Государственное казенное общеобразовательное учреждение

Краснодарского края специальная (коррекционная) школа №8 г. Лабинска

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического

совета от «25» августа 2023 г.

протокол № 1

Председатель педсовета

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.В.Скорик

* + 1. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По ритмике

Уровень образования (класс): начальное общее образование, 1-4 классы

Количество часов: 1 класс – 34; в неделю – 1

2 класс – 34; в неделю - 1

3 класс – 34; в неделю - 1

4 класс – 34; в неделю - 1

Учитель Журавлева Ирина Николаевна

Программа разработана на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации №1026 от 24.11.2022 г., зарегистрированной в Минюсте РФ 30.12.2022 г., регистрационный № 71930

**Пояснительная записка.**

Рабочая программа по ритмике составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 1026 от 24.11.2022 г., зарегистрированной в Минюсте РФ 30.12.2022 г., регистрационный № 71930.

Предлагаемая программа ориентирована на учебник:

Коррекционная ритмика, М.А.Касицына, И.Г.Бородина, изд. «Гном», 2019 г

*Рабочая программа составлена на основании нормативных документов:*

- Федеральный закон от 29.12.2012 N-273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 24.06.2023г.).

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 №1598 «Об утверждении ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ» (с изменениями от 08.11.2022 г. № 955).

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (с изменениями от 08.11.2022 г. № 955).

- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. № 1026  
"Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"

- Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

-Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания» (с изм. 30.12.2022 г.).

-Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026. зарегистрированной в Минюсте РФ 30.12.2022 г., регистрационный № 71930.

-Письмо министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края от 14.07.2023 г. № 47-01-13-13168/23 «О формировании учебных планов общеобразовательных организаций на 2023-2024 учебный год».

-Письмо министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края от 16.08.2023 г. № 47-01-13-15530/23 «О единых подходах к формированию календарного учебного графика в общеобразовательных организациях».

**Цели образования с учетом специфики учебного предмета:** создание условий, способствующих раскрытию и развитию природных задатков и творческого потенциала ребёнка, формированию духовно-нравственного потенциала личности ребёнка в процессе обучения искусству хореографии. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных

**Задачи** обучения:

- Укрепление психического и физического здоровья средствами ритмики в условиях школьного обучения (формирование правильной осанки, походки; содействие профилактике плоскостопия; снижение психического напряжения средствами релаксации под музыку в процессе движения и т.д.).

- Совершенствование психомоторных способностей (развитие мышечной силы, гибкости, выносливости, скоростно-силовых и координационных способностей; развитие чувства ритма, музыкального слуха, памяти, внимания, умения согласовывать движения с музыкой).

- Развитие творческих и созидательных способностей детей (развитие мышления, воображения, познавательней активности, расширение кругозора).

- Поддерживать увлечение занятиями музыкой и пластикой.

Задачи коррекционно-развивающие:

-коррегировать отклонения в интеллектуальном развитии;

-коррегировать нарушения звукопроизносительной стороны речи;

-коррекция речи и мышления;

-коррекция фонематического слуха;

-коррекция звукового и зрительного восприятия;

-коррекция мышц мелкой моторики;

-коррекция познавательных процессов;

-коррекция нарушений  эмоционально-личностной сфер.

**Общая характеристика учебного предмета «Ритмика»**

Специфические средства воздействия на учащихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших умственно отсталых школьников, исправлению недостатков физического развития, общей и речевой моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств личности (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.  
      Содержанием работы на уроках ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять под музыку разнообразные движения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.  
      В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданными направлениями, перестроения с образованием кругов, квадратов, «звездочек», «каруселей», движения к определенной цели и между предметами) осуществляется развитие представления учащихся о пространстве и умения ориентироваться в нем.  
      Упражнения с предметами: обручами, мячами, шарами, лентами и т. д. — развивают ловкость, быстроту реакции, точность движений.  
      Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умения ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движений рук. Этот вид деятельности важен в связи с тем, что у умственно отсталых детей часто наблюдается нарушение двигательных функций и мышечной силы пальцев рук. Скованность или вялость, отсутствие дифференцировки и точности движений мешают овладению навыками письма и трудовыми приемами. В то же время этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.  
      Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать ее характер (веселая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа. В свою очередь, эмоциональная насыщенность музыки позволяет разнообразить приемы движений и характер упражнений.  
      Движения под музыку не только оказывают коррекционное воздействие на физическое развитие, но и создают благоприятную основу для совершенствования таких психических функций, как мышление, память, внимание, восприятие. 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, развивают у ребенка активность и воображение, координацию и выразительность движений. Упражнения на духовой гармонике, исполнение под музыку стихов, подпевок, инсценирование песен, музыкальных сказок способствуют развитию дыхательного аппарата и речевой моторики.  
      Занятия ритмикой эффективны для воспитания положительных качеств личности. Выполняя упражнения на пространственные построения, разучивая парные танцы и пляски, двигаясь в хороводе, дети приобретают навыки организованных действий, дисциплинированности, учатся вежливо обращаться друг с другом.

**Место учебного предмета «Ритмика» в учебном плане**

Предмет ритмика включен в учебный план школы и изучается в 1-4 классах. Данная программа разработана для 1-4- классов. На изучение предмета отводится :

1 класс – 1 час в неделю,33 часа

2 класс – 1 час в неделю, 34 часа

3 класс – 1 час в неделю,34 часа

4 класс- 1 час в неделю, 34 часа.

**Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

Обучение музыке носит практическую направленность и связано с другими учебными предметами, жизнью, является одним из средств социальной адаптации в условиях современного общества.

Достижение личностных и предметных результатов освоения программы учебного предмета «Музыка и пение» обучающимися с умственной отсталостью происходит в процессе активного восприятия музыки, освоения основ музыкальной грамоты, собственного опыта музыкально-творческой деятельности обучающихся: хорового пения и игры на элементарных музыкальных инструментах.

**Личностные, метапредметные результаты освоения предмета**.

Личностными результатами изучения курса «Музыка» является формирование следующих умений:

– овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах музыкаль ной деятельности;

– освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкальных сочинений;

– формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания музыкальных образов; определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;

*Личностные учебные действия:*

*-*испытывать чувство гордости за свою страну;

- гордится школьными успехами и достижениями;

- эмоционально откликаться на музыкальные произведения;

- бережно относиться к культурно-историческому наследию края и страны.

*Регулятивные учебные действия:*

*-* принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, осуществлять коллективный помск средств их осуществления;

- осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических и учебных задач;

- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;

- обладать готовностью к осуществлению самоконтроля в процессе деятельности;

- адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность.

*Познавательные учебные действия:*

– продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач на уроках музыки, во внеурочной и внешкольной музыкально-эстетической деятельности;

– освоение начальных форм познавательной и личностной

рефлексии; позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей;

– овладение навыками смыслового прочтения содержания «текстов» различных музыкальных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами деятельности.

*Коммуникативные учебные действия:*

*-*вступать в диалог и поддерживать коммуникацию в разных ситуациях социального взаимодействия (учебных, трудовых, бытовых);

- слушать собеседника, вступать в диалог и поддерживать его, использовать разные виды музыкальной деятельности;

- использовать доступные источники и средства получения информации для решения коммуникативных и познавательных задач.

*Предметные результаты:*

Отражают владение элементами музыкальной культуры, интерес к музыкальному искусству и музыкальной деятельности, элементарные эстетические суждения, элементарный опыт музыкальной деятельности учащихся с интеллектуальными нарушениями.

**Содержание учебного предмета**

Программа по ритмике 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 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 пяти 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.  
      Основная цель данных упражнений — научить 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.  
      В программу включена игра на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Принцип игры на этих инструментах примерно одинаков и требует большой свободы, точности и беглости пальцев по сравнению с ксилофоном, металлофоном и цитрой.  
      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 умственно отсталые дети успешно показывают в движениях музыкальную сказку «Муха-Цокотуха».  
      Обучению умственно отсталых детей 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.

**1 класс**

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

      Правильное исходное положение. Ходьба и бег: с высоким подниманием колен, с отбрасыванием прямой ноги вперед и оттягиванием носка. Перестроение в круг из шеренги, цепочки. Ориентировка в направлении движений вперед, назад, направо, налево, в круг, из круга. Выполнение простых движений с предметами во время ходьбы.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Общеразвивающие упражнения. Наклоны, выпрямление и повороты головы, круговые движения плечами («паровозики»). Движения рук в разных направлениях без предметов и с предметами (флажки, погремушки, ленты). Наклоны и повороты туловища вправо, влево (класть и поднимать предметы перед собой и сбоку). Приседания с опорой и без опоры, с предметами (обруч, палка, флажки, мяч). Сгибание и разгибание ноги в подъеме, отведение стопы наружу и приведение ее внутрь, круговые движения стопой, выставление ноги на носок вперед и в стороны, вставание на полупальцы. Упражнения на выработку осанки.  
      Упражнения на координацию движений. Перекрестное поднимание и опускание рук (правая рука 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 ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

      Движения кистей рук в разных направлениях. Поочередное и одновременное сжимание в кулак и разжимание пальцев рук с изменением темпа музыки. Противопоставление первого пальца остальным на каждый акцент в музыке. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих. Выделение пальцев рук. Упражнения для пальцев рук на детском пианино. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот одной октавы правой и левой рукой отдельно в среднем темпе. Отстукивание простых ритмических рисунков на барабане двумя палочками одновременно и каждой отдельно под счет учителя с проговариванием стихов, попевок и без них.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

      Выполнение ритмичных движений в соответствии с различным характером музыки, динамикой (громко, тихо), регистрами (высокий, низкий). Изменение направления и формы ходьбы, бега, поскоков, танцевальных движений в соответствии с изменениями в музыке (легкий, танцевальный бег сменяется стремительным, спортивным; легкое, игривое подпрыгивание — тяжелым, комичным и т. д.). Выполнение имитационных упражнений и игр, построенных на конкретных подражательных образах,

хорошо знакомых детям (повадки зверей, птиц, движение транспорта, деятельность человека), в соответствии с определенным эмоциональным и динамическим характером музыки. Передача притопами, хлопками и другими движениями резких акцентов в музыке. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением или речевым сопровождением.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Знакомство с танцевальными движениями. Бодрый, спокойный, топающий шаг. Бег легкий, на полупальцах. Подпрыгивание на двух ногах. Прямой галоп. Маховые движения рук. Элементы русской пляски: простой хороводный шаг, шаг на всей ступне, подбоченившись двумя руками (для девочек — движение с платочком); притопы одной ногой и поочередно, выставление ноги с носка на пятку. Движения парами: бег, ходьба, кружение на месте. Хороводы в кругу, пляски с притопами, кружением, хлопками.

**Танцы и пляски**

      Пальчики и ручки. Русская народная мелодия «Ой, на горе-то».  
      Стукалка. Украинская народная мелодия.  
      Подружились. Музыка Т. Вилькорейской.  
      Пляска с султанчиками. Украинская народная мелодия.  
      Пляска с притопами. Гопак. Украинская народная мелодия.

**Тематическое планирование**

**1 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п./п.** | **Разделы, темы** | **Количество часов** | **Основные виды деятельности обучающихся** |
| I | Упражнения на ориентировку в пространстве. | 5 | Построение в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться ). |
| II | Ритмико-гимнастические упражнения. | 11 | Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.  Свободно и выразительно исполнять основные движения: ходьба, бег,подскоки. |
| III | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 7 | Игра на детских музыкальных инструментах(ложки, румбы, трещетки и др.)  Использование различных ритмических рисунков. |
| IV | Игры под музыку. | 4 | Ходьба и бег по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии. Выполнение несложных действий с различными предметами(флажки,  мячи) . |
| V | Танцевальные упражнения. | 7 | Передача в движении танца или игры.Восприятие и отражение художественных особенностей предлагаемого музыкального материала. |
|  | **Итого** | **33** |  |

1. Телевизор.
2. Видеомагнитофон /видеоплейер.
3. Аудиоцентр /магнитофон.
4. Компьютер.
5. Мультимедийный проектор.
6. Экспозиционный экран.

***Музыкальные инструменты***

1.Бубен

2.Металофон

3.Барабан (детский)

4.Маракасы

**Оборудование, ТСО*.***

6.Телевизор.

1. Видеомагнитофон /видеоплейер.
2. Аудиоцентр /магнитофон.
3. Компьютер.
4. Мультимедийный проектор.
5. Экспозиционный экран.

***Экранно-звуковые пособия.***

1.Аудиозаписи звучания музыкальных произведений по содержанию программы обучения.

2. Видеофрагменты (танцы и пляски), соответствующие содержанию обучения.

3. Презентации, соответствующие содержанию обучения

4.Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.

**Планируемые результаты изучения учебного материала предмета «Ритмика»**

**Учащиеся должны знать:**

Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя,

занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться .

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;

Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки

**Основные требования к умениям учащихся**

*1-й уровень(минимальный)*

- устойчивые музыкально-ритмические навыки;

-распознавать характер танцевальной музыки.

*2 -й уровень (достатаочный)*

-большой запас движений, исполнять их красиво и правильно;

- реагировать на музыкальное вступление, начало и конец музыки;

-владеть импровизацией;

-владеть критическим уровнем оценки своих исполнительских возможностей и одноклассников.

**2 класс**

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.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Общеразвивающие упражнения. 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.  
      Упражнения на координацию движений. 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 (отведение правой ноги в сторону и возвращение в исходное положение с одновременным сгибанием и разгибанием левой руки к плечу: высокое поднимание левой ноги, согнутой в колене, с одновременным подниманием и опусканием правой руки и т. д.). Упражнения выполняются ритмично, под музыку. Ускорение и замедление движений в соответствии с изменением темпа музыкального сопровождения. Выполнение движений в заданном темпе и после остановки музыки.  
      Упражнения на расслабление мышц. Свободное падение рук с исходного положения в стороны или перед собой. Раскачивание рук поочередно и вместе вперед, назад, вправо, влево в положении стоя и наклонившись вперед. Встряхивание кистью (отбрасывание воды с пальцев, имитация движения листьев во время ветра). Выбрасывание то левой, то правой ноги вперед (как при игре в футбол).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

      Круговые движения кистью (напряженное и свободное). Одновременное сгибание в кулак пальцев одной руки и разгибание другой в медленном темпе с постепенным ускорением. Противопоставление первого пальца остальным, противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно.  
      Упражнения на детских музыкальных инструментах. Исполнение восходящей и нисходящей гаммы в пределах пяти нот двумя руками одновременно в среднем темпе на детском пианино, разучивание гаммы в пределах одной октавы на аккордеоне и духовой гармонике.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

      Выполнение движений в соответствии с разнообразным характером музыки, динамикой (громко, умеренно, тихо), регистрами (высокий, средний, низкий). Упражнения на самостоятельное различение темповых, динамических и мелодических изменений в музыке и выражение их в движении. Передача в движении разницы в двухчастной музыке. Выразительное исполнение в свободных плясках знакомых движений. Выразительная и эмоциональная передача в движениях игровых образов и содержания песен. Самостоятельное создание музыкально-двигательного образа. Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен. Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Повторение элементов танца по программе для 1 класса. Тихая, настороженная ходьба, высокий шаг, мягкий, пружинящий шаг. Неторопливый танцевальный бег, стремительный бег. Поскоки с ноги на ногу, легкие поскоки. Переменные притопы. Прыжки с выбрасыванием ноги вперед. Элементы русской пляски: шаг с притопом на месте и с продвижением, шаг с поскоками, переменный шаг; руки свободно висят вдоль корпуса, скрещены на груди; подбоченившись одной рукой, другая с платочком поднята в сторону, вверх, слегка согнута в локте (для девочек).  
      Движения парами: бег, ходьба с приседанием, кружение с продвижением. Основные движения местных народных танцев.

**Танцы и пляски**

      Зеркало. Русская народная мелодия «Ой, хмель, мой хмелек».  
      Парная пляска. Чешская народная мелодия.  
      Хлопки. Полька. Музыка Ю. Слонова.  
      Русская хороводная пляска. Русская народная мелодия «Выйду ль я на реченьку».

**Тематическое планирование**

**2 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п./п.** | **Разделы, темы** | **Количество часов** | **Основные виды деятельности обучающихся** |
| I | Упражнения на ориентировку в пространстве. | 5 | Построение в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться ). |
| II | Ритмико-гимнастические упражнения. | 11 | Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.  Свободно и выразительно исполнять основные движения: ходьба, бег,подскоки. |
| III | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 7 | Игра на детских музыкальных инструментах(ложки, румбы, трещетки и др.)  Использование различных ритмических рисунков. |
| IV | Игры под музыку. | 4 | Ходьба и бег по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии. Выполнение несложных действий с различными предметами(флажки,  мячи) . |
| V | Танцевальные упражнения. | 7 | Передача в движении танца или игры.Восприятие и отражение художественных особенностей предлагаемого музыкального материала. |
|  | **Итого** | **34** |  |

***Учебно-методический комплекс***

*Печатная литература*

1.Программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),Москва, «Просвещение», 2021.

***Музыкальные инструменты***

1.Бубен

2.Металофон

3.Барабан (детский)

4.Маракасы

**Оборудование, ТСО*.***

1. Телевизор.
2. Видеомагнитофон /видеоплейер.
3. Аудиоцентр /магнитофон.
4. Компьютер.
5. Мультимедийный проектор.
6. Экспозиционный экран.

***Экранно-звуковые пособия.***

1.Аудиозаписи звучания музыкальных произведений по содержанию программы обучения.

2. Видеофрагменты (танцы и пляски), соответствующие содержанию обучения.

3. Презентации, соответствующие содержанию обучения

4.Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.

**Планируемые результаты изучения учебного материала предмета «Ритмика»**

**Учащиеся уметь знать:**

Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться.

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;

Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки

**Основные требования к умениям учащихся**

*1-й уровень(минимальный)*

- устойчивые музыкально-ритмические навыки;

-распознавать характер танцевальной музыки.

*2 -й уровень (достатаочный)*

-большой запас движений, исполнять их красиво и правильно;

- реагировать на музыкальное вступление, начало и конец музыки;

-владеть импровизацией;

-владеть критическим уровнем оценки своих исполнительских возможностей и одноклассников.

**3 класс**

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

      Ходьба в соответствии с метрической пульсацией: чередование ходьбы с приседанием, со сгибанием коленей, на носках, широким и мелким шагом, на пятках, держа ровно спину. Построение в колонны по три. Перестроение из одного круга в два, три отдельных маленьких круга и концентрические круги путем отступления одной группы детей на шаг вперед, другой — на шаг назад. Перестроение из общего круга в кружочки по два, три, четыре человека и обратно в общий круг.  
      Выполнение движений с предметами, более сложных, чем в предыдущих классах.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Общеразвивающие упражнения. Наклоны, повороты и круговые движения головы. Движения рук в разных направлениях: отведение рук в стороны и скрещивание их перед собой с обхватом плеч; разведение рук в стороны с напряжением (растягивание резинки). Повороты туловища в сочетании с наклонами; повороты туловища вперед, в стороны с движениями рук. Неторопливое приседание с напряженным разведением коленей в сторону, медленное возвращение в исходное положение. Поднимание на носках и полуприседание. Круговые движения ступни. Приседание с одновременным выставлением ноги вперед в сторону. Перелезание через сцепленные руки, через палку. Упражнения на выработку осанки.  
      Упражнения на координацию движений. Взмахом отвести правую ногу в сторону и поднять руки через стороны вверх, хлопнуть в ладоши, повернуть голову в сторону, противоположную взмаху ноги. Круговые движения левой ноги в сочетании с круговыми движениями правой руки. Упражнения на сложную координацию движений с предметами (флажками, мячами, обручами, скакалками). Одновременное отхлопывание и протопывание несложных ритмических рисунков в среднем и быстром темпе с музыкальным сопровождением (под барабан, бубен). Самостоятельное составление простых ритмических рисунков. Протопывание того, что учитель прохлопал, и наоборот.  
      Упражнения на расслабление мышц. Выпрямление рук в суставах и напряжение всех мышц от плеча до кончиков пальцев; не опуская рук, ослабить напряжение, давая плечам, кистям, пальцам слегка пассивно согнуться (руки как бы ложатся на мягкую подушку). Поднять руки вверх, вытянуть весь корпус — стойка на полупальцах, быстрым движением согнуться и сесть на корточки (большие и маленькие). Перенесение тяжести тела с ноги на ногу, из стороны в сторону.

УПРАЖНЕНИЯ С МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

      Сгибание и разгибание кистей рук, встряхивание, повороты, сжимание пальцев в кулак и разжимание. Упражнение для кистей рук с барабанными палочками.  
      Исполнение гаммы на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике в пределах одной октавы в быстром темпе. Разучивание несложных мелодий. Исполнение различных ритмов на барабане и бубне.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

      Передача в движениях частей музыкального произведения, чередование музыкальных фраз. Передача в движении динамического нарастания в музыке, сильной доли такта. Самостоятельное ускорение и замедление темпа разнообразных движений. Исполнение движений пружиннее, плавнее, спокойнее, с размахом, применяя для этого известные элементы движений и танца. Упражнения в передаче игровых образов при инсценировке песен. Передача в движениях развернутого сюжета музыкального рассказа. Смена ролей в импровизации. Придумывание вариантов к играм и пляскам. Действия с воображаемыми предметами. Подвижные игры с пением и речевым сопровождением.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Повторение элементов танца по программе 2 класса. Шаг на носках, шаг польки. Широкий, высокий бег. Сильные поскоки, боковой галоп. Элементы русской пляски: приставные шаги с приседанием, полуприседание с выставлением ноги на пятку, присядка и полуприсядка на месте и с продвижением. Движения парами: боковой галоп, поскоки. Основные движения народных танцев.

**Танцы и пляски**

      Дружные тройки. Полька. Музыка И. Штрауса.  
      Украинская пляска «Коло». Украинская народная мелодия.  
      Парная пляска. Чешская народная мелодия.  
      Пляска мальчиков «Чеботуха». Русская народная мелодия.  
      Танец с хлопками. Карельская народная мелодия.

**Тематическое планирование**

**3 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п./п.** | **Разделы, темы** | **Количество часов** | **Основные виды деятельности обучающихся** |
| I | Упражнения на ориентировку в пространстве. | 5 | Построение в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться ). |
| II | Ритмико-гимнастические упражнения. | 11 | Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.  Свободно и выразительно исполнять основные движения: ходьба, бег,подскоки. |
| III | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 7 | Игра на детских музыкальных инструментах(ложки, румбы, трещетки и др.)  Использование различных ритмических рисунков. |
| IV | Игры под музыку. | 4 | Ходьба и бег по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии. Выполнение несложных действий с различными предметами(флажки,  мячи) . |
| V | Танцевальные упражнения. | 7 | Передача в движении танца или игры.Восприятие и отражение художественных особенностей предлагаемого музыкального материала. |
|  | **Итого** | **34** |  |

***Учебно-методический комплекс***

*Печатная литература*

1.Программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),Москва, «Просвещение», 2021.

***Музыкальные инструменты***

1.Бубен

2.Металофон

3.Барабан (детский)

4.Маракасы

**Оборудование, ТСО*.***

1. Телевизор.
2. Видеомагнитофон /видеоплейер.
3. Аудиоцентр /магнитофон.
4. Компьютер.
5. Мультимедийный проектор.
6. Экспозиционный экран.

***Экранно-звуковые пособия.***

1.Аудиозаписи звучания музыкальных произведений по содержанию программы обучения.

2. Видеофрагменты (танцы и пляски), соответствующие содержанию обучения.

3. Презентации, соответствующие содержанию обучения

4.Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.

**Планируемые результаты изучения учебного материала предмета «Ритмика»**

**Учащиеся должны знать:**

Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться.

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;

Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки

**Основные требования к умениям учащихся**

*1-й уровень(минимальный)*

- устойчивые музыкально-ритмические навыки;

-распознавать характер танцевальной музыки.

*2 -й уровень (достатаочный)*

-большой запас движений, исполнять их красиво и правильно;

- реагировать на музыкальное вступление, начало и конец музыки;

-владеть импровизацией;

-владеть критическим уровнем оценки своих исполнительских возможностей и одноклассников.

**4 класс**

УПРАЖНЕНИЯ НА ОРИЕНТИРОВКУ В ПРОСТРАНСТВЕ

      Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. Построение в шахматном порядке. Перестроение из нескольких колонн в несколько кругов, сужение и расширение их. Перестроение из простых и концентрических кругов в звездочки и карусели. Ходьба по центру зала, умение намечать диагональные линии из угла в угол. Сохранение правильной дистанции во всех видах построений с использованием лент, обручей, скакалок. Упражнения с предметами, более сложные, чем в предыдущих классах.

РИТМИКО-ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Общеразвивающие упражнения. Круговые движения головы, наклоны вперед, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперед, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на поясе. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперед, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. Упражнения на выработку осанки.  
      Упражнения на координацию движений. Разнообразные сочетания одновременных движений рук, ног, туловища, кистей. Выполнение упражнений под музыку с постепенным ускорением, с резкой сменой темпа движений. Поочередные хлопки над головой, на груди, перед собой, справа, слева, на голени. Самостоятельное составление несложных ритмических рисунков в сочетании хлопков и притопов, с предметами (погремушками, бубном, барабаном).  
      Упражнение на расслабление мышц. Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка).  
      То же движение в обратном направлении (имитация увядающего цветка).

УПРАЖНЕНИЯ С ДЕТСКИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ИНСТРУМЕНТАМИ

      Круговые движения кистью (пальцы сжаты в кулак). Противопоставление одного пальца остальным. Движения кистей и пальцев рук в разном темпе: медленном, среднем, быстром, с постепенным ускорением, с резким изменением темпа и плавности движений.  
      Выполнение несложных упражнений, песен на детском пианино, аккордеоне, духовой гармонике. Упражнения в передаче на музыкальных инструментах основного ритма знакомой песни и определении по заданному ритму мелодии знакомой песни.

ИГРЫ ПОД МУЗЫКУ

      Упражнения на самостоятельную передачу в движении ритмического рисунка, акцента, темповых и динамических изменений в музыке. Самостоятельная смена движения в соответствии со сменой частей, музыкальных фраз, малоконтрастных частей музыки. Упражнения на формирование умения начинать движения после вступления мелодии. Разучивание и придумывание новых вариантов игр, элементов танцевальных движений, их комбинирование. Составление несложных танцевальных композиций. Игры с пением, речевым сопровождением. Инсценирование музыкальных сказок, песен.

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

      Исполнение элементов плясок и танцев, разученных в 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.

**Танцы и пляски**

      Круговой галоп. Венгерская народная мелодия.  
      Кадриль. Русская народная мелодия.  
      Бульба. Белорусская народная мелодия.  
      Узбекский танец. Музыка Р. Глиэра.  
      Грузинский танец «Лезгинка».

**Тематическое планирование**

**4 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п./п.** | **Разделы, темы** | **Количество часов** | **Основные виды деятельности обучающихся** |
| I | Упражнения на ориентировку в пространстве. | 5 | Построение в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться ). |
| II | Ритмико-гимнастические упражнения. | 11 | Ритмично выполнять несложные движения руками и ногами.  Свободно и выразительно исполнять основные движения: ходьба, бег, подскоки. |
| III | Упражнения с детскими музыкальными инструментами. | 7 | Игра на детских музыкальных инструментах(ложки, румбы, трещетки и др.)  Использование различных ритмических рисунков. |
| IV | Игры под музыку. | 4 | Ходьба и бег по кругу с сохранением правильных дистанций, не сужая круг и не сходя с его линии. Выполнение несложных действий с различными предметами(флажки,  мячи) . |
| V | Танцевальные упражнения. | 7 | Передача в движении танца или игры.Восприятие и отражение художественных особенностей предлагаемого музыкального материала. |
|  | **Итого** | **34** |  |

***Учебно-методический комплекс***

*Печатная литература*

1.Программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),Москва, «Просвещение», 2021.

***Музыкальные инструменты***

1.Бубен

2.Металофон

3.Барабан (детский)

4.Маракасы

**Оборудование, ТСО*.***

1. Телевизор.
2. Видеомагнитофон /видеоплейер.
3. Аудиоцентр /магнитофон.
4. Компьютер.
5. Мультимедийный проектор.
6. Экспозиционный экран.

***Экранно-звуковые пособия.***

1.Аудиозаписи звучания музыкальных произведений по содержанию программы обучения.

2. Видеофрагменты (танцы и пляски), соответствующие содержанию обучения.

3. Презентации, соответствующие содержанию обучения

4.Мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, соответствующие содержанию обучения.

**Планируемые результаты изучения учебного материала предмета «Ритмика»**

**Учащиеся должны знать:**

Готовиться к занятиям, строиться в колонну по одному, находить своё место в строю и входить в зал организованно под музыку, приветствовать учителя, занимать правильное и. п. (стоять прямо, не опускать голову, не сутулиться.

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;

Выполнять задания после показа и по словесной инструкции учителя;

Начинать и заканчивать движения в соответствии со звучанием музыки

**Основные требования к умениям учащихся**

*1-й уровень(минимальный)*

- устойчивые музыкально-ритмические навыки;

-распознавать характер танцевальной музыки.

*2 -й уровень (достатаочный)*

-большой запас движений, исполнять их красиво и правильно;

- реагировать на музыкальное вступление, начало и конец музыки;

-владеть импровизацией;

-владеть критическим уровнем оценки своих исполнительских возможностей и одноклассников.

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Протокол заседания МО учителей начальных классов ГКОУ школы №8 г.Лабинска  От« 24\_»августа\_\_\_2023г. №1  \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Стригунова М.В. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР ГКОУ  школы №8  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Скорикова А.В.  «24»\_августа\_2023г. |