократной повторяемости с элементами новизны, смена видов деятельности);

- принцип продуктивной обработки информации( от простого упражнения к сложному);

**Требования к результатам освоения**

**учебного предмета «Ритмика»**

**в3 классе**

* Формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований( две подгруппы), формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями, оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).
* формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность.

1-я подгуппа

* 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).

2-я подгуппа

* принимать правильное исходное положение в соответствии с содержанием и особенностями музыки и движения;
* организованно строиться (быстро, точно);
* сохранять правильную дистанцию в колонне парами;
* самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам;
* соблюдать темп движений, обращая внимание на музыку, выполнять общеразвивающие упражнения в определенном ритме и темпе;
* легко, естественно и непринужденно выполнять все игровые и плясовые движения;
* ощущать смену частей музыкального произведения в двухчастной форме с контрастными построениями.

Ритмика

4 класс

(1ч. В неделю)

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана с учетом нормативных документов, регламентирующих составление и реализацию рабочих программ:

• Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

• Примерные программы по учебным предметам под ред. В.В. Воронковой

• Адаптированная основная общеобразовательная программа КГБОУ «РОШИ №1» 5-10 классы на 2019-2020 учебный год;

• Учебный план КГБОУ «РОШИ №1» на 2019-2020 учебный год;

• Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Минобрнауки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных школах. Приказ Минобрнауки № 15 от 26.01.17г.

• Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Цель : Знакомить учащихся с танцами, плясками, а так же их названиями и их основными движениями. Создание условий для раскрытия и формирования личности средствами музыкально-ритмической деятельности.

Задачи:

* Формировать умение двигаться в соответствии с музыкой, согласовывая движения с характером музыки, самостоятельно определять нужное направление движения по словесной инструкции учителя, по звуковым и музыкальным сигналам.
* Воспитывать интерес к занятиям ритмикой, к собственной танцевальной деятельности.
* отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;
* видение красоты движений, использовать названия движений

* формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований

Решение названных задач обеспечит становление музыкально-эстетического сознания, усвоения элементарных навыков музыкально-ритмической деятельности, а также личностную заинтересованность в совершенствовании выразительности пластики движений в танцах, играх, упражнениях.

Курс 4-го класса предусматривает изучение следующих **разделов:**

1. «Ритмико-гимнастические упражнения»

1.1. «Упражнения на ориентировку в пространстве»

1.2. «Общеразвивающие упражнения»

1.3. «Упражнения на координацию движений»

1.4. «Упражнения на расслабление мышц»

2. « Упражнения с детскими музыкальными инструментами»

3. «Игры под музыку»

4. «Танцевальные упражнения»

В раздел **ритмико-гимнастических упражнений** входят **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.

**Общеразвивающие упражнения** формируют красивую осанку, дают возможность согласовывать движения с характером музыки (веселая, грустная), средствами музыкальной выразительности(темпом, динамикой, регистром), развивают способность переживать содержание музыкального образа, что позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп.

Основная цель **упражнений на координацию движений –** научить согласовывать движения рук с движениями ног, туловища, головы. 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).

**Упражнения на расслабление мышц** помогают снятию мышечного напряжения. Рекомендуется проводить в игровой форме (изобразить маятник, заводную куклу, имитация стряхивания воды с пальцев). Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка), То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

**Упражнения с детскими музыкальными инструментами** применяются для развития подвижности пальцев, умения соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности вызывает у обучающихся живой эмоциональный интерес, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие. С помощью музицирования на детских музыкальных инструментах формируются все компоненты музыкального слуха: тембровый, динамический, ритмический, мелодический. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах(бубен, ложки и т.п.) основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

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

**Игры под музыку** являются важным средством сенсорного развития, в частности развития у обучающихся слуховых ощущений. Они обогащают воспитанников новыми впечатлениями, развивают у них инициативу, способность к восприятию и различению основных свойств музыкального вкуса, формируют умение создавать музыкально-двигательный образ, ориентироваться в пространстве, помогают в формировании чувства коллективизма, взаимопомощи, дисциплинированности. 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.

Особенностью раздела **«Танцевальные упражнения»** является то, что обучению танцам предшествует работа по формированию навыков четкого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. К каждому упражнению подбирается такая мелодия, в которой отражены особенности движения (простой хороводный шаг связан со спокойной русской мелодией, а топающий – с плясовой). Почувствовать образ помогают упражнения с предметами. Ходьба с флажками заставляет ходить бодрее, энергичнее. Яркий платочек помогает танцевать весело и свободно, плавно и легко. Задания этого раздела носят не только развивающий характер, но и познавательный. Разучивая движения, обучающиеся знакомятся с их названиями (хороводный шаг, топающий шаг, притоп). Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 3 классе. Упражнения на различение элементов народных танцев. Шаг кадрили: три простых шага и один скользящий, носок ноги вытянут. Пружинящий бег. Поскоки с продвижением назад (спиной). Быстрые мелкие шаги на всей ступне и на полупальцах. Разучивание народных танцев.

Предметное содержание программы направлено на последовательное формирование и отработку действий музыкально-ритмической деятельности.

Программа ориентирована на формирование умений самостоятельного использования приобретенных навыков в различных видах музыкально-исполнительской деятельности, в том числе и в ходе изучения других школьных дисциплин.

Успех в обучении ритмике обучающихся класса зависит, с одной стороны – учета трудностей и особенностей овладения ими музыкально-ритмической деятельностью, а с другой – от учета их психофизических способностей. Состав класса разнороден, поэтому трудности и потенциальные возможности каждого обучающегося своеобразны. В данном курсе имеет место дифференциация учебных требований к разным категориям обучающихся по степени их обучаемости.

Принципы, используемые на уроках ритмики, следующие:

1. Дидактические принципы:

- доступности обучения (обучение на уровне возможностей обучающихся);

- наглядности (иллюстрации, образцы движений, видеозаписи танцевальных композиций);

- индивидуального и дифференцированного подхода, которые предполагают учет особенностей развития и музыкально двигательных способностей;

- систематичности и последовательности( при изучении нового используются навыки и умения, приобретенные ранее );

- связь с жизнью(при знакомстве с новым материалом опираться на имеющийся жизненный опыт обучающихся - предметы и образы окружающего мира, знания, полученные на других предметах);

2. Принципы коррекционно - развивающего сопровождения:

- развитие динамичности восприятия (задания по степени нарастающей трудности, многократной повторяемости с элементами новизны, смена видов деятельности);

- принцип продуктивной обработки информации( от простого упражнения к сложному);

**Требования к результатам освоения**

**учебного предмета «Ритмика»**

**в4 классе**

* Формировать навыки точного выполнения ритмических движений с учетом индивидуальных требований( две подгруппы), формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями, оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).
* формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность.

1-я подгруппа

* правильно и быстро находить нужный темп ходьбы, бега в соответствии с характером и построением музыкального отрывка;
* различать двухчастную и трехчастную форму в музыке;
* отмечать в движении ритмический рисунок, акцент, слышать и самостоятельно менять движение в соответствии со сменой частей музыкальных фраз. Четко, организованно перестраиваться, быстро реагировать на приказ музыки, даже во время веселой, задорной пляски;различать основные характерные движения некоторых народных танцев.

2-я подгуппа

* 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).

**Пояснительная** **записка**

Рабочая программа разработана с учетом нормативных–правовых документов, регламентирующих составление и реализацию рабочих программ:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки от 19 декабря 2014 г. № 1599.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (Зарегистрирован 30.12.2022 № 71930)
4. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) КГБОУ «Рубцовская общеобразовательная школа – интернат №1».
5. Учебный план КГБОУ «Рубцовская общеобразовательная школа – интернат №1» на текущий учебный год.
6. Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством Просвещения РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных школах.

Программа детализирует и раскрывает содержание федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в коррекционно-развивающей области.

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

**Цель программы обучения:**

**-**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:**

* способствовать коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности;
* ориентироваться в задании и планировать свою деятельность, намечать; последовательность выполнения задания;
* исправлять недостатки моторики и совершенствовать зрительно- двигательную координацию;
* развивать у учащихся речь, художественный вкус;
* укреплять здоровье, формировать правильную осанку.

1. Общая характеристика учебного предмета.

Коррекционно-развивающая работа предусматривает организацию и проведение занятий, способствующих социально-личностному развитию обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), коррекции недостатков в психическом и физическом развитии и освоению ими содержания образования. Преподавание ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития обучающихся средствами музыкально-ритмической деятельности. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) часто наблюдается нарушение двигательных функций.

Легкая умственная отсталость обучающихся связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). Общим признаком у всех обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания образования и социальной адаптации.

Ритмика, являясь синтетическим, интегративным видом деятельности, позволяет решать целый спектр разнообразных образовательных, воспитательных, развивающих и

коррекционных задач, лежащих во многих плоскостях, - от задач укрепления здоровья обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), развития их психомоторики, до задач формирования и развития у них творческих и созидательных способностей, коммуникативных умений и навыков.

Важной задачей, имеющей коррекционное значение, является развитие музыкально- ритмических движений, в ходе формирования которых интенсивно происходит эмоционально-эстетическое развитие детей, а также коррекция недостатков двигательной сферы. В процессе движений под музыку происходит их пространственно-временная организация, они приобретают плавность, становятся более точными и т. д. При этом повышается их общая выразительность. Занятия ритмикой способствуют коррекции осанки, развитию координации движений, дают возможность переключаться с одного вида движения на другой, а также занятия оказывают влияние на личностный облик детей: у них формируется чувство партнерства, складываются особые отношения со сверстниками.

На занятиях по ритмике используются такие средства, как упражнения, игры со словом, элементы гимнастики под музыку, образные этюды. Основным принципом построения ритмики является тесная связь движений и музыки, где организующим началом выступают музыка, ритм. Развитие движений в сочетании с музыкой и словом представляет целостный коррекционно-воспитательный процесс. Коррекция нарушенных функций и дальнейшее развитие сохранных требуют от обучающегося собранности, внимания, конкретности представлений, развития памяти – эмоциональной, зрительной, образной (при восприятии образца движений), словесно-логической (при осмыслении задач и запоминании последовательности выполнения движений под музыку), двигательно-моторной (двигательно- мышечные ощущения), произвольной (связанной с самостоятельным выполнением упражнений). Специфические средства воздействия являются основой формирования универсальных учебных действий: обучающиеся учатся слушать музыку, выполнять разнообразные движения, петь,танцевать.

1. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные:

* осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
* воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
* сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
* овладение начальными навыками адаптации и динамично изменяющемся и развивающемся мире;
* овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
* владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальныхролей;

* принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
* сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
* воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
* развитие эстетических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально – нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
* сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат,
* бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
* формировать положительные качества и умение управлять своими эмоциями;
* формировать трудолюбие, упорство в достижении цели, дисциплинированность;
* оценивать жизненные ситуации с точки зрения общечеловеческих норм (плохо и хорошо).
* проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные:

* + правильно сидеть или стоять во время урока;
  + с помощью учителя, товарища включаться в учебную деятельность;
  + понимать причины собственного успеха в учебной деятельности;
  + владеть элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия.

1. Уровень усвоения учебного предмета.

Минимальный уровень:

представления о ритмике как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; выполнение не сложных упражнений под руководством учителя; знание основных правил поведения на уроках ритмики и осознанное их применение; выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр; участие в подвижных играх и эстафетах под руководствомучителя;

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

выполнение ритмических комбинаций движений на уровне возможностей обучающихся; понимать простейшие музыкальные понятия (быстрый, медленный темп, громкая, тихая музыка);

определять музыкальные жанры: танец, марш, песня. Достаточный уровень**:**

выполнение ритмических комбинаций на максимально высоком уровне; развитие музыкальности (формирование музыкального восприятия,

представления о выразительных средствах музыки); развитие чувства ритма, умения характеризовать музыкальное произведение; согласовывать музыку и движение; самостоятельное выполнение комплексов упражнений;

владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятияхв режиме дня (физкультминутки);

выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;

подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений, совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;

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; 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 хлопками ритмический рисунок мелодии; повторять любой ритм, заданный учителем; задавать самим ритм одноклассникам ипроверять правильность его исполнения.

1. Содержание учебного предмета

Программа состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве»;

«Ритмико-гимнастические упражнения»; «Упражнения с детскими музыкальными инструментами»; «Игры под музыку»; «Танцевальные упражнения».

*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 полу пальцы. Упражнения на выработку осанки. Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука вверху, левая внизу). 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 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 акцентв музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Отстукивание простых ритмических рисунков на инструментах под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

*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.* 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.

1. Тематическое планирование с определением основных видов учебной

**деятельности.**

5 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Тема раздела | Виды учебной деятельности |
|  | Упражнения на ориентировку в пространстве | Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.  Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. |
|  | Ритмико - гимнастические  упражнения | Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях  начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выставлять правую и левую ноги поочередно  вперёд, назад, в стороны, в исходное положение |
|  | Упражнения с музыкальными инструментами | Оперирует понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов; ритмично и чѐтко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на ¾ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые  ритмические рисунки на барабане и ложках. |
|  | Игры под музыку | Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);  формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Различает характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека).  Исполняет игры с пением и речевым сопровождением. |
|  | Танцевальные упражнения | Изучает базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняет притопы одной ногой и поочередно,выставляет ногу с  носка на пятку. |

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Тема раздела | Виды учебной деятельности |
|  | Упражнения на ориентировку в пространстве | Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.  Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не  мешая друг другу. |
|  | Ритмико - гимнастические  упражнения | Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях  начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выставлять правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение |
|  | Упражнения с музыкальными инструментами | Оперирует понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов; ритмично и чѐтко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на ¾ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые  ритмические рисунки на барабане и ложках. |
|  | Игры под музыку | Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Различает характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение  транспорта, деятельность человека). Исполняет игры с пением и речевым сопровождением. |
|  | Танцевальные упражнения | Изучает базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.  Исполняет притопы одной ногой и поочередно,выставляет ногу с носка на пятку. |

7 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Тема раздела | Виды учебной деятельности |
|  | Упражнения на ориентировку в пространстве | Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.  Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в  круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. |
|  | Ритмико - гимнастические  упражнения | Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях  начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | собой и сбоку). Выставлять правую и левую ноги поочередно  вперёд, назад, в стороны, в исходное положение |
|  | Упражнения с музыкальными инструментами | Оперирует понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов; ритмично и чѐтко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на ¾ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые  ритмические рисунки на барабане и ложках. |
|  | Игры под музыку | Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Различает характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение  транспорта, деятельность человека). Исполняет игры с пением и речевым сопровождением. |
|  | Танцевальные упражнения | Изучает базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.  Исполняет притопы одной ногой и поочередно,выставляет ногу с носка на пятку. |

1. **Класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Тема раздела | Виды учебной деятельности |
|  | Упражнения на ориентировку в пространстве | Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.  Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. |
|  | Ритмико - гимнастические  упражнения | Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях  начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Выставлять правую и левую ноги поочередно  вперёд, назад, в стороны, в исходное положение |
|  | Упражнения с музыкальными инструментами | Оперирует понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов; ритмично и чѐтко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на ¾ и при чередовании размеров в произведении. Различает и называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые  ритмические рисунки на барабане и ложках. |
|  | Игры под музыку | Учится выполнять различные роли в группе (лидера, |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | исполнителя, критика); формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Различает характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека). Исполняет игры с пением и  речевым сопровождением. |
|  | Танцевальные упражнения | Изучает базовые движения аэробики; термины, определяющие характер музыки (5-6 терминов). Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя. Исполняет притопы одной ногой и поочередно,выставляет ногу с  носка на пятку. |

1. Класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Тема раздела | Виды учебной деятельности |
|  | Упражнения на ориентировку в пространстве | Самостоятельно занимает правильное исходное положение. Выполняет ходьбу и бег: с высоким подниманием колен. Выполняет перестроение в круг из шеренги, цепочки.  Ориентируется в направлении движений вперед, назад, в круг, из круга. Двигается по залу в разных направлениях, не мешая друг другу. |
|  | Ритмико - гимнастические  упражнения | Двигается в соответствии с разнообразным характером музыки, различать в движениях  начало и окончание музыкальных фраз, передавать в движении ритмический рисунок. Выполняет наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами. Выполняет упражнения на движение рук в разных направлениях без предметов и с предметами. Выполняет наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед  собой и сбоку). Выставлять правую и левую ноги поочередно вперёд, назад, в стороны, в исходное положение |
|  | Упражнения с музыкальными инструментами | Оперирует понятиями ансамбль, оркестр, отсроченное движение (канон); - названия новых элементов танца и танцевальных шагов; ритмично и чѐтко выполняет гимнастические упражнения с предметами и без них под музыку на ¾ и при чередовании размеров в произведении. Различает и  называет музыкальные инструменты. Отстукивает простые ритмические рисунки на барабане и ложках. |
|  | Игры под музыку | Учится выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика); формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной репетиционной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Различает характер музыки. Передает притопами, хлопками и другими движениями резке акценты в музыке. Выразительно и эмоционально передает в движениях игровые образы (повадки зверей, птиц, движение  транспорта, деятельность человека). Исполняет игры с пением и речевым сопровождением. |
|  | Танцевальные  упражнения | Изучает базовые движения аэробики; термины,  определяющие характер музыки (5-6 терминов). Выполняет элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком) по показу и по словесной инструкции учителя.  Исполняет притопы одной ногой и поочередно,выставляет ногу с носка на пятку. |